

**ANUARI  
2014**

**COL·LECCIÓ  
REFORMA HORÀRIA/1**

 **INICIATIVA PER A  
LA REFORMA  
HORÀRIA**

**Iniciativa per a la Reforma Horària**  
**Col·lecció Reforma Horària**  
**“Anuari de la Reforma Horària 2014”**

Edició i coordinació: Fabian Mohedano  
Correcció: Enric Vaquer  
Coordinació de la col·lecció: Sara Berbel  
Disseny gràfic: Idoia Vallverdú  
ISBN: 978-84-606-6629-5  
[www.reformahoraria.cat](http://www.reformahoraria.cat)

**ANUARI  
2014**

**COL·LECCIÓ  
REFORMA HORÀRIA/1**



**INICIATIVA PER A  
LA REFORMA  
HORÀRIA**



# SUMARI

|   |  |
|---|--|
| <b>LA INICIATIVA</b>                        | <b>08</b>  |
|   | <ul style="list-style-type: none"><li>a. La raó de ser. 10</li><li>b. Els eixos de treball. 12</li><li>c. Els tres grans reptes. 14</li><li>d. Tres anys de compromís. 15</li><li>e. Presentació pública (29 de gener). 16</li></ul>   |
| <b>INTERLOCUCIÓ</b>                         | <b>18</b>  |
|   | <ul style="list-style-type: none"><li>a. Acord de Govern de la Generalitat de Catalunya. 19</li><li>b. La Diputació de Barcelona se suma a la Reforma Horària. 20</li><li>c. El món local insta a reformar els horaris. 21</li><li>e. Diàleg. 27</li></ul>   |
| <b>FONAMENTACIÓ</b>                         | <b>30</b>  |
|   | <ul style="list-style-type: none"><li>a. Els acceleradors de la Reforma Horària. 31</li><li>b. Document de base per al Dictamen del CADS. 37</li><li>c. Comissió d'Estudi al Parlament de Catalunya. 43</li><li>d. Informe sobre la gestió del temps a la negociació col·lectiva del CTESC. 53</li></ul> |
| <b>ALTAVEU</b>                              | <b>66</b>  |
|   | <ul style="list-style-type: none"><li>a. La Setmana dels Horaris (del 15 al 21 de setembre). 67</li><li>b. Conferències i xerrades. 72</li><li>c. Impactes. 73</li><li>d. Xarxes socials. 78</li><li>e. Reflexions ciutadanes en veu alta. 87</li></ul>  |
| <b>LES PERSONES</b>                         | <b>108</b>   |
|   | <ul style="list-style-type: none"><li>a. El grup motor. 109</li><li>b. Col·laboracions. 109</li><li>c. Les persones amb qui hem dialogat. 110</li></ul>  |
| <b>ECONOMIA</b>                             | <b>118</b>   |
| <b>LA INICIATIVA EN XIFRES</b>              | <b>120</b>   |
| <b>EVOLUCIÓ DE LA IDENTITAT CORPORATIVA</b> | <b>122</b>   |

# ARTICLES

|  |           |   |           |
|--|-----------|---|-----------|
| El valor de la transversalitat<br><b>Fabian Mohedano</b>                           | <b>16</b> | El reconeixement institucional<br><b>Salvador Cardús</b>              | <b>26</b> |
| Donar més valor al temps<br><b>Francesc Homs</b>                                   | <b>19</b> | Cinc motors per al canvi<br><b>Assumpta Baig</b>                      | <b>32</b> |
| Canviar els horaris per viure millor<br><b>Mercè Conesa</b>                        | <b>20</b> | Reforma Horària i temps educatiu<br><b>Elena Sintes</b>               | <b>32</b> |
| Qualitat de vida i benestar<br><b>Irma Rognoni</b>                                 | <b>21</b> | Horaris de l'Administració<br><b>Xavier Boltaina</b>                  | <b>33</b> |
| Els municipis som imprescindibles<br><b>Marcel·lí Martorell</b>                    | <b>22</b> | Reforma Horària: el rellotge o la vida<br><b>Josep Ginesta</b>        | <b>35</b> |
| Primer municipi adherit!<br><b>Josep Monràs</b>                                    | <b>22</b> | Reforma (horària) sostenible<br><b>Jordi Pigem</b>                    | <b>36</b> |
| Reforma Horària: el compromís de Girona<br><b>Carles Puigdemont</b>                | <b>23</b> | Reforma Horària per ser un país millor<br><b>Ferran Rodés</b>         | <b>37</b> |
| Treballar per viure i no viure per treballar<br><b>Teresa Padrós</b>               | <b>23</b> | El punt de partida de la fonamentació<br><b>Sara Berbel</b>           | <b>38</b> |
| Participar sense renunciar a res<br><b>Almudena Almagro</b>                        | <b>24</b> | Reforma Horària: un repte per evitar dos riscos<br><b>Sara Moreno</b> | <b>39</b> |
| Pacte per a l'ús del temps i Reforma Horària<br><b>Lluïsa Moret</b>                | <b>24</b> | Reforma Horària i ritmes de vida<br><b>Trinitat Cambras</b>           | <b>40</b> |
| De la cultura de la presència a la cultura de l'eficiència<br><b>Joana Barbany</b> | <b>25</b> | Reforma Horària i coresponsabilitat<br><b>Mercè Otero</b>             | <b>41</b> |
| Millorar la qualitat de vida<br><b>David Rodríguez</b>                             | <b>25</b> | Aprofitem l'empenta i el consens<br><b>Núria Chinchilla</b>           | <b>43</b> |

|  |           |
|--|-----------|
| Lliçons de la reforma sobre la venda, la publicitat i el consum de tabac |           |
| <b>Elvira Méndez</b>   | <b>44</b> |
| Perquè hem de triar ser menys feliços?                                   |           |
| <b>Agnès Russiñol</b>  | <b>45</b> |
| Millorar els horaris només té avantatges                                 |           |
| <b>Benet Maimí</b>   | <b>46</b> |
| Nou país, Reforma Horària  |           |
| <b>Rosa Amorós</b>   | <b>47</b> |
| El 2015: pla pilot per aplicar la Reforma Horària al Parlament           |           |
| <b>Montserrat Capdevila</b>  | <b>48</b> |
| Un esforç col·lectiu i de consens  |           |
| <b>Jose A. Coto</b>  | <b>49</b> |
| La Reforma Horària... una "petita" revolució democràtica                 |           |
| <b>David Companyon</b>   | <b>50</b> |
| Racionalització és inversió  |           |
| <b>Carmen de Rivera</b>  | <b>51</b> |
| Temps al temps   |           |
| <b>David Fernández</b>   | <b>52</b> |
| Els reptes en la gestió dels "temps de treball"                          |           |
| <b>Esther Sánchez</b>  | <b>53</b> |
| Perquè donem suport a la Reforma Horària                                 |           |
| <b>Edita Olaizola</b>  | <b>55</b> |
| Redescobrir el valor del son   |           |
| <b>Javier Albares</b>  | <b>56</b> |
| Dones i universos paral·lels   |           |
| <b>Mar Gaya</b>  | <b>57</b> |

|  |           |
|--|-----------|
| Responsabilitat social per a abordar reptes de país          |           |
| <b>Josep Maria Canyelles</b>                                 | <b>58</b> |
| Horaris més humans fan millors empreses                      |           |
| <b>Anna Fornés</b>   | <b>59</b> |
| Competències professionals per a la Reforma Horària          |           |
| <b>Xavier Peralta</b>  | <b>60</b> |
| Horari laboral europeu                                       |           |
| <b>Anna Mercadé</b>  | <b>61</b> |
| Ara és l'hora de les ciutats intel·ligents                   |           |
| <b>Santi Castellà</b>  | <b>62</b> |
| El fus horari també és Reforma Horària                       |           |
| <b>Jos Callin</b>  | <b>63</b> |
| Setmana de debat estratègic                                  |           |
| <b>Lluís Casado</b>  | <b>70</b> |
| Temps+Social: la gestió del temps en el tercer sector social |           |
| <b>Jordi Ojeda</b>   | <b>71</b> |
| Volem <i>prime time</i> però més d'hora                      |           |
| <b>Xavier Coral</b>  | <b>82</b> |
| ElPuntAvui i la Reforma Horària                              |           |
| <b>Miquel Riera</b>  | <b>82</b> |
| Que em tornin els horaris de l'avi                           |           |
| <b>Carles Capdevila</b>                                      | <b>83</b> |
| Una qüestió de llibertat                                     |           |
| <b>Cristina Sen</b>  | <b>84</b> |
| Programar el canvi   |           |
| <b>Cristina Sánchez-Miret</b>                                | <b>85</b> |
| Que no ens facin perdre el temps                             |           |
| <b>Maria José Cañizares</b>                                  | <b>86</b> |

---

# LA INICIATIVA

---



1

Volem incidir en la reforma dels horaris de manera que s'assoleixi l'adaptació a uns temps més humans i més cívics en el marc de l'impuls de la Catalunya que ve.

2

Treballem per consolidar el factor temps com a variable rellevant en la recerca de creixement i benestar.

3

Aquesta iniciativa es basa en els valors del benestar, la calma, la coherència, el diàleg, la felicitat, la flexibilitat, la igualtat, la lentitud, la memòria, el pacte, el progrés, la responsabilitat, la serenitat, la sobrietat.

# LA RAÓ DE SER

La desorganització horària a Catalunya és resultat de la superposició dels vells horaris fabrils, agreujats per transformacions patides pel creixement econòmic durant el franquisme i l'impacte de les demandes pròpies dels anys de creixement desordenat, especialment del sector dels serveis i també, sovint, de la cultura del presencialisme al treball, o bé per la necessitat de realitzar llargues jornades de treball per assolir salaris adequats al cost real de la vida. Aquesta situació deriva en seriosos obstacles per a la competitivitat i la producció empresarial, en l'augment de riscos psicosocials de les persones treballadores, la persistència de la divisió sexual del treball amb el manteniment de la desigualtat de gènere, els problemes de salut derivats de la manca de son en adults i infants, els baixos rendiments educatius, la manca de temps familiar i personal per al lleure i la cultura, l'activisme social i en una disminució del benestar de la societat en general.

En aquest sentit, al llarg dels darrers anys s'ha aprofundit en la recerca, i els estudis dels quals disposem demostren que es fa del tot necessari i urgent desfer-se de la rêmora que representa la desorganització horària actual, incapaç de fer front a la complexitat del moment present. A gairebé tot Europa, l'horari laboral és de 8-9 h a 17-18 h, parant un màxim d'una hora per dinar a meitat de la jornada. A l'Estat espanyol –i per tant a Catalunya-, però, és habitual que la població treballadora s'aturi dues hores per dinar -a l'àmbit escolar poden ser tres-, i que la jornada laboral s'allargui fins a les 19 h o les 20 h del vespre, o més enllà. Aquesta jornada poc compactada provoca sopar a partir de les 21 h en el millor dels casos, dificulta el temps de cura d'infants i gent gran, afebleix la participació cívica i comunitària, impossibilita el consum i gaudi de la cultura i per descomptat baixa l'eficiència de les organitzacions. El *prime time* televisiu s'acomoda a horaris que fan reduir les hores de son. En definitiva, se solapa el temps personal i el temps de descans. A més, aquesta organització del temps de vida quotidiana no té l'origen en el clima, un mite que es desmunta tot sol comprovant que a Portugal, Marroc, Itàlia o Grècia se sopa a les 19-20 h del vespre.

Per altra banda, a Europa fa algunes dècades que va començar la substitució dels horaris nascuts amb l'era industrial per uns altres d'adaptats i flexibles a les necessitats d'igualtat i productivitat i participació de la ciutadania, i diversos estudis de la Fundació Europea per a la Millora de les Condicions de Vida i

de Treball (Eurofound) amb dades d'Eurostat mostren que estan avançant en el bon camí, tot i que hi ha diferències entre estats segons els models adoptats. Al nostre país el debat tot just s'inicià fa uns anys i ara sembla que se'n pren consciència de manera més àmplia en un context de crisi en què cal trobar fórmules d'optimització dels recursos escassos, però sobretot, en què cal proposar estils de vida no determinats exclusivament per una compulsió productivista i consumista. L'ordre horari hauria de ser la norma, i la flexibilitat individualitzada l'excepció en tots els àmbits. Establir un horari racional generalitzat hauria de ser la norma a aplicar en tots els àmbits socials i econòmics, públics i privats, sense perjudici que es reconeixin després determinades situacions de flexibilització horària, i per tant, excepcions a les normes generals, per atendre determinades situacions personals o de determinats col·lectius.

En aquest context és on s'ha posat en marxa la Iniciativa per a la Reforma Horària, reconeguda pel Govern de la Generalitat de Catalunya com a la plataforma interlocutora en aquesta qüestió. L'objectiu fonamental és impulsar uns horaris beneficiosos per a les institucions, les empreses i la ciutadania. Cal, en definitiva, passar d'uns horaris propis de l'era industrial a uns que s'adaptin a les necessitats de la nova societat del coneixement i del consum, amb més complexitat social i augment progressiu de les desigualtats.

Fruit de les demandes d'aquesta iniciativa de la societat civil i d'un debat social cada cop més gran, neix aquesta iniciativa que té com a objectiu principal plantejar com s'ha de fer la transició cap a la Reforma Horària formulada en un moment concret en el temps, inicialment prevista per al 2016. En la forma en què està organitzada la nostra societat, el temps esdevé un factor sistèmic dins del model social. Cal cercar mesures legislatives i de promoció i sensibilització que abordin el canvi a tres nivells: a nivell macro (de la societat), a nivell meso (de les organitzacions, empreses i institucions que la componen) i a nivell micro (de les persones). Superat el debat de la conveniència, l'objectiu d'aquests treballs és debatre la viabilitat per transitar cap al retorn de Catalunya als horaris anteriors al franquisme, adaptats a la nova realitat social, econòmica i cultural.

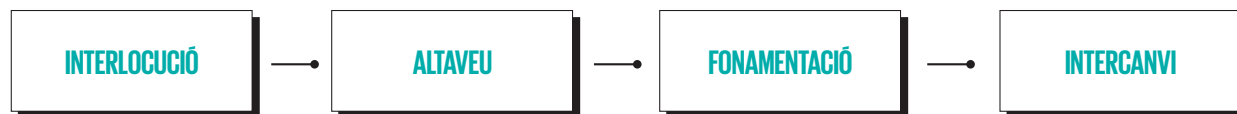
Els agents que poden fer possible aquesta reforma se situen principalment en l'acció sobre els horaris laborals, però també en els escolars, els comercials, els culturals, els esportius, els televisius i els associatius, així com en les infraestructures públiques i privades que els puguin permetre. Tot això és el que justifica que impulsem un període de transició cap a la Reforma Horària.

# ELS EIXOS DE TREBALL

Ens proposem fomentar el diàleg, la conversa i la reflexió amb l'objectiu de generar un consens ampli, social i polític, que permeti presentar estratègies concretes de transformació reals al Parlament de Catalunya, a la Generalitat de Catalunya, així com als governs de ciutats i pobles.

Des de l'acceptació de la diversitat social i ideològica que existeix en l'àmbit d'actuació que fa referència les polítiques del temps, aquest iniciativa neix amb el convenciment que la suma d'esforços és possible i compatible. És més el que uneix que el que separa a totes les persones i institucions preocupades per aquesta qüestió. Des de la reflexió compartida es pot aconseguir el consens per a la formulació estratègies que permetin caminar cap a un nou paradigma dels horaris a Catalunya.

En la idea de reclamar l'impuls d'estratègies que permetin assolir la Reforma Horària, la iniciativa treballa principalment en quatre dimensions: la interlocució política, la fonamentació del discurs, d'intercanvi de coneixement i fer d'altaveu dels acords:



- El seguiment de mesures en marxa en política del temps de la Generalitat de Catalunya i de les diferents administracions locals
  - La creació d'una Comissió d'estudi al Parlament de Catalunya
- L'impuls d'un acord que faci partícips la societat civil, les institucions més representatives del país i les forces polítiques

## INTERLOCUCIÓ

- La promoció de l'intercanvi i la difusió de coneixement que impulsen els diferents departaments, instituts universitaris, empreses i entitats associades
- L'impuls de cooperació de projectes innovadors compartits entre les institucions membres
- La recerca d'iniciatives existents en el territori i en diferents àmbits sectorials d'actuació que permeti incorporar nou coneixement

## INTERCANVI

- La participació en debats públics que permetin la generació d'un estat d'opinió pública favorable a la necessitat de la Reforma Horària
- La promoció de l'activitat de les diferents iniciatives i projectes territorials i sectorials en matèria d'usos del temps, així com en processos de política pública d'èxit
- L'impuls de mecanismes de participació ciutadana que permetin la implicació de les persones en el canvi

## ALTAVEU

- La formulació d'estratègies de promoció i pedagogia de les causes originals dels horaris actuals i els guanys amb una eventual reforma
- L'aposta per la recerca qualitativa a partir de l'impuls de proves pilots o mesures exemplars territorials i sectorials que permetin detectar el mapa de resistències i d'oportunitats
- L'elaboració dels dictàmens i informes elaborats de forma col·legiada pels experts que participen en la iniciativa

## FONAMENTACIÓ

# ELS TRES GRANS REPTES

Recuperar les dues hores de desfasament horari en relació a la resta del món.

Impulsar una nova cultura del temps a les organitzacions a favor de models més eficients i productius.

Recuperar el fus horari GMT que ens correspon per situació geogràfica.

# TRES ANYS DE COMPROMÍS

## 2014 Impuls i fonamentació

- Constitució sota els auspicis del Govern de la Generalitat de Catalunya
- Creació de la Comissió d'estudi al Parlament de Catalunya
- Contribució a l'elaboració de diferents informes i dictàmens

## 2015 Sensibilització

- Realització de campanyes de sensibilització i difusió de bones pràctiques
- Impuls de proves pilot o mesures exemplars territorials i sectorials
- Organització de la Setmana dels Horaris

## 2016 Reforma

- Avaluació del període d'impuls, fonamentació i sensibilització
- Signatura de l'Acord per a la Reforma Horària
- Impuls de reformes legislatives i mesures d'acompanyament

# 29 DE GENER. PRESENTACIÓ PÚBLICA

Un centenar de persones assisteixen el 29 de gener de 2014 a la presentació de la Iniciativa per a la Reforma Horària - Ara és l'hora. En el marc de l'acte, que se celebra al Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB), s'ha subratllat que Catalunya s'organitza en horaris que corresponen "a l'època de la societat industrial". És una situació que deriva "en seriosos obstacles per a la competitivitat i producció empresarial", entre d'altres problemes. Per això els impulsors de la iniciativa reclamen passar a uns horaris que s'adaptin a les necessitats de la societat actual. Segons s'ha explicat durant la presentació, l'organització de Catalunya en horaris que corresponen a l'època de la societat industrial s'ha vist agreujada "per transformacions sobre l'organització social del temps patides pel creixement econòmic durant el franquisme". Aquesta situació, opinen els responsables de la iniciativa, deriva en "seriosos obstacles per a la competitivitat i la producció empresarial, en l'augment de riscos psicosocials de les persones treballadores, en el manteniment de la desigualtat de les dones, en problemes de salut derivats de la manca de son en adults i infants, en manca de temps personal i en una disminució del benestar de la societat en general".

També es remarca que diversos països europeus van començar a aplicar fa dècades un model horari adaptat "a les necessitats d'igualtat i productivitat de la ciutadania" i han assegurat que diversos estudis de l'Eurostat indiquen "que estan avançant pel bon camí", tot i que hi ha diferències entre països segons els models adaptats. És per això que els impulsors advoquen per impulsar uns horaris "sostenibles i beneficiosos per a les institucions, les empreses i la ciutadania". Uns horaris que deixin enrere la distribució del temps pròpia de l'època industrial i que s'adaptin "a les necessitats de la nova societat del coneixement".





## El valor de la transversalitat

Ens diuen sovint que la feina que hem fet aquest any ha estat descomunal. Potser veient ara la compilació que és representada en aquest Anuari 2014, sí que sembla que hàgim superat les expectatives que vam dibuixar entre l'estiu i la tardor del 2013 quan vam començar a dialogar sobre la necessitat i la idoneïtat d'impulsar aquesta iniciativa. Hem assolit el reconeixement institucional necessari per treballar en els propers mesos en concretar com fer la reforma; però el que és més important, hem aconseguit guanyar-nos la confiança de moltes persones que creuen que ara és l'hora del retorn a una organització horària que ens van llevar i que ens correspon, com a la resta d'habitants del Planeta, des dels temps dels primers sàpiens.

De res no serviria però si no seguim compromesos amb l'empresa que tenim entre mans. I com ja hem pogut comprovar amb altres iniciatives polítiques, cíviques o comunitàries, no només és qüestió de tenacitat, sinó també de rigor i capacitat de fer baixar el discurs a propostes concretes, sense caure en la simplificació.

Aquesta no és una proposta per imposar res a ningú. Som conscients que la vivència sobre el temps de vida quotidiana és personal i la seva dimensió col·lectiva és molt menor. Per això cal explicar bé que aquesta és una proposta de defensa de les llibertats individuals, a favor del benestar i el creixement. Volem guanyar dues hores i situar-nos en una organització molt més flexible dels horaris. Tot i que sembli aparentment contradictori, és perfectament compatible.

Voldríem destacar per sobre de tots els aspectes la capacitat d'aglutinar diferents sensibilitats. La transversalitat i la interdisciplinarietat del grup motor són els principals trets d'identitat. No és casualitat que la proposta de creació de la Comissió d'Estudi de la Reforma Horària tingui el suport de tots els grups del Parlament de Catalunya. El suport és un mirall d'allò que som, d'allò que volem representar.

Ho hem dit des del principi, aquesta iniciativa durarà tres anys. Per això, tots els esforços que puguem fer avui no els deixarem per demà. Si us arriba l'Anuari 2014 i us sentiu cridats a sumar-vos a la Iniciativa, no dubteu en posar-vos en contacte amb nosaltres, totes les mans són poques per transformar la realitat. Posem-nos a l'hora!

# INTERLOCUCIÓ

El suport institucional del Govern a “Ara és l’hora” es concreta amb la creació d’un grup de treball interdepartamental adscrit al Departament de la Presidència que estudia les propostes de racionalització d’aquesta iniciativa, n’avalua la implementació i coordina el seguiment de les actuacions acordades. El grup de treball l’integren de manera permanent representants dels Departaments de la Presidència, de Governació i Relacions institucionals, d’Economia, d’Ensenyament, de Benestar Social i Família i d’Empresa i Ocupació. De manera puntual, s’afegeixen al grup de treball representants de la resta de departaments si els àmbits de treball així ho requereixen. La durada d’aquest grup de treball es correspon amb la legislatura vigent. Paral·lelament al grup de treball interdepartamental, el Departament d’Empresa i Ocupació impulsa la Conferència catalana per la Reforma Horària (Setmana dels Horaris), s’encarrega de formar les empreses en relació al període de transició i planifica proves pilot per al 2015. D’altra banda, el Govern encarrega al Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible (CADS) un dictamen de fonamentació sobre la transició cap a la Reforma Horària.

## FRANCESC HOMS

Conseller de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya

### Donar més valor al temps

Un país que val la pena és aquell que és capaç de plantejar-se els reptes necessaris per avançar substancialment en el progrés i la qualitat de vida dels seus ciutadans. No es tracta només de millores, sinó de grans decisions transformadores.

El Govern va aprovar, el 18 de març de 2014, donar suport a la Iniciativa per a la Reforma Horària – Ara és l’hora. Mirem aquesta iniciativa per a la racionalització dels horaris amb alt interès i complicitat.

Resulta evident que la Reforma Horària és un projecte que planteja per al conjunt del país potencials millores substancials. Major conciliació de la vida familiar i laboral, més temps lliure disponible, més temps disponible per al descans i per a la pràctica de l’activitat física i l’oci actiu, major equitat de gènere, possible millora de la productivitat de les empreses i de l’increment del rendiment laboral, possible millora del rendiment escolar; possibles estalvis d’energia, etc. I alhora, ens permetria equiparar-nos a Europa.

La transformació que implica aquest projecte és d’una gran envergadura, un canvi podríem dir que radical, que no depèn només del Govern, ni d’un sol agent, ni de dos ni de tres, sinó d’un pacte a múltiples bandes per implicar el conjunt del país. Cal sí o sí un consens molt ampli i un compromís explícit per part de tothom. Tot i així som conscients que les decisions que puguin prendre les administracions públiques catalanes, i de manera especial la Generalitat de Catalunya poden tenir un efecte tractor positiu. També està clar que aquest no serà un canvi que podrem fer d’un dia per l’altre.

Però per començar, cal dir endavant. Creiem que és un projecte que val la pena, que hem de poder explorar seriosament amb l’objectiu de poder-lo materialitzar en els propers anys.

El país està immers en un repte d’àmbit nacional enorme: decidir com ha de

ser el nostre futur col·lectiu. Catalunya aspira a tenir tots els instruments propis d'un estat que ens permetin progressar. Estem en un moment d'un canvi històric per al país, i aquest context també suposa una magnífica oportunitat per mirar cap al futur i pensar que és possible que puguem donar un major valor al nostre temps.

## LA DIPUTACIÓ DE BARCELONA SE SUMA A LA REFORMA HORÀRIA

El Ple de la Diputació de Barcelona celebrat el 24 de juliol aprova donar suport institucional a la Iniciativa i crear un grup de treball adscrit a la Presidència. També es compromet a la realització d'accions de promoció dels objectius de la Reforma Horària entre els ens locals de les comarques de Barcelona.

**MERCÈ CONESA**

Vicepresidenta 2a de la Diputació de Barcelona

i Presidenta Delegada de l'Àrea d'Atenció a les Persones

### Canviar els horaris per viure millor

**M**olts estudis assenyalen que els llargs horaris laborals repercuteixen negativament sobre diversos aspectes de la vida de la ciutadania: la salut, la carrera professional de les dones, la cultura, l'educació dels infants, la productivitat... Cal, doncs, impulsar uns horaris beneficiosos per a les empreses, les entitats, les administracions i les institucions, però sobretot per a les persones.

La Diputació de Barcelona és conscient de la necessitat d'aquest canvi, que faci possible estils de vida que siguin de qualitat, amb horaris més racionals, més humans i més cívics. És per això que dona el seu suport a les mesures que facin possible la transició cap a la Reforma Horària de la Iniciativa Ara és l'Hora i farà partícips d'aquest projecte els municipis de la demarcació de Barcelona.

El 24 de juliol de l'any passat es va aprovar en el Ple de la corporació el suport institucional a la iniciativa per la Reforma Horària i la creació d'un grup de treball que engegui un seguit d'accions de promoció del canvi horari entre els ens locals i impulsi projectes i mesures en els municipis de les comarques de Barcelona. Parlem, en definitiva, de canviar els horaris per viure millor!

## EL MÓN LOCAL INSTA A REFORMAR ELSHORARIS



La Federació de Municipis de Catalunya i l'Associació Catalana de Municipis se sumen a la Iniciativa per la Reforma Horària amb l'objectiu d'impulsar horaris beneficiosos per a les institucions, les empreses i la ciutadania. Les dues entitats municipalistes han fet arribar el text de la Moció municipal a tots els seus associats per tal que el món local s'impliqui en la transició cap a la Reforma Horària.

Poc a poc els ajuntaments catalans es van sumar a la iniciativa a partir de la moció municipal que les entitats municipalistes van comprometre's a enviar a partir del mes d'octubre.

**IRMA ROGNONI**

Regidora de Família, Infància, Usos del Temps i Discapacitats  
de l'Ajuntament de Barcelona

### Qualitat de vida i benestar

Després de la consolidació de la primera onada de drets civils i polítics i la segona generació de drets socials, econòmics i culturals, esdevé l'hora de la tercera generació dels drets anomenats “drets de solidaritat”. Entre els drets d'aquesta tercera onada hi trobem el dret del temps i el dret a la conciliació familiar, personal i laboral. La ciutat de Barcelona ha estat, és i desitja continuar sent pionera en l'aposta de les polítiques de temps i també en les polítiques de conciliació. Hem de ser molt conscients que dissenyar i implementar una adequada política de temps és necessari perquè permet incidir directament en la qualitat de vida i el benestar de la gent de la nostra ciutat. Aquesta és la raó de l'existència d'una regidoria específica de Temps en l'equip de govern a la ciutat de Barcelona. Dins de la regidoria, és la Direcció del Programa de Temps i Qualitat de Vida qui impulsa les intervencions en polítiques socialment innovadores en temes de temps. Cal reconèixer que es tracta d'uns serveis pioners en una administració pública local. El que hem fet en aquesta legislatura és donar molta més embranzida a aquesta iniciativa. Els canvis i les transformacions són possibles. Però cercar el canvi i dur a terme les transformacions per assolir un món millor requereix prendre consciència que el canvi depèn de nosaltres, i sobretot, també ser conscients que el canvi ha de començar en nosaltres mateixos. Dit d'altra manera i en paraules d'un dels meus mestres espirituals, Mahatma

Gandhi: “hem d'encarnar el canvi que desitgem veure en el món”. Així, si volem gaudir d'uns horaris més cívics, més humans, si desitgem ser feliços, si desitgem tenir temps per somiar, descobrir, gaudir, invitar, riure, assaborir, imaginar, sentir, estimar. Si desitgem viure amb plenitud cadascun dels moments de la nostra vida cal construir plegats una transformació respecte l'ús dels nostres temps que implica una aposta i un compromís de nosaltres mateixos. En definitiva, perquè volem encarnar el canvi, perquè volem incidir en la qualitat de vida i el benestar de la gent de la nostra ciutat i perquè apostem per la transformació, l'Ajuntament de Barcelona s'ha compromès i seguirà impulsant la Reforma Horària. Perquè estem plenament convençuts que ara és l'hora.

**MARCEL·LÍ MARTORELL**

Alcalde de Capellades

## **Els municipis som imprescindibles**

**L**a suma dels municipis per impulsar la Reforma Horària és imprescindible. Des dels municipis es pot incidir en el propi horari dels treballadors públics, les escoles, les entitats, el comerç, etc. Capellades vol treballar en la conciliació horària que vol dir també millorar les condicions de vida dels seus ciutadans. Conciliar vol dir també més benestar, més família, més relacions socials i també més productivitat, més qualitat i més creixement econòmic.

**JOSEP MONRÀS**

Alcalde de Mollet

## **Primer municipi adherit!**

**M**ollet ha estat el primer municipi de Catalunya en adherir-se a la Iniciativa per a la Reforma Horària. Considerem que és imprescindible una reorganització de l'horari laboral per poder ser més productius i, a la vegada, tenir una veritable conciliació laboral. El nostre compromís com a ciutat és total.

**CARLES PUIGDEMONT**

Alcalde de Girona

## **Reforma Horària: el compromís de Girona**

**R**eformar per millorar. Prendre les mesures necessàries per assolir un major grau de qualitat de vida dels nostres conciutadans i, alhora, adoptar estàndards de major productivitat i eficiència per al país. Amb aquest esperit vàrem impulsar el setembre passat el segell “Compromís de Puntualitat”, un primer i pioner pas per promoure l'excel·lència en la gestió i usos del temps.

Aquest compromís arrela en el que és una nova cultura horària que tothom accepta i aplaudeix. El temps té un valor incalculable, però la seva gestió, lligada amb l'actual sistema laboral, més propi del segle passat, impossibilita una vertadera conciliació laboral i familiar i entorpeix la millora de la productivitat d'empreses i administracions.

Com no podia ser d'altra forma, ens adherim una vegada més a aquesta reforma, tant en els seus pilars bàsics com en els particulars, articulats a través del segell gironí de compromís de puntualitat; unes mesures que ens han de permetre posar les bases per a una nova regulació que pensa més en les persones i que es posa com a objectiu final la millora del benestar i la qualitat de vida al país.

**TERESA PADRÓS**

Alcaldessa de Palau-solità i Plegamans

## **Treballar per viure i no viure per treballar!**

**L**a Reforma Horària ha de convertir-se en un pas més dels que anem donant dia rere dia en favor de la conciliació familiar i laboral. Fa molts anys calia treballar moltes hores perquè la productivitat estava basada en la producció de les fàbriques, però fa temps que això va quedar enrere i està comprovat que a la feina no és més productiva la persona que fa més hores, sinó la que millor rendeix. Això sol passar quan les persones estan motivades, saben que disposen de temps per a la seva vida personal, per dedicar-la a la família, a l'oci, a l'esport...

A l'administració pública, per sort, l'horari fa que la major part dels treballadors i treballadores tinguin tota la tarda a la seva disposició. Aquesta flexibilització horària al matí, per exemple, permet poder portar els infants a l'escola, i a les tardes, disposar de temps personal. En aquest sentit, es demostra que és positiu per a tothom aconseguir establir un horari racional generalitzat en l'àmbit social i econòmic, tant públic com privat.

Per tant, la Reforma Horària ha d'esdevenir un fet. Fins i tot hem d'anar un pas endavant i s'ha de convertir en un dret social. Amb aquest objectiu, el

passat mes d'octubre vam aprovar a Palau-solità i Plegamans, per unanimitat de tots els grups municipals en el Ple, la moció proposada per l'Associació Catalana de municipis en favor de la Reforma Horària.

Aquesta moció explica que horaris com els actuals amb hores d'entrada entre les 8-9 h del matí i sortida a les 19-20 h del vespre, amb dues hores per dinar, dificulten el temps dedicat a infants i gent gran, per exemple. També afebleix la participació cívica i comunitària, impossibilita el consum i gaudi de la cultura i baixa l'eficiència de les organitzacions.

Hem de caminar cap a un horari més europeu, on els dinars i sopars es fan més d'hora gràcies que les jornades laborals acaben abans. De fet, aquest horari també és beneficiós per a la salut ja que permetria més hores de son en avançar els horaris de *prime time* televisiu, fet que en l'actualitat provoca que els programes de nit finalitzin vora la mitjanit.

En definitiva, es tracta de caminar cap a una millora en la qualitat de vida de tothom: ciutadania, empreses i institucions. L'objectiu és aconseguir treballar per viure i no viure per treballar!

**ALMUDENA ALMAGRO**

Regidora de polítiques de gènere de Terrassa

## Participar sense renunciar a res

**E**n un moment històric en què la Humanitat busca noves formes de participar activament a la societat, és d'obligatòria creació un marc horari diferent, que permeti, en termes d'igualtat, l'accés a totes les estructures socials i polítiques, sense renunciar a una vida familiar plena. Per això el compromís de l'Ajuntament de Terrassa.

**LLUÏSA MORET**

Alcaldessa de Sant Boi de Llobregat

## Pacte per a l'ús del temps i Reforma Horària

**E**l 2005 s'inicia un procés de sensibilització i diagnòstic participat que culmina amb el Pacte per a l'ús del temps el 2011 i a la signatura per part de 78 agents socials, econòmics i polítics, d'un acord ciutadà per al desenvolupament d'accions concretes encaminades a harmonitzar el temps laboral, familiar i personal de la ciutadania. El Pacte és l'eina que ha permès teixir complexitats amb agents locals d'àmbits clau, des del convenciment que l'ús social del temps només és abordable de manera col·lectiva i que forma part de l'àmbit públic i



no privat de les persones. En la línia de treball ja iniciada, el Ple en la sessió del dia 22 de setembre de 2014 aprova la resolució a favor de la Reforma Horària.

**JOANA BARBANY**

Regidora de Sant Cugat del Vallès

## **De la cultura de la presència a la cultura de l'eficiència**

**A**quest país té moltes assignatures pendents però una d'elles, sens dubte, és la racionalització dels horaris. Els despertadors a Catalunya sonen com a la resta d'Europa però l'ordinador es tanca tres hores més tard. És necessari passar de la cultura de la presència a la cultura de l'eficiència i de l'excel·lència.

Hem fet canvis en aquest sentit com ara tancar els edificis municipals a les 21 h. D'aquesta manera, estalviem hores de llum, reduïm la despesa energètica i evitem llargues jornades laborals. També hem avançat a les 18.30 h l'hora d'intervenció dels ciutadans en el ple municipal. Finalment, hem avançat algunes actuacions del Teatre-Auditori a les 20 h. De ben segur que amb petites accions, podrem millorar el nostre benestar individual i col·lectiu. Ara és l'hora!

**DAVID RODRÍGUEZ**

Alcalde de Solsona

## **Millorar la qualitat de vida**

**C**om a Ajuntament i, per tant, com a administració més propera al ciutadà, entenem que no té sentit mantenir l'actual estructura horària i, al mateix temps, destinar recursos públics per pal·liar les seves mancances i facilitar la conciliació de la vida laboral i familiar. És de sentit comú que una millor adequació dels horaris a les veritables necessitats de la societat milloraria la qualitat de vida dels nostres conciutadans i ens ajudaria a estalviar recursos públics, precisament en aquesta època en què això és tan necessari.

## El reconeixement institucional

En només un any, el projecte Ara és l'hora per a la Reforma Horària ha aconseguit fixar els fonaments del reconeixement institucional sobre el que cal seguir bastint els canvis que caldrà acordar i aplicar. D'una banda, el Govern de Catalunya va aprovar una mesura de govern, amb data 18 de març de 2014, per tal d'impulsar la Reforma Horària. Es creava una comissió de seguiment interdepartamental de coordinació que implicava sis departaments: Presidència, Ocupació i Empresa, Ensenyament, Cultura, Governació i Relacions Institucionals i Benestar Social i Família. Així mateix, s'encarregava al Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible un dictamen específic sobre la qüestió. I, a més de reconèixer la iniciativa Ara és l'hora com a la interlocutora pels treballs futurs, es comprometia a seguir atentament els treballs del Parlament. D'altra banda, el Parlament de Catalunya, a petició dels set grups parlamentaris, va crear amb data 10 de juny una Comissió parlamentària per a l'estudi de la transició cap a la Reforma Horària que va començar a treballar el mes de juliol. Aquesta comissió treballa a partir de les compareixences de representants dels sectors més directament afectats i es va comprometre a desenvolupar el seu treball al llarg de 2014.

És obvi que la Reforma Horària no pot ser resultat només d'unes disposicions administratives o d'unes normatives legals. Si gairebé en cap terreny no és imaginable, a hores d'ara, que es pugui legislar sense comptar amb els afectats per les normes, quan estem parlant de canvis en els estils de vida, el consens social no és que sigui recomanable: és imprescindible. Tanmateix, calia assegurar-se que els poders públics sobre els quals recaurà la responsabilitat de conduir la transició horària i afavorir-ne l'aplicació, compartissin la necessitat, si no la urgència, d'empènyer en aquesta mateixa direcció.

En aquest sentit, cal dir que la recepció de la proposta de Reforma Horària, com demostra la rapidesa que han trobat en la resposta institucional, ha estat extraordinàriament positiva. Es pot afirmar, sense exagerar, que tant el Govern com el Parlament són conscients de la transcendència dels canvis que es proposen per les conseqüències socials que tenen. Es tracta d'un canvi de sensibilitat respecte només d'una dècada anterior, probablement determinada pel context de crisi econòmica i l'agreuement de problemes molt directament agreujats pel desordre horari, bé siguin vinculats a la productivitat, la salut pública o la qualitat educativa, entre molts d'altres.

- Abertis
- Agrolimen
- Grupament Escolta SKUES
- Ajuntament de Barcelona
- Ajuntament de Capellades
- Ajuntament de Girona
- Ajuntament de Mollet
- Ajuntament de Palau-solità i Plegamans
- Ajuntament de Sant Boi de Llobregat
- Ajuntament de Sant Cugat
- Ajuntament de Solsona
- Ajuntament de Terrassa
- Asociación para la Racionalización de los Horarios en España (ARHOE)
- Assemblée Nacional Catalana Sagrada Família (ANC)
- Assemblée Nacional Catalana Sants (ANC)
- Associació Catalana d'Empreses Consultores (ACEC)
- Associació Catalana d'Universitats Públiques (ACUP)
- Associació Catalana de Direcció de Persones (AEDIPE Catalunya)
- Associació Catalana de l'Empresa Familiar (ASCEF)
- Associació Catalana de Supermercats i Distribuïdors (CAT-DIS)
- Associació d'Universitats Públiques de Catalunya (ACUP)
- Associació d'Empreses de Teatre de Catalunya (AETCA)
- Associació de Famílies Nombroses (FANOC)
- Associació de Grans Empreses de Distribució (ANGED)
- Associació de Mestres Rosa Sensat
- Associació de Municipis de Catalunya (ACM)
- Associació de Representants, Promotors i Mànagers (ARC)
- Associació de Sales de Concerts de Catalunya (ASACC)
- Associació de Sobreestants de Catalunya
- Associació Empresarial de l'Hospitalet i Baix Llobregat (AEBALL/UPMBALL)
- Associació Gironina d'Empresàries (AGE)
- Associació Nacional de Grans Empreses de Distribució (ANGED)
- Associació Salut i Família
- Ateneu Els Guiamets
- Avismón Catalunya
- Banc de Sabadell
- Barcelona Activa
- Ca la Dona
- Cambra de Comerç de Barcelona
- Casademont
- CCOO de Catalunya
- CECOT
- Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB)
- Centre Social de Sants
- Cercle Català de Negocis
- Cercle d'Economia
- Clínica del Son Estivill
- CNT Olot
- Col·legi de Directors i Directores de Cinema de Catalunya
- Col·legi de Graduats Socials de Barcelona
- Col·legi de Periodistes de Catalunya
- Col·legi de Politòlegs i Sociòlegs (COLPIS)
- Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya
- Comunitats.org
- Confederació Cristiana d'Associacions de Pares i Mares d'Alumnes de Catalunya
- Confederació d'Associacions de Veïns i Veïnes de Catalunya (CONFAVC)
- Confederació del Comerç de Catalunya (CCC)
- Confederació de Cooperatives de Catalunya (COOPCAT)
- Consejo Empresarial para la Competitividad
- Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) de Generalitat de Catalunya
- Consell d'Associacions de Barcelona (CAB)
- Consell d'Empreses Distribuïdores d'Alimentació de Catalunya (CEDAC)
- Consell de Col·legis de Metges de Catalunya
- Consell de l'Àudiovisual de Catalunya (CAC)
- Consell de Relacions Laborals de Catalunya
- Consell de Treball, Econòmic i Social de Catalunya (CTESC)
- Consell dels Il·lustres Col·legis

- d'Advocats de Catalunya (CICAC)
- Consell General de Cambres de Catalunya
- Consell Nacional de la Joventut de Catalunya (CNJC)
- Convergència i Unió (CiU)
- Corporació de Mitjans Àudiovisual de Catalunya (CCMA)
- CUP-AE
- Diputació de Barcelona
- Dones Directives i Professionals de l'Acció Social (DDiPAS)
- Empresaris per al Solsonès
- Ens de l'Associacionisme Cultural Català
- ESADE
- Espais Telemàtics
- Esplai La Florida
- Esquerra Republicana de Catalunya (ERC)
- Federació Catalana de Locals d'Oci Nocturn (FECALON)
- Federació Catalana del Voluntariat Social (FCVS)
- Federació d'Associacions de Mares i Pares de Catalunya (FAPAC)
- Federació d'Ateneus de Catalunya (FAC)
- Federació de Locals d'Oci Nocturn de Catalunya (FECALON)
- Federació de Moviments de Renovació Pedagògica de Catalunya (FMRPC)
- Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
- FEPIME Catalunya
- Foment del Treball Nacional
- Fundació APIP-ACAM
- Fundació ARED
- Fundació CECOT
- Fundació Cipriano Garcia
- Fundació Factor Humà
- Fundació FemCAT

- Fundació Jaume Bofill
- Fundació Lluís Carulla
- Future4work
- Gas Natural
- Generalitat de Catalunya
- Grup DAMM
- Grup Focus
- Grupo Mediterráneo Consultores
- Grupo Tragaluz
- Havas Media Group
- ICV-EUiA
- IESE Business School
- Igualando.org
- Il·lustre Col·legi de Graduats Socials de Barcelona
- Iniciativa Empresarial per al Desenvolupament de la Responsabilitat Social a Catalunya (Respon.cat)
- Institut de l'Empresa Familiar
- Joventut Nacionalista de Catalunya (JNC)
- L'Espolsada Llibres
- Momentum
- Observadori Dona, Empresa i Economia
- Observatori del Tercer Sector
- OpsNeo
- Parlament de Catalunya
- Partit de la Ciutadania – C's
- Partit dels Socialistes de Catalunya (PSC)
- Partit Popular català (PPC)
- PIMEC
- Prefabricats Planas
- Rational Time SL
- Responsabilitat Global
- Secretariat d'Entitats de Sants, Hostafrancs i La Bordeta
- Serveis Web Factory
- SGAE
- Societat Catalana de Gnomònica, Centre d'Estudis per a la Mesura del

## Temps

- Softmachine
- TAC – Associació de Consumidors de Mitjans Àudiovisuals
- Taula d'Entitats del Tercer Sector Social de Catalunya
- TEDxSantCugat
- UGT de Catalunya
- Unió de Federacions Esportives de Catalunya (UFEC)
- Unió de Pagesos
- Unió Empresarial del Penedès (UEP)
- Universitat Autònoma de Barcelona (UAB)
- Universitat de Barcelona (UB)
- Universitat de Girona (UdG)
- Universitat Politècnica de Catalunya (UPC)
- Xarxa Consultors

**N** ON POSSUNT  
OMNIA SIMUL

*Ciceró*



No es pot fer tot  
al mateix temps

---

# FONAMENTACIÓ

---

# ELS ACCELERADORS DE LA REFORMA HORÀRIA

Detectem cinc palanques o acceleradors a partir dels quals podem impulsar el canvi.

## OCUPACIÓ I EMPRESA

El treball és el principal accelerador del temps. A les 8 h del matí d'un dia laboral la població ocupada que està realitzant treball remunerat és d'un 27%, en canvi a les 11 h és d'un 55%. Això fa que un de cada cinc treballadors encara estigui a la feina a les 19 h. Els catalans treballen 250 hores més a l'any que els alemanys.

## ADMINISTRACIÓ

A Catalunya hi ha uns 300.000 empleats públics. El seu horari principalment és compactat. També hi ha serveis públics que requereixen una atenció de 24 hores.

## EDUCACIÓ

Més d'1 milió d'alumnes escolaritzats i 100.000 professionals de l'educació. Una comunitat universitària de 250.000 alumnes, professors i PAS. El 10% de catalans (infants i joves) dediquen gaire bé 6 hores a l'escola, l'institut o la universitat.

## COMERÇ I CONSUM

El comerç i els serveis vinculats aporten prop del 13% del VAB i donen ocupació a més de 440.000 persones, de les quals a l'entorn de 300.000 treballen al comerç al detall. El 39% dels catalans dediquen al menys una hora a compres al dia.

## CULTURA I OCI

La cultura i els serveis vinculats aporten prop del 3,6% del VAB i donen ocupació a 150.000 persones. El 80% mira la televisió al menys 2 hores al dia. El 5% dedica poc més de dues hores diàries a diversió i cultura. Només un 1% dedica poc més de dues hores diàries a treballs voluntaris.

**ASSUMPTA BAIG**

**Mestra jubilada**

## **Cinc motors per al canvi**

**L**a Reforma Horària només serà possible si es planteja un gran pacte que permeti acordar les mesures a realitzar en un sector o territori. Necessitem que els sindicats, les patronals, les empreses, el món de la cultura, de l'oci, del comerç, de salut i d'educació acordin fórmules que millorin l'organització del temps de treball.

Cal realitzar pactes específics sobre els horaris laborals però contemplant una visió global sobre el treball i no focalitzant-lo exclusivament sobre l'ocupació, el que podria deixar fora altres variables significatives.

Necessitem impulsar també una nova cultura del temps social i laboral, per això haurem de fer campanyes de sensibilització, difusió de bones pràctiques i realització de proves pilot per sectors. És fonamental un canvi de mentalitat per comprendre la necessitat d'un temps sincrònic i quotidià, l'únic que pot assegurar el benestar de totes les persones.

En cap cas no podem plantejar únicament canvis parcials. El temps és sistèmic i si fem esforços només en un accelerador se'n pot ressentir un altre. La clau de tot plegat serà també el lideratge polític del Govern de la Generalitat de Catalunya. El Govern ha de posar les taules en què participin els agents socials i econòmics, els agents institucionals i especialistes acordats pels agents implicats. Necessitem acords que comportin una experiència de reorganització del temps exemplificadora.

**ELENA SINTES**

**Especialista en investigació sobre les condicions de vida de la població, els hàbits culturals i els usos socials del temps**

## **Reforma Horària i temps educatiu**

**O**bservant com són els horaris i calendaris escolars a Catalunya i la seva evolució en els darrers anys es constata que no hi ha criteris comuns ni compartits sobre com s'ha d'organitzar el temps educatiu. La implantació i supressió de la sisena hora i de la setmana blanca, la generalització de l'horari continu als instituts de secundària o la creixent divergència entre els horaris i activitats inclosos en els centres públics i concertats en són alguns exemples.

Les modificacions del temps escolar s'han introduït massa sovint sense donar prou importància a dues condicions que són imprescindibles per garantir el bon funcionament d'un canvi d'aquest tipus: acord i compromís de tota la



comunitat educativa i previsió dels impactes en l'alumnat, l'escola i l'entorn. Caldria tenir sempre present que els horaris i calendaris escolars són una peça clau en l'organització de la vida quotidiana i tenen importants conseqüències en el conjunt de la societat -per als alumnes, professorat i resta de personal, però també per a les famílies, entitats socioeducatives i ajuntaments. En conseqüència, qualsevol modificació del temps escolar ha de formar part d'un acord que vagi més enllà de l'àmbit estrictament educatiu, un acord com ara la Reforma Horària.

En termes d'horaris, a més, l'escola actual és hereva d'un model industrial que limita les possibilitats d'ensenyar i aprendre des de i per a la societat del coneixement. Els models de referència internacional demostren que cal educar en entorns temporals i espacials menys rígids. En aquest sentit, la Reforma Horària és un bon marc per situar les bases d'un nou model d'horaris escolars que s'apropi al d'altres països, on l'escola s'ha transformat en un espai que ofereix moltes oportunitats per a una nova cultura d'aprenentatge i d'ensenyament més propera a les necessitats particulars dels estudiants i més ben adaptada a la realitat social i familiar actual.

La Reforma Horària és un oportunitat per deixar de banda la tria erma entre jornada partida i jornada contínua, per treballar en un model educatiu més equitatiu, amb major qualitat, i més ric, divers i flexible en l'espai i el temps. Les experiències d'altres països, amb una jornada escolar que conclou a mitja tarda i on s'hi integren aprenentatges formals i no formals, treball conjunt del professorat i d'altres agents socioeducatius, i activitats escolars realitzades dins i fora de l'escola, demostren que és un model molt més adequat per respondre als reptes socials d'avui i garantir, alhora, un major benestar per als infants i adolescents.

**XAVIER BOLTAINA**

Gerent de la Diputació de Barcelona. Professor d'ocupació pública i intervenció en les relacions laborals de la UB

## **Horaris de l'administració**

**L**a iniciativa parlamentària catalana de creació de la Comissió d'Estudi de la Reforma horària, s'integra clarament en la necessitat de reorganitzar el temps diari dels ciutadans, la reducció de desigualtat d'homes i dones i la millora del benestar social.

En el cas de les Administracions i del sector públic català, la reflexió al voltant de les mesures que es poden prendre en el futur al respecte mereixen una anàlisi molt específica. No vol dir, això, que siguin una illa diferenciada de la resta del sector privat i de la societat civil. Però sí que l'Administració i el sector públic, en el seu

sentit més ampli, no sols tenen la seva pròpia singularitat, sinó que, com en d'altres ocasions, són el referent o punta de llança de qualsevol possible canvi que es faci en la societat civil catalana.

Els efectius públics d'empleats a Catalunya superen els 300.000, un gruix molt important que presta serveis en les àrees generals de les Administracions però que fonamentalment es concentren en el sector sanitari i en el sector educatiu no universitari. I a això cal sumar tots els empleats d'empreses privades subcontractades que presten serveis per a l'Administració. Un gruix, per tant, de ciutadans –aquells i aquests-, molt important.

És evident, especialment en els darrers anys, que la crisi financera ha impedit l'establiment de millors condicions econòmiques i alhora d'increment retributiu del personal públic, si més no des de l'any 2010 –al contrari, hi ha hagut disminució econòmica individual-; això s'ha compensat sovint amb altres fórmules i una d'elles ha estat la jornada de treball o cercant fórmules més “generoses”. Amb la finalitat, teòrica, d'una millora, l'Administració i el sector públic ha establert en els àmbits generalistes jornades continuades sovint al voltant d'inici del treball a les 8 h i fi del mateix a les 15 h, amb una pausa de mitja hora per esmorzar. Aquest element aparentment positiu ha redundat en una encara major disfuncionalitat, que la pausa per dinar –a casa o fora d'ella- es concreta a partir de les 16 h –dues hores més tard que a la resta d'Europa-. O amb “dinars de treball” dels directius i tècnics que s'inicien a les 15 h i es perllonguen fins i tot dues hores més, per tornar a reiniciar la feina cap a les 17 h.

Per altra banda, en el supòsits que no ha estat així, és a dir, la introducció de jornades de treball a la tarda –en no poques ocasions per compensar econòmicament amb l'increment corresponent la pèrdua que es ve patint des del 2010- ha suposat pauses d'1 o 2 hores per dinar i el reinici de la feina a la tarda, finalitzant a les 18 o 19 h en no pocs casos, per empleats que poden ser directius públics, però també personal de base o especialistes.

Tot això no pot oblidar un col·lectiu d'empleats públics –absolutament majoritari- que tenen jornades de treball, torns de treball, canvis horaris, etc., que topen radicalment amb una raonabilitat de l'organització del temps i del benestar; al sector sanitari és especialment evident, les jornades dels professionals no tenen en compte els eixos fonamentals de la proposta que impulsa Ara és l'hora, ans al contrari, es poden localitzar jornades de treball surrealistes en què el menys important és la persona.

També hem de tenir en compte que hi ha un sector públic que, podent ser punta de llança d'un canvi, està coartat possiblement per la “por” al mercat. El més evident és el televisiu. Els mitjans públics catalans de televisió, fonamentalment, no han fet cap pas en relació que els *prime time* s'iniciïn a hores raonables i certament l'oci televisiu finalitza ja no sols a les 23 o 24 h, sinó que sovint es perllonga fins les 1 h i encara més tard. A nota d'anècdota, documentals força interessants i de primera línia poden iniciar-se entre setmana a les 23.30 h o quasi a mitja nit.

Tot plegat ens porta a la consideració que qualsevol projecte de reforma i adaptació, sigui més ràpida o més lenta, ha de passar per un repensament clar dels horaris de l'Administració i del sector públic, cap dins i cap a l'exterior, per als seus empleats però també i fonamentalment per als ciutadans.

**JOSEP GINESTA**

Treballòleg

## Reforma Horària: el rellotge o la vida

Sovint intentem reduir l'abast dels canvis que proposa la Iniciativa de la Reforma Horària amb un senzill ajust de les agulles del rellotge i amb la dosi de disciplina necessària per obeir els seus 'tic-tacs'. Potser és això només. I sinó ho és, en el fons, és aquell autoengany necessari que ens hem d'imposar per fer-nos fàcil un trànsit cap al sentit comú que els nous temps ens imposen; utilitzar el rellotge del món i fer un ús més intel·ligent del nostre temps.

Quan fem plantejaments menys conceptuals de l'abast de la Reforma, més aterrats a la realitat de cada espai, ens adonem que som davant d'un repte certament ambiciós. En el món del treball, eix clau en aquesta reforma, ja que és en gran part el gran culpable del desori en què som immersos, és més aviat un canvi en la organització de les organitzacions, en com s'organitza el treball en elles. I això és així perquè no podem afrontar cap reforma en els usos horaris sense afrontar la gestió del temps en el seu conjunt, i en com l'eficient ús d'aquest en el disseny dels sistemes de treball, processos i horaris, ens ajuda a optimitzar el temps de les persones. Parlem d'un canvi en el sistema de valors, segurament d'una revolució del món del treball de gran abast. Però un canvi que té retorn en salut laboral, compromís, diligència, productivitat, i un llarg etcètera.

Podem fàcilment compartir que intentar racionalitzar horaris és un valor a l'alça. Però canviar la cultura de la presencialitat laboral per la de l'eficiència en el treball ja requereix d'una anàlisi més fina per consensuar-ne els punts comuns. Per no dir que la de substituir-la per la del treball a distància o teletreball amb sistemes d'organització fonamentalment telemàtics, requereix d'una revolució.

Però una revolució doncs, tant complexa com necessària, tant oportuna com ambiciosa, que té rèdits en el curt termini.

La Reforma Horària ens permet reconduir el rellotge mecànic cap al rellotge vital. I quan parlem de rellotge vital, no parlem del rellotge individual. Les organitzacions del futur, per ser sostenibles, han de tenir un rellotge propi eminentment vital. O és que algú s'atreveria a aquestes alçades negar que les organitzacions (les empreses, institucions i altres) estan fetes d'alguna cosa diferent de la vitalitat de moltes persones?

## Reforma (Horària) sostenible

L'abundància de petroli barat de què hem disposat durant poc més d'un segle ens ha permès creure que som independents dels cicles naturals. Aquesta abundància ja s'ha acabat (ara el petroli pot momentàniament tornar a semblar barat, però en realitat el seu preu fa batzegades amunt i avall perquè ja no hi ha manera d'encaixar l'oferta i la demanda). No hi ha cap manera de garantir que podrem seguir disposant de l'abundància energètica de les darreres dècades. De fet, si tota la humanitat consumís el que de mitjana consumim a Catalunya, no hi hauria prou recursos a la Terra: ens caldrien tres planetes (i sis planetes si tothom consumís com la mitjana dels Estats Units). El miratge del materialisme s'esvaeix perquè era insostenible, i ara ens toca aprendre a viure millor amb menys abundància material. Un aspecte clau d'això és tornar a sintonitzar els nostres ritmes i activitats amb els cicles naturals. També pel que fa a les hores.

Abans de la invenció del rellotge mecànic, al segle XIII, el temps no es concebia de manera abstracta i lineal, sinó que responia als cicles del cosmos: les hores del dia es mesuraven dividint per dotze el període que va de la sortida a la posta de sol. És a dir, tant a l'hivern, quan els dies són curts, com a l'estiu, quan els dies són llargs, el període diürn es dividia en dotze hores, de manera que les hores dels dies d'estiu eren més llargues i les dels dies d'hivern eren més curtes. I en les nits succeïa a l'inrevés, les hores de les nits d'hivern eren més llargues que les hores de les nits d'estiu. Quan un poeta medieval parla de les llargues hores de les nits d'hivern no és una metàfora: literalment eren més llargues. Si avui no podem adaptar les hores del rellotge mecànic als cicles de la natura, sí podem adaptar-nos nosaltres canviant uns horaris que semblen dissenyats per a la insostenibilitat.

L'empresa líder en disseny i tecnologia és la natura, que porta 3.800 milions d'anys de recerca en I+D. Per això, una de les disciplines amb més futur a curt termini és la biomimètica, és a dir, el disseny basat en l'extraordinària eficiència de la natura (si voleu un exemple: el fil de la teranyina és en relació al seu pes cinc vegades més resistent que l'acer, i a més està fet a temperatura ambient i sense emissions tòxiques). I una de les claus de l'eficiència de la natura és com la vida es sincronitza amb els ritmes de llum del nostre entorn còsmic. Amb el sol desperten les flors, els ocells i totes les criatures (tret de ratpenats, mussols i altres excepcions que confirmen la regla). El futur passa per la sostenibilitat, i la sostenibilitat passa per adaptar els nostres ritmes vitals i laborals als de la terra i el cel amb què vivim.

# DOCUMENT DE BASE PER AL DICTAMEN DEL CADS

L'objectiu d'aquest document de fonamentació científica ha estat orientar el Dictamen que ha d'elaborar el Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) sobre el procés de Reforma Horària, de manera que s'assoleixi l'adopció d'uns horaris adequats a l'impuls transformador de la Catalunya actual. Es parteix d'un marc conceptual que se sustenta en cinc grans eixos: el foment del benestar social, la contribució a la sostenibilitat mediambiental, el combat contra la desigualtat de les dones, l'avenç cap a una economia sostenible i la millora de la participació democràtica, cultural i el compromís cívic. S'exposen els principals estudis i projectes desenvolupats a Catalunya en el període que comprèn els darrers 15 anys (2000-2014) i fa una anàlisi comparativa dels models horaris a Europa. Posteriorment es plantegen les principals conclusions i una proposta d'actuació per als propers tres anys.

**FERRAN RODÉS**

**President del Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible  
de Catalunya (CADS)**

## Reforma Horària per ser un país millor

Va ser quan era adolescent que, llegint el “Quadern Gris”, vaig descobrir que no sempre a Catalunya havíem tingut (o patit) uns hàbits horaris diferents dels que prevalen més enllà dels Pirineus, i que fins a la Guerra Civil aquí es dinava i se sopava a la mateixa hora que a París. Preguntant-ho, vaig saber que va ser el 1940 quan el general Franco, plegant-se a la voluntat de Hitler, va imposar a Espanya el mateix fus horari que Alemanya. La precarietat econòmica de la postguerra, quan per subsistir molts ciutadans havien de procurar-se dues feines i ocupar, per tant, tota la jornada, van fer la resta.

El fet és que aquest error, que a ulls d'alguns visitants pot semblar un curiós hàbit idiosincràtic i nosaltres percebem sovint com un fet natural, és en realitat una font de greus problemes, un enorme despropòsit que no té res d'idiosincràtic ni natural, una llosa que clarament està impeding el normal desenvolupament del país vers un horitzó de benestar general i sostenible.

A Catalunya -i a Espanya- el fet de dinar tard i durant dues hores ho pertorba tot. Passem més temps a la feina i, tanmateix, som menys productius que els veïns europeus en qui ens emmirallem. Una bona part de la ciutadania arriba al vespre a casa amb l'energia justa per sopar i quedar-se ensopida davant del prime-time de la TV, que també comença quasi dues hores més tard que a la resta d'Europa.

A la vida familiar, l'impacte d'aquest hàbit és evident. El temps de qualitat dels nens catalans amb els seus pares és perillosament baix; acostumem a ajudar-los a fer els deures quan ja haurien d'estar dormint, i anem tots al llit, nens i adults, amb l'estómac ple, fet que sovint ens fa dormir malament. No només l'harmonia familiar i la vida de parella se'n ressenteixen: també el temps dedicat als amics o a un mateix, a passejar o a llegir un llibre, són avui activitats hipo-

tecades per aquest error. Poques persones i institucions (escoles i hospitals són rares excepcions) s'escapen del parany en què vàrem caure fa setanta-cinc anys.

Com podríem millorar, d'un sol cop i entre d'altres, la salut, el nivell cultural, l'economia, l'ocupació i la nostra demografia, l'estalvi energètic, la sinistralitat a la feina i a la carretera, la conciliació familiar i la nostra qualitat de vida? Senzillament, gestionant millor el nostre temps. És indispensable i urgent fer-ho per ser un país millor.

I ara tenim una oportunitat única per posar-nos-hi: les dones i homes, professors, metges, filòsofs, sociòlegs, emprenedors i altres professionals que han constituït l'entitat "Iniciativa per la Reforma Horària, Ara és l'hora" reuneixen les capacitats i experiències necessàries per a impulsar un moviment social que ens alliberi d'aquesta llosa importada i passem així a gestionar correctament el nostre temps.

Són persones compromeses i van de debò. En pocs mesos han aconseguit el suport del Govern, el del Parlament de Catalunya (per unanimitat), i el de molts líders socials, mitjans de comunicació i ciutadans anònims. El mateix Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible de Catalunya (CADS) ha lliurat un informe sobre aquesta important i vital iniciativa de país.

Tant de bo que ara la resta de la ciutadania ens sumem als promotors d'aquesta iniciativa i aviat podem fer com Josep Pla que, al seu Quadern Gris, dinava invariablement entre dotze i una i tenia temps per a tot.

**SARA BERBEL**

**Psicòloga social**

## **El punt de partida de la fonamentació**

**L'**abril de 2014, arrel de les diferents reunions sostingudes entre membres del grup promotor de la Reforma Horària i membres del CADS, s'acorda la realització d'un Document Base que reculli les principals publicacions, estudis i projectes realitzats a la darrera dècada a Catalunya, en faci una comparació amb Europa i acabi amb una sèrie de propostes que serveixin per a l'elaboració d'un Informe del CADS per al Govern de la Generalitat.

Per nosaltres va constituir un repte important ja que mai fins ara no s'havia fet un recull exhaustiu de les principals experiències dutes a terme al nostre país en matèria horària i ens vam submergir en la tasca amb interès i passió (dos substantius que caracteritzen els membres del grup promotor de la Iniciativa per a la Reforma Horària).

L'objectiu d'aquest document de fonamentació científica va ser orientar el Dictamen que havia d'elaborar el CADS sobre el procés de Reforma Horària. Particularment, es parteix de la base que el factor temps és una variable relle-

vant en la consecució d'una major sostenibilitat econòmica i energètica, així com d'una millora de la igualtat entre dones i homes i del benestar social i l'autonomia de les persones.

A banda de l'objectiu formal explícit pel CADS, per nosaltres n'hi havia un segon d'implícit, i era posar en valor el coneixement atresorat durant més d'una dècada entre algunes de les ments científiques i socials més brillants del nostre entorn en relació al temps, així com el compromís polític d'algunes administracions fermament implicades en canviar els horaris per millorar la vida ciutadana. Aquest segon objectiu era cabdal perquè sobreviuria més enllà de les possibilitats d'èxit del Dictamen del CADS.

Es va proposar una metodologia que combinés l'anàlisi acadèmica amb la participació activa de persones expertes amb l'objectiu d'estimular la transferència de coneixements i compartir els diferents àmbits d'expertesa.

Els debats i reflexions entre el nostre equip i els membres del CADS van ser vius i estimulants, i van reflectir clarament el sentir de la ciutadania i els molts dubtes que una possible reforma suscita, malgrat una intuïció general que indica que és necessària i beneficiosa. Per nosaltres va ser un assaig en relació al treball que haurem de desenvolupar en la següent fase de Sensibilització del nostre projecte.

Com a resultat de les diverses anàlisis i conclusions es van presentar 35 propostes d'actuació en els diferents àmbits estudiats, que es van concretar posteriorment en 10 propostes clau, tant de tipus general com específic, propostes que orientaran tota la tasca futura del nostre projecte en relació a totes les administracions públiques i el sector privat.

El Document Base es va desenvolupar entre abril i setembre de 2014, realitzant-se la presentació del Dictamen al Govern per part del CADS el setembre de 2014, tal com estava previst. Actualment estem a l'espera dels resultats concrets d'aquest Dictamen en l'obra de govern.

**SARA MORENO**

Professora de Sociologia a la UAB

## **Reforma Horària: un repte per evitar dos riscos**

**E**xisteix un ampli consens social entorn de la necessitat de revisar els horaris en el context actual. D'ençà dels inicis de la industrialització, s'han donat molts canvis socials, demogràfics i econòmics que han provocat la desincronització dels horaris. En el cas català i espanyol aquesta desincronització s'accentua per unes jornades laborals extenses que contrasten amb la lògica més intensiva de la resta de països europeus. És, doncs, imprescindible revisar quan, què i com

fem totes i cada una de les activitats que formen part de la vida quotidiana.

Davant la necessitat d'una Reforma Horària, cal assumir un repte per evitar dos riscos. I és que la Reforma Horària ha d'incloure tots els treballs i totes les persones amb independència de la seva classe social, gènere i ètnia. Per això, cal un canvi d'actituds que permeti reconèixer el valor social del treball domèstic i de cura, trenqui amb la disponibilitat laboral absoluta i obri la porta a un consum més responsable. Canviar els horaris sense canviar els valors implica el doble risc de polaritzar la societat i esdevenir còmplice de la col·lisió de drets.

L'ús social del temps és un excel·lent indicador de les desigualtats socials. Malgrat que el dia té 24 hores per a tothom, les possibilitats de decidir com fer-les servir varien segons la classe, el gènere, l'edat i l'origen de les persones. A diferència d'altres recursos com l'educació o els diners, que quan més se'n disposa millors són les condicions de vida, disposar de molt de temps no sempre és garantia de benestar. En determinats entorns laborals no tenir temps i estar molt enfeinat és prestigiós i sinònim de poder. Ben diferent és el cas d'aquelles dones que viuen atrapades en el temps, immerses un règim de doble presència on acumulen responsabilitats laborals i familiars. A més, existeix el risc de la coalició de drets atesa la dificultat de sincronitzar els horaris laborals en una societat complexa orientada a l'economia dels serveis i captiva de la lògica consumista. No seria vàlid que la població més ben situada finalitzés la jornada laboral a les 17 h i tingués accés a un conjunt de serveis que obliga els més desafavorits a treballar fins ben entrada la nit. En definitiva, la reordenació horària ha d'evitar millorar el temps de vida d'una part de la població a costa del temps de vida de la resta.

**TRINITAT CAMBRAS**

**Professora de Fisiologia a la UB. Especialista en cronobiologia**

## **Reforma Horària i ritmes de vida**

**E**ls humans com a espècie hem evolucionat en un entorn marcat per l'alternança entre el dia i la nit. Aquesta adaptació ha procurat una part del nostre cervell, regulada genèticament, que actua com si fos un rellotge diari. Així el nostre cos marca un temps intern, que es reflecteix amb la manifestació de ritmes circadianis en la major part de les seves funcions. Normalment el temps intern està ajustat amb el temps extern, però en determinades circumstàncies pot haver-hi un desajust que és risc de problemes de salut. Aquest desajust afecta al son, però també pot produir alteracions endocrines, de la regulació de la ingesta d'aliments, metabòliques i de l'humor. A més, en el cas de nens i adolescents pot interferir en el rendiment escolar. Per evitar el desajust circadiani cal parar atenció als factors socials que poden desajustar els ritmes interns dels horaris externs.



Un dels factors que pot provocar un desajust és la llum a la qual s'exposen els individus. Es considera que una de les causes de l'endarreriment horari que s'observa a la societat actual és la falta de llum durant el dia i l'excés de llum a la nit, que generen senyals febles pel rellotge circadiari i allarguen el ritme intern de les persones. El fet d'endarrerir les activitats diàries cap a la nit pot produir alteracions del son així com desajust dels ritmes circadianis per desfasament entre els horaris en dies laborals i feiners. La discrepància horària entre els horaris dels dies feiners i els dies festius, amb especial incidència en els adolescents, ha rebut el nom de jetlag social i es considera actualment un problema crònic que pot comprometre la salut de l'individu.

D'altra banda, els horaris de menjar són també importants en el manteniment de la salut. El nostre cos no està preparat per rebre aliments de la mateixa manera a qualsevol hora del dia. La ingesta d'aliments desplaçada cap al final del dia (sopar tard i no esmorzar) pot alterar el patró rítmic d'hormones implicades en la gana i el metabolisme i donar lloc a situacions de risc de patir diabetis o altres alteracions metabòliques.

Racionalitzar els horaris i adequar-los més a les hores de llum hauria d'afavorir menys temps d'exposició a la llum en hores tardanes, sopar més aviat, permetre el temps natural de predisposició al son, disminuir el nombre de persones amb jetlag social i en conseqüència contribuir a millorar la salut de la població.

**MERCÈ OTERO**

**Professora jubilada i activista**

## **Reforma Horària i coresponsabilitat**

No és estrany que els moviments socials, en aquest cas el moviment feminista, i la teoria que el seu activisme genera, es vegin obligats a anar afinant la terminologia i, fins i tot, a proposar-ne de nova, perquè els processos de canvi de mentalitat i de política social s'allarguen tant que hi ha, per una banda, un desgast del vocabulari i, per una altra, una necessitat d'anar aprofundint i obrint alhora el ventall per tal d'anar implicant cada vegada més gent en el canvi de paradigma proposat. Això és el que passa quan es tracta de les qüestions de temps i treballs de les dones. Es va començar parlant de treball domèstic i de "doble jornada" i s'ha passat a parlar de "posar en el centre" el treball de cura. Es va continuar parlant de conciliació de temps i treballs pel que fa a la distribució de feines estereotipada segons sexe/gènere. Ara sembla que parlar de la coresponsabilitat escau millor al problema de redistribució de tasques, perquè la conciliació, com a compatibilitat, s'inclina massa del cantó femení. En un escenari de voluntat de compartir, sens dubte, plantejar la

reforma dels horaris és essencial perquè ha de permetre que es faci realitat la coresponsabilitat. Però, si encara no som en aquest escenari, aleshores també la Reforma Horària és necessària, perquè no tant sols pot facilitar i potenciar la coresponsabilitat, sinó, fins i tot, obligar a exercir-la amb la gratificació subsegüent. Podríem dir que, si canviem els horaris, canviarà la realitat o ajudarem a canviar-la, de la mateixa manera que afirmem que les dinàmiques de la societat actual ens porten a haver de reformar els horaris.

De tota manera, encara podem anar més enllà i pensar que, potser amb la crisi, s'enceta un procés d'afinar la consciència i la sensibilitat i que el que cal és parlar de Reforma Horària i codependència. Pel que fa al treball de cura, les feministes reconeixem que totes les persones som dependents, amb més o menys grau, i no només les criatures, les persones grans o malaltes. Totes i tots necessitem temps, el nostre temps, i dedicar-nos recíprocament temps: un temps de cura, per a la sostenibilitat de la vida, per a la qualitat de vida. Aquest reconeixement de codependència, de necessitat de temps personal, general i en xarxa força, justifica i condiona la Reforma Horària encara més si cal: una reforma horària que no es limiti a posar pedaços per poder atendre necessitats de dependència entesa com a mancança o subordinació.

Sèneca va dir (*Omnia aliena sunt: tempus tantum nostrum est*) que totes les coses ens són alienes: només el temps és nostre. El que cal, doncs, és que dones i homes ens tornem a apropiari del temps i ens coresponsabilitzem del temps i del valor de la vida a l'àmbit públic i privat, productiu i reproductiu i, per això, cal començar per la Reforma Horària.

El 10 de juny es realitza la sessió constitutiva de la comissió, després que el ple n'aproves per unanimitat la creació el mes d'abril. Oriol Amorós (i posteriorment Agnès Russiñol), diputats del grup d'ERC, exerceixen la presidència, que integren dos diputats de cada grup, i que neix amb la voluntat d'acabar els treballs aquest any. La comissió té per objecte conèixer les iniciatives polítiques i legislatives que cal que el Parlament adopti per portar a terme la Reforma Horària a partir del 2016. Té una durada de sis mesos i haurà de redactar un informe final. Els membres de la comissió, a banda d'Amorós, són Benet Maimí i Joan Morell (CiU); Rosa Amorós i Agnès Russiñol (ERC); Montserrat Capdevila i Alícia Romero (PSC); José Antonio Coto i Fernando Sánchez Costa (PPC); David Companyon i Laura Masana (ICV-EUiA); Inés Arrimadas i Carmen de Rivera (C's), i David Fernández i Isabel Vallet (CUP).

**NURIA CHINCHILLA**

Professora a l'IESE - Business School

## Aprofitem l'empenta i el consens

Fa anys que venim explicant que hi ha algunes empreses que han fet el canvi que aquí proposem, altres que s'ho estan replantejant i d'altres que no ho faran mai, fins que la llei no els obligui. En aquest sentit, el Parlament de Catalunya ha posat fil a l'agulla aquest 2014 a l'estudi de la viabilitat de la Reforma Horària. Anteriorment va ser el Congrés dels Diputats qui va impulsar amb l'empenta d'ARHOE una subcomissió sobre racionalització d'horaris, conciliació i coresponsabilitat. Un dels aspectes més suggeridors de la iniciativa catalana és que no depèn de cap àmbit en concret (treball, igualtat, etc.), sinó que té identitat pròpia. Això li atorga una visió molt més àmplia i integral de la Reforma Horària. Necessitem actuacions sobre els horaris de treball, però també sobre els horaris educatius, comercials, culturals o de l'administració. La proposta, per tant, ha de ser global justament perquè la qüestió dels horaris i l'organització del temps de vida quotidiana té un caràcter sistèmic. Des de la Iniciativa per a la Reforma Horària, i sobretot, d'aquelles persones que portem una pila d'anys treballant en aquest àmbit de recerca des de la universitat, tenim molta confiança en el treball d'estudi parlamentari. Sobretot si tenim en compte que la petició a la Mesa del Parlament va ser signada pels set grups, fet insòlit en aquesta legislatura. Es barreja un sentiment d'il·lusió i prudència ja que l'empresa a què estem fent front és descomunal. Aprofitem l'empenta i el consens doncs per tal que tot els esforços es dirigeixin a construir les eines legislatives que ajudin a fer realitat la Reforma Horària.

Per acabar, aquesta reforma és sempre urgent i peremptòria. Cada dia que passa sense fer-la perdem vides que no arriben i benestar per a tothom, tenim més fracàs escolar, major sinistralitat, menor productivitat, menor competitivitat, major contaminació social, major ecologia humana i, per tant, menor sostenibilitat com a país.

## SESSIONS

10 de juny, [Constitució](#)

17 de juliol, [Iniciativa per a la Reforma Horària](#)

25 de setembre, [Trellall](#)

28 d'octubre, [Educació](#)

4 de desembre, [Comerc](#)

ELVIRA MÉNDEZ

Metgessa especialista en Medicina Preventiva i Salut Pública

## Lliçons de la reforma sobre la venda, la publicitat i el consum de tabac

Les convencions horàries són l'eix sobre el qual giren, s'articulen i es distribueixen els usos socials del temps. Per això, la reordenació horària al nostre país suposa haver d'afrontar un canvi social, laboral i educatiu amb múltiples ramificacions sobre els hàbits de la vida diària. Es tracta d'un canvi sistemàtic que afecta pràcticament tot el ventall d'activitats humanes, des de la feina, l'oci, l'escola i la vida familiar fins les hores de son. Tot i l'amplada de la Reforma Horària, es poden extreure i traslladar algunes lliçons d'una de les reformes recents més reeixides com ara la que va estimular la davallada de l'epidèmia tabàquica.

En una societat democràtica, l'acceptabilitat i la visibilitat del suport social cap a qualsevol reforma és un dels factors més afavoridors de l'adopció de canvis i de les conseqüents regulacions. En el cas de la reforma que va obrir una nova època de prevenció del consum de tabac va ésser cabdal afrontar de forma sostinguda i amb arguments ben contrastats la forta pressió dels organismes que defensaven els interessos de la indústria del tabac. Per part dels opositors a la reforma es van fer servir un seguit d'arguments com ara la por als perjudicis econòmics, l'amenaça a les llibertats individuals, la possibilitat d'autoregulació voluntària, la predicció d'incompliment social de les mesures regulatòries i la caracterització dels promotors de la reforma com a gent intolerant i prohibicionista. Aquets arguments són ben semblants als adduïts pels que s'oposen a la reforma horària.

La població més afectada pel consum de tabac, com eren els pacients, els professionals sanitaris, els gestors públics i els polítics es van veure moguts positivament cap al canvi pel desplegament de polítiques integrals assolides, avaluades i força difoses de control del consum de tabac als centres sanitaris. Això va mostrar que el canvi era factible i estava a l'abast dels diferents actors. Abans que s'hagués començat a debatre cap proposta reguladora es van poder experimentar, conèixer i afrontar les principals resistències socials i també es van activar els motors del canvi. En el cas de la reforma horària es podrien desenvolupar i avaluar projectes integrals de reordenació horària a escala municipal en indrets rurals i urbans dels país.

Al llarg del procés de reforma el Comitè Nacional de Lluita Contra el Tabaquisme, compost principalment per professionals sanitaris, va esdevenir un referent molt reconegut i generador de confiança pública per a tota mena d'actors gràcies al seu esforç sostingut de comunicació i interlocució i a la fermesa de les seves posicions. El grup motor de la Reforma Horària, que

té una composició multidisciplinària i intersectorial, ja ha començat a jugar un paper social molt semblant i caldria que mantingués una combinació plàstica d'èmpenta i creativitat a favor d'una reordenació horària més avinent amb les necessitats de la nostra societat.

**AGNÈS RUSSIÑOL**

**Presidenta de la Comissió d'Estudi i Diputada al Parlament de Catalunya**

## **Per què hem de triar ser menys feliços?**

**A**ra fa uns dies, la investigadora i divulgadora de temes educatius, Catherine L'Ecuyer defensava al Diari ARA la necessitat que els nens passin més hores amb els seus pares. En aquest sentit, afegia: “Moltes coses que resten capaçat d'admirar-se al nen són conseqüència del fet de tenir-lo davant una pantalla perquè no ens arriben les hores. Els horaris laborals s'haurien d'adequar als de l'escola”. Com la Catherine, nombrosos experts i acadèmics del nostre país fa anys que estudien i treballen per divulgar els beneficis que una Reforma Horària tindria sobre la societat catalana.

En els últims mesos, la Iniciativa per a la Reforma Horària- Ara és l'hora; ha sabut posar fil a l'agulla a un projecte que potser encara molts consideren utòpic, o que veuen llunyà, però que és clau per posar les bases del nou país que estem construint. L'objectiu és tant ambiciós com necessari, implementar una nova manera d'organitzar els temps, canviar hàbits i trobar una conciliació, un equilibri entre vida professional i personal. No podem seguir apostant per jornades laborals maratonianes, amb horaris fragmentats i poc productius, que no beneficien ni a empreses ni a treballadors. Ni podem restar potencial al nostre benestar. Una gran majoria de ciutadans pateixen en primera persona la dificultat de no conciliar la vida laboral amb la familiar. I reconeix que aquest fet l'angoixa. I la meua pregunta, retòrica si voleu, és tant senzilla que la podrien formular els meus fills de 2 anys: Per què hem de viure pitjor si podríem fer-ho millor? Per què hem de triar ser menys feliços?

Cal aturar-nos, analitzar i treure unes conclusions concises que generin els canvis legislatius adients per reorganitzar els nostres horaris. I això és el que estem fent a la Comissió d'Estudi de la Reforma Horària al Parlament de Catalunya. Per primera vegada tenim sobre la taula el consens polític necessari per començar la primera fase, l'estudi de tot allò que caldria modificar. Siguem valents i fem-ho possible. No tinguem por de transformar, és la nostra responsabilitat.

## **Millorar els horaris només té avantatges**

**M**'han demanat que escrigui un text breu per explicar la posició del grup parlamentari de CiU i la meva pròpia a favor de la Reforma Horària i de l'aposta per una racionalització dels horaris. No em costarà gens fer aquesta defensa perquè la comparteixo al cent per cent des de fa temps.

Millorar els horaris només té avantatges en el seu sentit més ampli i afavoreix tots els ciutadans i totes les capes socials. Potser per això la recent comissió creada en el Parlament de Catalunya genera poca polèmica. I com que no hi ha debats enfrontats, els seus continguts no són recollits malauradament pels mitjans de comunicació. Però no pas per això deixa de ser important. Estem parlant d'una qüestió transcendent que afecta un tema cabdal de la nostra societat, la conciliació de la vida laboral i familiar, i per tant, també l'educació dels nostres fills. No és exagerat dir que estem parlant del futur i de la felicitat dels nostres ciutadans.

Com deia Aristòtil, les lleis i els polítics han de servir per fer la vida fàcil als ciutadans, i feliç hi afegiria jo. Aquesta llei hi podria contribuir de manera molt ferma i decidida si som capaços de tirar-la endavant.

Si ho fem bé podrem millorar la qualitat de vida de les persones, la seva productivitat i creativitat i de retruc la seva competitivitat personal i la de l'economia. Sempre he pensat que en un entorn equilibrat amb una bona qualitat de vida, la creativitat es més fàcil que flueixi en benefici també de la societat i del bé comú.

Crec que no serà difícil l'acord entre els grups polítics. Una altra cosa serà reorganitzar els horaris en el si de una societat llatina amb un clima mediterrani i modificar el seu funcionament actual. La primera pregunta és qui comença i com: les escoles? Les empreses? Els comerços? Les empreses de lleure? Qui?

Com ho fem per reconduir un model com l'actual? Actualment vivim moments de transició, a mig camí de l'ahir i del futur. Haurem de decidir si ens volem emmirallar en una societat justa, humana i equilibrada o en un altre model completament oposat d'una societat sense límits, embogida pel capital, on la màxima és no parar les 24 hores del dia. Com en tot, cal trobar equilibris i sobretot pensar més en les persones i no en els diners.

## Nou país, Reforma Horària

L'any 2014 podem dir que ha estat el de l'inici del canvi. La mobilització ciutadana està fent trontrollar tot d'esquemes esgotats i està fent néixer la llavor d'un nou paradigma.

Ara no només volem viure més, sinó que també volem viure millor. Per aconseguir aquesta vida més digna ens cal tenir més temps, un temps de qualitat, que ens permeti una millora de la nostra vida personal, de les nostres necessitats, un millor benestar i cohesió social i també una major igualtat de gènere.

El 18 de març de 2014, al Parlament vam aprovar la creació de la comissió d'estudi a favor de la Reforma Horària. La principal missió és redactar un informe que permeti elaborar, en un futur pròxim, una llei. L'objectiu és la modificació dels horaris a partir de 3 passos bàsics: dinar a la una, horaris flexibles i a les vuit del vespre sopar a casa, com passa a molts llocs d'Europa.

Durant l'any 2015 es realitzaran programes de sensibilització i proves pilot i es presentarà un informe d'impacte econòmic. L'any 2016, el 13 de setembre, és la data fixada per la plataforma 'Ara és l'hora' per introduir el canvi social radical que ha de modificar els horaris.

Ara tenim l'oportunitat de gestar la modificació del nostre entorn amb una iniciativa que ens il·lusiona i ens estimula a la vegada. Per tant, malgrat les dificultats, no hem de perdre de vista el nostre objectiu d'aconseguir una nova organització del temps i assumir amb valentia i creativitat els reptes del camí.

Catalunya, a més, viu a la vegada una onada sobiranista que també ajuda que ens trobem en un context de ràpides transformacions socials, econòmiques i polítiques.

Per tant, serem un nou país d'Europa, cosa que significa requerir de noves estructures que permetin principalment que la ciutadania millori la seva qualitat de vida, per això es fa del tot imprescindible tenir en compte el factor del temps.

L'any 2014 al Parlament ja han tingut lloc compareixences de persones expertes d'alguns dels "acceleradors": Treball, Comerç i Educació (escoles i universitats) que, amb les valoracions i descripció d'experiències, ens permeten un debat intens i serà i alhora una anàlisi acurada dels punts forts i dèbils per tal de fer realitat els canvis que volem aconseguir.

Només amb un equilibri real entre la dedicació a la feina i l'espai personal podrem aconseguir persones més felices i professionals més implicats i productius.

I serà, en bona part, la nostra responsabilitat prendre les millors decisions perquè en aquesta nova societat neixi també una nova ciutadania. Necessitem i volem persones més humanes, saludables, lliures, responsables i participatives.

**MONTSERRAT CAPDEVILA**

**Diputada al Parlament de Catalunya**

## **El 2015, pla pilot per aplicar la Reforma Horària al Parlament**

**C**omença el 2015 amb molts reptes per endavant. Un d'ells, aplicar al Parlament el pla pilot per a la Reforma Horària.

La pregunta és: serà possible? Depèn de nosaltres, hi haurà voluntat? Les respostes que rebo en plantejar aquestes qüestions són: impossible, són costums difícils de canviar, van amb la cultura mediterrània. D'entrada tothom ho dona per perdut.

La Sara Berbel argumenta i demostra que aquí treballem més hores que ningú i estem a la cua en productivitat. Per tant, no ho estem fent bé. Potser ja és hora que ens plantejem fer-ho bé, i canviar a partir d'aquelles coses que podem canviar. I al Parlament en tenim la possibilitat, doncs fem-ho.

Com? La iniciativa per a la Reforma Horària ens planteja qüestions tan senzilles com que puguem fer la pausa per dinar a partir de la una del migdia, i acabar la jornada de treball a les 6 de la tarda, per poder ser a casa a sopar a partir de les 8 del vespre.

Seria tan senzill com plantejar-nos començar al matí abans, a les 9 h per exemple enlloc de les 10 h, fer pausa a partir de la 1 per dinar, reprendre les sessions a les 14 o 14.30 h i acabar a les 18 h.

No sembla tan complicat, oi? A la comissió d'estudi hem sentit companys d'empreses que de forma pactada amb els treballadors ho han aconseguit. I els resultats són espectaculars: en productivitat, en rendiment i satisfacció. Tot són avantatges.

Només es tracta de proposar-nos-ho, canviar alguns costums que ens és possible canviar, per començar a les comissions, passa a passa, i a partir d'aquí fer els canvis en els horaris maratonians dels plens. De vegades no cal parlar més del compte per esgotar els temps pautats al reglament. No és qüestió de fer menys, sinó de fer-ho millor.

Estem molt lluny d'allò que les autoritats sueques creuen, que una jornada laboral més curta ajudarà els treballadors a sentir-se millor físicament i mental, i a rendir més, per això aquest any Suècia estrena la jornada de 30 hores setmanals amb una prova pilot.

Ho tindrem algun dia aquí, on els estudis ens diuen que les dones espanyoles



són les més estressades de tot Europa?

Si no som capaços de fer-ho al Parlament, i als governs, on hauríem de donar exemple, difícilment ho podrem traslladar a la resta de la societat.

Posem-nos-hi, és a les nostres mans.

**JOSÉ A. COTO**

Diputat al Parlament de Catalunya

## Un gran esforç col·lectiu i de consens

La qualitat de vida de les persones ha de passar necessàriament perquè puguin disposar d'un lloc de treball, d'un sistema de salut de la màxima qualitat i d'accés universal així com d'una educació en llibertat adaptada als reptes que requereix un món global i tecnològic com l'actual, en aquesta línia, un altre gran objectiu de la nostra societat és garantir l'existència d'uns horaris laborals i d'unes jornades que permetin compatibilitzar adequadament el treball amb la vida familiar. Per això, hem d'incentivar la compressió d'horaris laborals. Ha de canviar la cultura que és millor treballador el que passa més hores assegut a la cadira per una cultura que premiï i afavoreixi la productivitat i l'eficiència. En aquesta mateixa línia, també s'ha de treballar per buscar fórmules que assegurin un descans adequat de les persones, el que tindrà efectes positius en el rendiment i ambient laboral. Tot respectant la llibertat d'empresa i ocupació, el sector públic, pel seu pes en el Producte Interior Brut, per la força laboral que ocupa i per la capacitat transformadora de què disposa, ha de marcar-se un calendari amb uns objectius clars i concisos que facin possible aquest objectiu compartit per una gran majoria de la societat.

El Parlament de Catalunya ha iniciat els treballs d'una Comissió d'Estudi amb l'objectiu de presentar una proposta per tal de fer efectius aquests objectius que tots els Grups parlamentaris, sense excepció, compartim. Per aquest motiu, volem posar de manifest la necessitat de seguir recercant consensos, no solament en l'àmbit polític, sinó amb els agents socials, món associatiu, centres de recerca, d'ensenyament, escoles de negoci i empreses, que ens ajudin a materialitzar la millor fórmula per fer tangibles els objectius de disposar d'uns horaris adaptats a la majoria dels països del nostre entorn. Avui el tabac ha desaparegut dels espais públics i ha crescut molt àmpliament la conscienciació de no conduir mai sota els efectes de alcohol, aspectes que eren inimaginables fa una o dues dècades, per tant també és possible aconseguir l'existència d'uns horaris laborals que permetin un adequat descans junt amb la realització d'esports, estudis, participació associativa, estar amb la família, assistència a esdeveniments esportius i culturals i tot allò que assegura disposar d'una vida plena i en llibertat.

## La Reforma Horària... una “petita” revolució democràtica

Si moltes malalties avui dia es podrien explicar simplement com a conseqüència de les creixents desigualtats socials, només cal recordar la diferència d'anys de vida entre els barris amb renda més alta de Barcelona comparada amb el barri amb menys renda –fins a vuit anys i augmentant-, també moltes malalties del nostre “temps” es poden explicar per l'estrès que genera la manera que està organitzada la nostra societat. I aquestes desigualtats o aquesta organització social són fruit d'alguna raó sobrenatural? En absolut.

Molts països del nostre entorn estan organitzats de maneres ben diverses i com a conseqüència els seus horaris socials són força diversos dels nostres. L'horari laboral, dels serveis o l'escolar sense anar més lluny. Tots els estudis coincideixen que ni més hores a la feina comporten més productivitat, ni més hores a classe millor rendiment, ans al contrari. I doncs.. per què la tendència segueix sent allargar els horaris o dedicar cada cop menys temps a la cura i educació dels fills? O que aquesta manca de temps s'hagi de suplir “comprant” temps després de l'horari escolar i anar a recollir els fills a les set o les vuit de la tarda?

Com fer un punt i a part que ens permeti reflexionar sobre com “retornar” a la ciutadania un dret, el dret al temps com a part dels drets de ciutadania? Ara que estem debatent quin país volem és imprescindible aquest debat i que un dels seus impulsors en sigui el propi Parlament de Catalunya, ja que una societat que vulgui ser realment democràtica no pot ser-ho sense que els seus ciutadans tinguin temps per participar de la “cosa pública”, el “bé comú”, que el romans en deien la “res-publica” i d'on deriva el mot República.

El factor temps també és clau perquè la ciutadania pugui participar, debatre i decidir. És clau per a la societat, on el concepte democràcia no sigui sinònim d'anar a votar cada quatre anys, sinó que inverteixi en l'apoderament permanent dels seus ciutadans. Canviar les estructures del temps laboral, social, educatiu... és una “petita” revolució democràtica que canviaria de soca-rel moltes coses.

La República Catalana, que molts volem, no pot quedar al marge d'aquest debat i com diuen els promotors de la Comissió d'estudi al Parlament: Ara és l'hora!

## Racionalització és inversió

La nostra vida està marcada pel temps. A més de l'horari laboral, que articula el dia, ens marca el ritme vital la manera en què organitzem el nostre temps lliure (horari personal) així com l'horari de la societat: aquelles hores en què es pot comprar, anar al cinema o sopar en un restaurant.

A Ciutadans som partidaris d'aprofitar millor el temps promovent i establint una racionalització dels horaris per viure millor la nostra vida. Els ritmes espanyols posen molt difícil conciliar la vida laboral i la personal.

La qüestió de l'horari laboral és fonamental en aquesta reforma, de manera que canviar la regulació del temps de treball als convenis laborals serà determinant per a l'èxit de la mateixa.

El marc horari en què hauria de transcórrer la jornada laboral normal hauria de ser 7 h a 17 h, amb flexibilitat perquè cada treballador l'adeqüi als seus desitjos i necessitats dins del marc abans esmentat. Per exemple, entrada a les 7 h i sortida a les 15 h o bé entrada a les 8 h i sortida a les 17 h amb 60 minuts per menjar.

S'aconseguiria així més temps per dedicar a la família, el lleure i les tasques domèstiques, ja que l'objectiu de la racionalització dels horaris és fer-nos la vida més fàcil i aconseguir que siguin compatibles les diferents obligacions i desitjos de realització vital d'homes i dones que són, alhora, mares, pares i treballadors.

La racionalització d'horaris laborals és una inversió, ja que redueix la despesa de les empreses i, de mitjana, augmenta la productivitat un 6%, segons la investigació "Productivitat i ocupació" elaborada per la Universitat de Saragossa. Disminueix més els riscos físics i psíquics, els trastorns personals i de son. Un altre aspecte destacable és que les empreses són més rendibles quan incorporen la dona en tota la seva estructura.

En aquesta reforma també juguen un paper primordial els mitjans de comunicació públics i privats, que haurien de finalitzar els seus programes de *prime time* a les 23 h, així com els espectacles.

En definitiva, tenir horaris laborals europeus, menjar entre la 1 h i les 14 h del migdia i sopar entre les 19 h i les 8 h, ens permetrà conciliar més bé la vida laboral i familiar, incrementar la productivitat empresarial, gaudir de més salut, guanyar en rendiment escolar i recuperar temps per a les activitats culturals i socials.

## Temps al temps

Contrarellotge i enmig de la civilització de la pressa, el temps s'esmuny, s'evapora i s'esvaeix. Fuig de les nostres vides i altera les nostres quotidianitats: el capitalisme i la seva frenètica *war machine*, definitivament, ens fan perdre el temps i el mercantilitzen: qui té quartos, en disposa. Des d'aquesta perspectiva, només cinc reflexions com a aportacions a un debat imprescindible, des de l'agraïment llarg als impulsors d'una iniciativa neuràlgica que ha aconseguit obrir el debat polític, social i cultural i que ha de ser cabdal per als temps que vindran.

La primera consideració és que els usos del temps en una societat desigual són precisament això, greument desiguals i venen severament marcats per una ofensiva neoliberal que va desballestant i anul·lant les possibilitats reals de tenir temps: horaris extenuants, condicions draconianes o retallades perennes, la llista és llarga. Gairebé, paradoxalment, l'estructura social (sobre) viu en tres terços desiguals, fora la minoria ociosa: un segment social que encara –només encara– té temps (en l'antic paradigma welfarià de treball, descans, oci); un altre sector creixent, maldestrament matxucat per la precarietat, la inseguretat vital i la multiflexibilitat polivalent –que només té temps per no tenir-ne i no té ni un minut sòlid per poder desplegar cap projecte vital– i una altra que li'n sobra massa, de temps, enmig de la societat de l'exclusió que afecta gairebé un terç de la societat catalana. Los lunes al sol.

La segona és respecte la creixent feminització de la crisi, l'esbiaix nítid de gènere i la sobrecàrrega contra les dones en els treballs de cura, que produeixen i reproduïxen vida; contraposat, òbviament, a la deïficació de les formes masculinitzades de vida: estrès, pressa, acceleració, atropellaments. La tercera refereix el fals debat sobre si cal normativitzar els usos dels temps, contra la distòpica doctrina liberal antiintervencionista, quan –de fet– això ja passa cada dia fa anys: el capitalisme –una màquina permanent d'accelerar-ho tot, de trinxar-ho tot– disciplina, obliga a impossibles ritmes frenètics, tot ho espren –també el temps– i imposa homogeneïtzadors patrons de conducta, oci i consum, directa i indirectament. Tot plegat, salpebrat pot ser amb l'estesa por a la llibertat i el pànic postmodern a tenir temps i avorrir-se? Pot ser. Perversa retroalimentació, en absència de pedagogia sobre els usos dels temps, que ens fa caure, coresponsablement, de quatre grapes en el seu parany automàtic: de pares rutinàriament estressats... a fills replicadament estressats.

La quarta és sobre alguns dels impactes de les anomenades TIC –l'accelerada (més, més, més!) revolució tecnològica–, en una dissort que té el risc de convertir-nos en mutants digitals, de menystenir la vida analògica, de trencar

els vincles comunitaris i de repercutir en un aïllament individualista i voraç. I la cinquena, la necessitat radical –que diria Walter Benjamin– de posar «el fre d'emergència» a aquesta situació, de demanar calma i temps, de reflexionar, repensar, racionalitzar i recompondre uns usos del temps –*slow life* contra *fast market*– que ens permetin, tot just, millorar les condicions de vida i treball de tots nosaltres. I esdevenir, a consciència, antropològicament conservadors: és a dir, conservar les possibilitats i condicions d'una vida digna. Perquè, fet i fet, sovint ens fan oblidar que tota la vida haurem d'estar regant plantes, netejant vidres i cuidant vides.

Conclusió concloent, de clara vocació i certa inspiració chestertoniana: es tracta, finalment, de construir un temps de vida fora del capitalisme i la seva lògica embogida. De donar temps al temps. O com diria el proverbi africà quan ens fiten i furetegen estranyats en la nostra 'bogeria' quotidiana homologada i homogeneïtzada: vosaltres teniu rellotges, nosaltres temps.

## INFORME SOBRE LA GESTIÓ DEL TEMPS A LA NEGOCIACIÓ COL·LECTIVA DEL CTESC

S'han seleccionat els convenis col·lectius que poden tenir clàusules més innovadores, tant en l'àmbit públic com privat. Igualment s'ha seleccionat un grup d'empreses a on es duran a terme entrevistes en profunditat als equips de recursos humans i als representants dels treballadors, amb l'objectiu d'identificar les resistències, obstacles o facilitadors per a una gestió innovadora del temps de treball. Està previst que el 2015 es disposi de l'Informe que contribuirà decididament a la fonamentació de la Reforma Horària.

**ESTHER SÁNCHEZ**

Professora a ESADE

### Els reptes en la gestió dels “temps de treball”

**E**n els darrers anys les relacions laborals a les empreses tendeixen progressivament a individualitzar-se. D'altra banda, les polítiques de retribució s'ajusten cada vegada més per a orientar-les a la consecució d'objectius, malgrat que en paral·lel no existeixi una millora qualitativa en els sistemes de mesura del rendiment, fet que segueix fent pivotar la vàlua dels treballadors en la seva presencialitat i disponibilitat omnipresent.

Alhora, s'observa una disminució progressiva del poder dels representants

dels treballadors a les empreses. I la reforma laboral ha alçat el poder unilateral de l'empresari per poder modificar les condicions de treball quan ho estimi necessari i així poder adaptar-se a les necessitats del mercat, fet que institucionalitza perillosament i amb abast públic un model de treball eminentment mercantilista i economicista.

Tot això en un context econòmic i productiu encara reactiu, integrat fonamentalment per una constel·lació absolutament diversa de PYMES, sense una cultura robusta en matèria de gestió de persones i amb grans empreses multinacionals on els responsables de recursos humans no tenen un paper protagonista en la definició de les estratègies empresarials.

Aquí tenim el primer gran repte. Aconseguir que “les persones” entrin en els òrgans de govern de les empreses i altres organitzacions i esdevinguin realment un “actiu” al voltant del qual es dissenyin polítiques d'organització del treball i de l'activitat productiva intel·ligents.

Si seguim descendint, apareix el segon. La productivitat de les nostres empreses no només està vinculada a la optimització de costos o a la implantació de millores tècniques o d'innovació, sinó també a millores en processos. I en aquest capítol, és absolutament crític que les empreses mesurin adequadament les seves càrregues de feina i les conciliïn amb el nombre i característiques de les persones que integren les seves plantilles, alhora que impulsin sistemes de treball que facilitin la flexibilitat recíproca.

Aquesta és la veritable conciliació, que obre la porta al tercer gran repte. Entendre d'una vegada que el debat sobre el temps de treball no és un debat femení, no és un debat per a conciliar la vida familiar (molt sovint confosa amb els fills). És un debat essencial que compromet la nostra vida en comunitat i el desenvolupament de la major part dels drets fonamentals reconeguts a la Constitució: la igualtat, la salut i la integritat física i moral, l'educació, la intimitat familiar, l'associació i participació pública i política, o la llibertat sindical.

El món del treball, al qual les persones ocupades dediquen de forma excel·lent part important del seu temps de vida, ha de ser prou porós i prou flexible per donar cabuda a aquests altres interessos socials. Els responsables de fer-ho són els responsables empresarials i sindicals, atès que és la negociació col·lectiva l'eix vertebrador del nostre sistema de relacions laborals.

I aquí arriba el quart i darrer repte: obrir la negociació col·lectiva a la innovació i a la diversitat a nivell sectorial i d'empresa. El més difícil d'assolir segurament no seran les idees, coneixement i eines per a aconseguir-ho, sinó el trobar una voluntat política decidida, sincera i coherent en les dues bandes de la taula.

## Per què donem suport a la Reforma Horària

**J**a ha transcorregut més d'una dècada del segle XXI i encara arrosseguem moltes inèrcies del segle passat. La història ens ensenya que això és una cosa normal, però la nostra societat actual també ens regala molts ensenyaments: un d'ells és que podem canviar el rumb de la història.

La nostra Associació considera que les persones es comprometen més amb els objectius corporatius quan es troben còmodes en el seu lloc de treball i en la seva empresa. “Estar còmode” és una cosa genèrica que pot ser gestionada des de diferents angles, però als efectes de la Reforma Horària creiem que el plantejament és important perquè afecta no només la comoditat material, sinó també el benestar psíquic de les persones.

En efecte, un canvi en els nostres costums horaris significaria que tots nosaltres podríem organitzar els nostres horaris personals d'una forma molt més eficient, i sens dubte ben expressada per altres socis d'aquest projecte.

Des del punt de vista de gestió de l'empresa, des de la Direcció de Recursos Humans considerem plausible la Reforma Horària perquè generaria bàsicament dos grans grups d'avantatges:

D'una banda, tots els relatius a l'increment de l'eficiència. Per exemple, en l'actualitat es donen molts espais de baixa atenció / productivitat abans i després dels àpats del migdia, ja que la nostra ment comença a pensar en el descans una estona abans que aquest es produeixi, i necessita després un cert temps d'adequació al ritme de treball una vegada reintegrat a l'activitat laboral després de la pausa.

També es guanyaria eficiència a primera hora del matí, ja que una persona que ha descansat prou durant la nit és capaç d'arribar abans el seu nivell adequat d'energia i compromís amb la tasca que ha de desenvolupar.

D'altra banda, es guanyaria en grau de satisfacció dels empleats. Un nou horari laboral permetria disposar de més temps per a les seves activitats familiars, socials, de lleure... totes elles desitjables des del punt de vista del desenvolupament integral de les persones. Perquè estem convençuts que una persona que té la possibilitat de desenvolupar-se harmònicament en totes les facetes de la seva vida ho fa també, òbviament, en la faceta professional.

De manera que des de l'Associació donem suport activament a aquest moviment en pro d'organitzar els horaris de manera més racional, sana i eficient en tots els sentits.

## Redescobrir el valor del son

**R**es de nou no descobrim si diem que vivim en una societat esclava del seu temps i privada de forma crònica d'un dels majors tresors de la nostra salut, el son. La forma de vida actual ens porta no només a dormir menys hores sinó a dormir-les pitjor. Ens intentem convèncer a nosaltres mateixos d'una forma senzilla: “com puc dormir més hores si torno tard, molt tard de la feina, no he vist tot el dia a la meva família i no he tingut temps per a l'oci. La solució a l'equació acostuma a ser la mateixa: dormir menys hores.

Com passa amb la majoria de coses, en siguem o no conscients, això no succeeix per casualitat. Des de fa més d'un segle, quan Thomas Edison il·luminà les nostres vides tant de dia com de nit el món va canviar, segurament per sempre, creant-se un ventall inabastable fins aquell moment impensable. El mateix Edison deia que “dormir és una criminal pèrdua de temps, herència del nostre pasat cavernícola”. En els anys 80, la Dona de Ferro, la senyora Thatcher deia amb arrogància i orgull que “dormir és per als dèbils”. Tampoc no cal oblidar missatges de Wall Street: “el diner mai no dorm”. Que ens perdonin els amos del món, però segurament si ells haguessis dormit millor la situació econòmica mundial seria una altra ben diferent. Lluny queden ja altres concepcions romàntiques del son: “gaudeix el plàcid, dolcíssima rosada del son” (Shakespeare, Juli Cèsar).

Les primeres conseqüències d'un son escàs o fraccionat és el nivell de les nostres respostes emocionals, així com alteracions del nostre comportament com a frustració, còlera, augment de la impassibilitat, mania i augment de riscos, disminució del rendiment motor, augment de consum d'estimulants i fàrmacs sedants, abús de l'alcohol i altres drogues. En segon lloc, provoca alteracions cognitives, dificultats per concentrar-se i mantenir l'atenció i el nivell d'alerta, important disminució de la memòria tant immediata com per evocar aprenentatges passats, disminució de la capacitat en la presa de decisions, de la creativitat i la productivitat. En tercer lloc es produeix un augment de problemes de salut com alteracions cardiovasculars, augment de risc d'alguns tipus de càncer, disminució de les defenses augmentant el risc d'infeccions, augment del risc de diabetis i altres alteracions endocrines així com l'augment de símptomes dolorosos en múltiples patologies.

Estem a temps de redescobrir el valor del son, obrint el camí a una vida més productiva, inspirada, creativa i alegre. Tenim l'oportunitat com a societat d'enfrontar-nos a múltiples crisis del món actual amb més recursos, gratitud i eficàcia. La solució exacta a l'equació per desgràcia no la tenim, però sense cap dubte un dels factors ha de ser la humanització dels horaris. Per això es fa del tot necessari assolir els objectius de la Reforma Horària.



## Dones i universos paral·lels

Fa una mica més d'un any l'Observatori Dona Empresa i Economia feia públic un estudi en què es constata la manca de presència femenina en els consells d'administració de les empreses catalanes. Es va arribar fins i tot a quantificar i així calia incorporar 865 dones més en els consells d'administració de les grans organitzacions per assolir l'equilibri de gènere que recomana el Codi de Bon Govern de les empreses cotitzades i la llei d'igualtat.

Pel que fa a la presència de directives a les nostres empreses, la cosa tampoc no està per massa festes, el 67% de les empreses catalanes no té cap dona en el seu equip directiu.

Evidentment són molts factors els que expliquen les causes d'aquest sostre de vidre, terra enganxós, laberint de vidre... diverses, vàlides i complementàries teories.

En tot cas a ningú no se li escapa que les dones s'han incorporat al mercat laboral, però ells, els homes, no s'han incorporat, en la mateixa mesura, a l'àmbit domèstic i familiar.

I encara que hi ha molta feina a fer en el que fa referència a estereotips de gènere, els horaris que actualment tenim a la nostra societat no ajuden. Una dada rellevant: de les persones que redueixen l'horari per cura de descendents el 85% són dones. I per què han de reduir l'horari? Entre d'altres, perquè empreses i escoles funcionen com dos universos paral·lels que s'ignoren, mentre les seves ombres es miren.

Són les dones les que, insisteixo, en un 85%, assumeixen, com poden, aquest misteri de desgavell, el que suposa una disminució de les seves possibilitats de promoció professional (o simplement incorporació laboral).

Però si hi ha una bona notícia en tot això és que solucionar part d'aquest problema no és qüestió de física quàntica, sinó de mirar-nos entre nosaltres, diferents agents que posem la societat (empreses, escoles, comerç, etc.) i adaptem els nostres horaris, que els fem més humans, que ens permetin una convivència cívica i possibilitin a totes les persones, dones i homes, desenvolupar-se en tots els àmbits de la seva vida. Alhora que vetllem per una futura i millor societat.

Mentre tinguem molt clar que no incorporar polítiques per racionalitzar els horaris suposa una discriminació a les dones, una pèrdua de talent (femení) que la nostra societat no pot perdre, alhora que transmetem al jovent una més que qüestionable escala de valors.

## Responsabilitat social per a abordar reptes de país

**E**n la gestió de la Responsabilitat Social (RSE), una empresa ha de començar a fer front a aquelles responsabilitats que són inherents a la seva activitat, de manera que ha de comprendre quin és el context ètic i de sostenibilitat en referència a la seva ciutadania corporativa, als impactes en els cinc grans vectors de l'RSE, econòmics, socials, laborals, ambientals i de bon govern.

Per mitjà de la metodologia de l'RSE, l'organització ha de comprendre què és el que la societat espera d'ella, a partir de les inquietuds dels diversos grups d'interès que hi tenen interessos legítims. Les persones tenen diferents dimensions i l'empresa compromesa no les redueix a la relació merament laboral sinó que tendeix a respectar i promoure la persona en la seva totalitat. Una de les bones pràctiques és facilitar la conciliació de la vida laboral i personal.

Tanmateix, la suma dels compromisos i les bones pràctiques de les empreses no tenen prou capacitat per abordar el repte que ens ocupa, i degut a una gran disfuncionalitat en la infraestructura horària, en la gestió d'un bé tan preuat com el temps. En aquest sentit, és bo introduir el concepte de Territori Socialment Responsable (TSR).

Quan ens plantejem gestionar un TSR, ens cal créixer en quantitat d'organitzacions que gestionin l'RSE, però també en diversitat: grans, petites, privades, públiques o socials. Amb una base constituïda per organitzacions orientades conscientment i activa a crear valor econòmic i social, estem en condicions de poder identificar i abordar els reptes del territori, de manera que l'empresa -i les altres organitzacions- puguin orientar la seva RSE també a posar llur ciutadania corporativa al servei del territori.

Si per territori, en aquest cas, ens referim al país, a Catalunya, podem comprendre amb relativa facilitat que aspectes com la cohesió social o el respecte a la identitat cultural siguin matèries d'especial sensibilitat, que una empresa hauria d'integrar en aquesta dimensió de la seva RSE més lligada als reptes del territori, no necessàriament en virtut d'impactes corporatius causats sinó senzillament per a col·laborar a crear les sinèrgies necessàries perquè la societat progressi més adequadament pel camins que col·lectivament s'han traçat.

Entre les matèries a tenir en compte a Catalunya, algunes poden ser molt evidents, mentre que altres necessiten generar consensos, perquè puguin construir-se com un repte d'RSE i TSR. Aquí és on situo la Reforma Horària. La consciència del problema ha anat incrementant-se, però no podem dipositar el repte en una àgora de debat continu però infructuós. I alhora, davant de reptes tan complexos, per l'abast cultural que tenen, tampoc no podem deixar-los en espera que el lideratge públic gosi abordar-los. Ens cal la implicació de molts

per a fer el salt que ens proposem, però el rol de les organitzacions compromeses en RSE ha de ser central tant per la seva exemplaritat particular com per ajudar a fer-ne repte de país.

**ANNA FORNÉS**

Directora de la Fundació Factor Humà

## **Horaris més humans fan millors empreses**

**L**a Fundació Factor Humà va col·laborar amb la Setmana dels Horaris amb una jornada centrada en bones pràctiques empresarials. Diversos estudis demostren que modificar els horaris de treball i incorporar iniciatives com la flexibilitat i el teletreball fa que les empreses siguin més productives.

A la nostra Fundació sempre hem treballat per advertir de l'impacte que un horari irracional té en les vides de les persones treballadores. Recentment hem promogut el Manifest Factor Humà de les organitzacions responsables amb el valor de les persones. És un decàleg al qual busquem el màxim nombre possible d'adhesions. El vuitè principi, titulat Flexibilitat i equilibri en les esferes vitals, diu: La vida de les persones va molt més enllà de l'àmbit estrictament professional. Per això, promourem les mesures que siguin necessàries per facilitar un equilibri adequat entre les esferes laboral, familiar i personal, fomentant una cultura de flexibilitat i una gestió intel·ligent dels recursos i del temps.

Ja l'any 2000 vàrem organitzar una jornada per parlar d'aquests temes amb l'aportació de l'experta Nuria Chinchilla i dues bones pràctiques. Una d'elles fou la de l'empresa Nestlé, que encara avui és un dels referents. En una recent entrevista a Televisió de Catalunya, el seu director de Recursos Humans a Espanya, Luis Miguel Garcia, declarava que a tots els nivells de l'empresa s'és estricte en l'acompliment d'horaris racionals perquè saben que això beneficia l'organització. Una persona que fa un horari "racional" serà més fàcil que dugui una vida saludable, pugui cuidar fills i persones dependents i tantes altres coses importants.

A nosaltres, més que de conciliació, ens agrada parlar de coresponsabilitat, ja que les polítiques de temps han d'estar dirigides tant a homes com a dones. Quan les empreses faciliten l'ús d'horaris racionals estan facilitant que els homes conciliïn. Això és bàsic per evitar que les dones hagin d'abandonar la carrera professional ja que, en alguns entorns, reduir la jornada és sinònim de dificultats de fer carrera. Part del talent femení s'està malbaratant. Les empreses han de fer propostes per facilitar que els homes entrin a l'àmbit domèstic. Entre altres coses, això implica també fer conscient l'alta direcció de la importància de l'equilibri entre la vida personal i la professional. Com?: sensibilitzant-la, aportant dades sobre el retorn de la inversió, establint indicadors per explicar

que aquestes mesures ajuden a evitar la rotació, explicant que necessitem el talent de totes les persones de l'organització i demostrant que no ens podem permetre fenòmens com el del presentisme. Cal formar les persones amb responsabilitats directives en paràmetres més moderns del treball, deixar de fer les coses com s'han fet sempre i valorar, per damunt de tot, la contribució. Sinó, tots els esforços seran "paper mullat".

**XAVIER PERALTA**

**Psicòleg social i consultor**

## **Competències professionals per a la Reforma Horària**

**L**es competències professionals s'han convertit en l'actualitat en una eina clau a les organitzacions per a gestionar l'adequació de les persones a les funcions dels llocs de treball. La competència, per una persona, significa superar el concepte de saber (coneixements), fins i tot de saber fer (habilitats), anant molt més enllà: saber actuar (actituds).

La competència professional s'entén, per tant, com el conjunt de coneixements, habilitats i actituds que una persona ha de posar en joc per a realitzar una activitat de responsabilitat i del que resulta un rendiment excel·lent de les seves funcions, en una organització concreta i en un moment donat. Per a cada lloc de treball existeixen tot un seguit de competències necessàries per poder fer front a les seves funcions (perfil de competències), que es revela com un estàndard de referència de compliment per a l'organització.

En el marc de la Reforma Horària, existeixen tot un conjunt de comportaments que suposen evidències concretes d'assoliment dels compromisos i els reptes que les organitzacions es poden marcar per revolucionar els seus horaris i la gestió del temps de les seves persones treballadores.

Aquestes conductes són producte del desenvolupament de competències entre la plantilla, de forma que existeixen tot un seguit de competències que permeten que finalment es donin aquests comportaments: es tracta del perfil de competències necessari per a l'assoliment dels reptes de la Reforma Horària.

Fruit dels coneixements i de l'experiència acumulada en diferents sectors d'activitat i en organitzacions de tot tipus, es contempla un perfil de cinc competències clau per a la Reforma Horària a les organitzacions:

1. Lideratge i direcció de persones (comporta un lideratge orientat a uns usos racionals del temps i dels horaris).
2. Planificació i organització del treball (inclou una gestió del temps eficient, especialment en les reunions operatives de l'equip, així com la gestió de les interrupcions i dels anomenats lladres del temps).
3. Orientació a resultats (facilita l'autonomia i l'autogestió eficient del temps,

evitant el presencialisme i fomentant la productivitat a partir de l'avaluació contínua dels objectius marcats i dels resultats esperats per l'organització).

4. Optimització de recursos (suposa la gestió eficient de tots els recursos disponibles a l'organització per tal d'assolir un servei o producte de qualitat).

5. Comunicació eficaç (comporta tenir l'habilitat de discernir, per a cada ocasió, el mitjà o canal de comunicació i les persones destinatàries, en funció del grau de formalitat o informalitat de la comunicació).

**ANNA MERCADÉ**

Directora de l'Observatori Dona, Empresa i Economia de la Cambra de Comerç de Barcelona

**CARME POVEDA**

Economista especialitzada en anàlisi econòmic i polítiques públiques

## **Horari laboral europeu**

**L**es estructures de la societat catalana quant a horaris, organització i oferta de serveis públics, així com la cultura basada en la diferenciació de rols i en prejudicis obsolets, no respon a les necessitats de la societat actual i provoquen, entre altres causes, una enorme pèrdua de talent de dones molt ben preparades i amb experiència en les organitzacions, que es veuen obligades a abandonar llurs llocs de treball per poder conciliar. És important que el context de crisi econòmica no sigui una excusa per frenar el camí de la igualtat de gènere, perquè les conseqüències seran visibles a llarg termini, amb un menor creixement potencial de l'economia, una reducció de la taxa de natalitat, un augment de la pobresa, etc. Així mateix, la reforma horària és un tema de debat actual perquè s'ha demostrat que al nostre país es treballa més hores que a altres països europeus, però amb unes taxes de productivitat més baixes. L'horari actual dificulta el desenvolupament professional de les dones i té repercussions en altres àmbits relacionats amb la família com la salut, els resultats escolars, la natalitat, etc.

Per tal d'aprofundir en aquesta qüestió, l'Observatori Dona, Empresa i Economia de la Cambra de Comerç de Barcelona i l'Ajuntament de Barcelona han realitzat una enquesta per saber l'opinió que tenen les empreses catalanes sobre els possibles beneficis de la reordenació horària al nostre país, així com conèixer en quina mesura s'està aplicant a hores d'ara i si estarien disposades a aplicar-la en el futur. Els resultats d'aquesta enquesta s'han recollit en l'estudi "Mesures de conciliació i Reforma Horària: opinió de les empreses catalanes", presentat a la Cambra el 17 de desembre.

Les empreses donen un ampli suport als beneficis que suposaria l'adopció d'un horari laboral més europeu al nostre país. A l'entorn de la meitat de les

empreses està totalment d'acord que un horari laboral més europeu tindrà efectes positius sobre els cinc àmbits que es pregunten: carrera professional de les dones, productivitat de les empreses, educació dels fills, negocis internacionals i reciclatge professional i formació dels treballadors. Però especialment els més beneficiats —en opinió de les empreses— serien els nens, perquè milloraria la seva educació i resultats escolars, i les dones, perquè podrien desenvolupar la seva carrera professional sense renúncies.

El 39% de les empreses catalanes apliquen l'horari laboral europeu (a tota o part de la plantilla). El restant 61% de les empreses no l'apliquen, però una part important d'aquestes —el 78,5%— sí que ho farien si es produïssin canvis a la societat, a la cultura de l'empresa i/o no suposés un augment dels costos laborals. Concretament, la meitat de les que no l'apliquen afirmen que sí que adoptarien l'horari europeu si abans es produeixen certs canvis en el conjunt de la societat (canvis que afectarien els mitjans de comunicació, el sector públic, l'educació, etc.). També una quarta part de les empreses l'adoptaria si es materialitzés un canvi en la cultura de l'empresa, i el 20% ho faria si no representés més costos laborals. Per contra, només el 21,5% de les empreses catalanes no l'aplicaria en cap cas.

Els resultats d'aquest estudi, inèdit a Catalunya, es posen a l'abast dels poders públics per tal que aquests facin accions més efectives en favor de la conciliació, la igualtat d'oportunitats laborals, l'augment de la productivitat laboral, i la millora del benefici social com a resultat d'una societat més ben organitzada. Així mateix, el Consell de Conselleres de l'Observatori ha proposat un decàleg de propostes per contribuir a la posada en pràctica gradual de la reforma horària al nostre país, que també s'inclou a l'estudi.

**SANTI CASTELLÀ**

Director de projectes de la Fundació Tarragona Smart Mediterranean City

## **Ara és l'hora de les ciutats intel·ligents**

**L**a ciutat ha emergit com a centre neuràlgic d'un conjunt complex i multidimensional de relacions socials que, mediatitzades per les TIC, generen innovació i creativitat per donar resposta a necessitats i oportunitats de les persones. Així, el primer model de ciutat intel·ligent basat exclusivament en la simple implantació de tecnologies ha quedat ràpida i voraçment superat. Ja ningú no pensa en ciutats plenes de sensors generadors de molta informació i que ofereixen solucions tècniques complexes per a necessitats simples. Avui la ciutat intel·ligent és aquella que usa la tecnologia de forma racional i integrada el més intuïtivament possible per millorar la qualitat de vida i les oportunitats de la ciutadania.

Són ciutats que redescobreixen la seva relació amb l'entorn, que busquen ser més passejades, més accessibles, més saludables, més facilitadores de relacions humanes, amb més espais per compartir, generar i crear. Ciutats que descobreixen que l'intel·ligent és fer més, amb menys, ciutats post-abundants. Ciutats que proclamen que en molts processos hem perdut el Nord i que es poden recuperar pràctiques, tècniques i materials tradicionalment usats que són molt més eficaços i eficients que les solucions a les quals ens va abocar una era de malbaratament. Ciutats que entenen que la intel·ligència és facilitar la vida de les persones i en especial d'aquelles que més dificultats tenen.

Ciutats abocades a fer un ús intel·ligent del temps. Ciutats que mesuraran la seva intel·ligència amb horaris més humans, adequats als múltiples usos de l'espai urbà i destinats a augmentar la qualitat de vida de les persones.

**JOS CALLIN**

**Empresari i expert en fus horari**

## **El fus horari també és Reforma Horària**

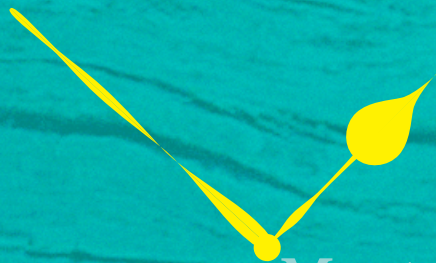
**E**l maig de 1940, els diferents països ja havien avançat els rellotges a l'hora d'estiu del seu respectiu fus. (El canvi anual hivern - estiu no era llavors coordinat en una mateixa data per tot Europa). El 10 de maig de 1940 Alemanya va envair el BENELUX i França amb la guerra llampec, i el 16 de maig va canviar l'hora oficial d'aquests països recentment ocupats a l'alemanya. El 4 de maig de 1941 Gran Bretanya també va adoptar l'hora alemanya per no confondre els seus soldats paracaigudistes. El 1942 Portugal, neutral en la guerra, va experimentar amb doble hora d'estiu, avançant els rellotges tant el 14 de març com el 25 d'abril, quedant-se així de fet en la mateixa hora que l'hora d'estiu alemanya. I en aquest mateix any els nazis van arribar a ocupar tot França, fins al Pirineu. Mentrestant, la tardor de 1940 Espanya no havia tornat a la seva hora d'hivern, i seguia ininterrompudament en la seva hora d'estiu quan el 1942 es trobava totalment envoltada per països amb l'hora alemanya. De manera que el 2 de maig de 1942 Espanya també va adoptar, lliurement i de manera "provisional", el fus horari europeu central, és a dir l'hora alemanya. Després de la guerra, el 15 de juliol de 1945 Gran Bretanya torna a l'hora europea occidental, però no ho fan ni el BENELUX ni França, i per tant Espanya tampoc. Això crea una nova situació: ara Espanya té la mateixa hora que a França, Alemanya i Itàlia, i una hora més que Portugal i Gran Bretanya. Però la seva hora oficial ja no coincideix per a res amb l'hora solar, perquè Espanya es situa geogràficament molt a l'oest d'Europa central, creant a Llevant una hora de diferència a l'hivern i dos a l'estiu, i a Galícia dos a l'hivern i tres a l'estiu. A més resulta

que els espanyols donen més importància al sol i a l'hora solar que a l'hora oficial: segueixen dinant a la una del migdia (hora solar), que són les dues de la tarda (hora oficial) a l'hivern i les tres a l'estiu. Cal tornar al fus horari europeu occidental, deixat enrere el de 1942. Es tracta d'un simple decret del Govern d'Espanya, amb un pressupost de zero euros. És molt senzill d'aplicar: en el pròxim canvi a l'hora d'estiu (el març de 2016 per exemple), no fer canviar els rellotges, de manera que canviem des de l'hora d'hivern central a l'hora d'estiu occidental, que són la mateixa hora. A partir de la volta a l'hora d'hivern a la tardor, ja tornariem a canviar els rellotges com sempre.



**D**UM LOQUIMUR,  
FUGERIT INVIDIA  
AETAS

*Horaci*



Mentre parlem,  
fuig el temps envejós

**ALTAVEU**

# LA SETMANA DELS HORARIS

(del 15 al 21 de setembre)

La Setmana dels Horaris constitueix una oportunitat excepcional per presentar els reptes del país quant a la transformació de l'organització del temps de vida quotidiana. Neix com un espai per plantejar alternatives a la ciutadania, el teixit productiu i les institucions públiques amb l'objectiu d'induir un canvi d'estructures i cultural. La Setmana vol incidir en una reforma que assoleixi l'adaptació a uns temps més humans i cívics en el marc de l'impuls de la Catalunya que ve. Amb aquesta convocatòria volem consolidar el factor temps com a variable rellevant en la recerca de creixement i benestar. També vol garantir la implicació dels diferents actors claus en l'acceleració del canvi i de territoris ja compromesos. Està dirigida a donar a conèixer avantatges econòmics, ambientals i socials, així com idees per transitar cap a un moment zero de Reforma Horària. Es proposa fomentar el diàleg, la conversa i la reflexió amb l'objectiu de generar un consens ampli social i polític que permeti presentar estratègies concretes de transformació reals al Parlament, al Govern de la Generalitat, així com a les ciutats i pobles de Catalunya.



## PROGRAMA

### *Dilluns, 15*

---

#### **Trobada de la Xarxa Barcelonina de Bancs del Temps**

Associació Salut i Família

#### **Inici del curs de Gestió eficient del temps per al personal municipal amb funcions directives**

Ajuntament de Terrassa

### *Dimarts, 16*

---

#### **Diàleg “Horaris i condicions laborals que milloren la productivitat de les empreses i la satisfacció del seus treballadors”**

Fundació Factor Humà  
CCCB – Barcelona

#### **Diàleg “Horaris ‘win to win’. Guanyen les persones, guanyen les empreses”**

Departament d’Empresa i Ocupació de la Generalitat de Catalunya  
Delegació del Govern a Tarragona

#### **Conferència-col·loqui “Gestió del temps professional, familiar i personal: un repte diari”**

Women’s Lobby - IESE  
IESE Business School – Barcelona

### *Dimecres, 17*

---

#### **Trobada amb el Consell Nacional de Dones de Catalunya “Reforma Horària per a una vida més saludable de les dones”**

Institut Català de les Dones

### *Dijous, 18*

---

#### **Trobada amb el Secretari general del Departament de Territori i Sostenibilitat, Pau Villòria**

#### **Presentació del Pilot “Pla de mesures horàries”**

Departament de Territori i Sostenibilitat

#### **Trobada amb l’Alcalde de Barcelona, Xavier Trias**

Ajuntament de Barcelona

### *Divendres, 19*

---

#### **Taller “Temps de voluntariat i organització del temps de la vida quotidiana” en el marc de l’Escola de Voluntariat**

Espai Jove la Fontana

#### **Presentació del Segell Compromís de Puntualitat (CdP)**

Ajuntament de Girona  
(Ajornat al 30 de setembre per motius d’agenda d’Alcaldia)

#### **Comunicació de l’Acord amb l’ACM i la FMC per impulsar les mocions als ajuntaments catalans a favor de la Reforma Horària**

### *Diumenge, 21*

---

#### **Cloenda de la Setmana dels Horaris amb la participació de la Consellera de Benestar Social i Família, Neus Munté**

Presentació de les conclusions del projecte Temps+Social  
Fundació ARED



# Concurs de piulades Reforma Horària

ELPunt Avui

## Guanyadors:

Volem 2 hores més de vida AL DIA per estimar, participar, aprendre i viure.  $2 \times 365 = 730$  hores l'any! #SetmanadelsHoraris @epedrol

Amb Reforma Horària ens adonarem que nosaltres mateixos ens hem empresonat en una ficció sense sentit #SetmanadelsHoraris @ReformaHoraria @MarArabia\_

Quan els amics expliquen què fan per portar la mainada a l'escola penses que hi ha un pla secret per reduir la població. #SetmanadelsHoraris @lligalletes

## Finalistes:

Cau en picat l'estrès laboral i s'alça la corba de la felicitat de les persones l'endemà de la #SetmanadelsHoraris @AnnaPlans\_

Què faries amb 2 hores més de vida AL DIA? #SetmanadelsHoraris @mariona\_mas

Amb la @ReformaHoraria passaria de tenir un horari de dona a tenir-lo de persona #SetmanadelsHoraris @RoserGuixa

Un bon tweet pot fer canvis poderosos. Per la seva capacitat de moure la gent a expressar-se i dialogar, comunicar, explicar i convèncer. Per això, en el marc de la Setmana dels Horaris vam organitzar un concurs per premiar els millors tweets. Aquest concurs estava dotat de tres primers premis. Per guanyar-los calia publicar un o més tweets amb el hashtag #SetmanadelsHoraris, al llarg de la Setmana.

El tema del concurs era com imaginar-se l'endemà del moment zero de la Reforma Horària. Van guanyar aquells tweets destacats per la seva qualitat, interès, nombre de retweets, sentit de l'humor i originalitat. El premi per als guanyadors va ser una caixa regal Ergosum, una proposta que entén el lleure com a un espai de joc i aprenentatge compartit. És la primera caixa regal del mercat que promou una economia al servei de les persones. Neix des de la pràctica del consum cooperatiu d'Encís, una cooperativa de serveis a les persones sense ànim de lucre. També hi havia premi per als tweets finalistes, que guanyaran un lot de llibres escrits i signats pels experts de la Iniciativa per a la Reforma Horària. Els guanyadors i els finalistes es van anunciar a ELPuntAvui.

## Setmana de debat estratègic

Entre el 15 i el 21 del mes de setembre es va celebrar la Setmana del horaris que pretenia sensibilitzar diferents actors clau, potencials impulsors del canvi cultural que implica el canvi dels horaris, en àmbits tan diversos com l'ensenyament, els mitjans de comunicació, el món del treball, el tercer sector, les administracions públiques, la salut, etc. Les activitats planificades tenien voluntat d'impacte mediàtic i no pretenien ser grans esdeveniments amb assistències multitudinàries, per donar a conèixer els avantatges econòmics, ambientals i socials, de transitar cap a horaris més racionals.

Dins dels actes de la setmana podem citar l'encontre "Horaris que milloren la productivitat i la satisfacció laboral" realitzat amb la col·laboració de la Fundació Factor Humà. L'acte es va obrir amb la presentació de la directora de la Fundació, Anna Fornés, i va comptar amb la participació de Xavier Carruesco, Director de RH, qualitat, medi ambient i riscos laborals de KH Lloreda; Irene Porta, cap del departament de projectes corporatius de RH i comunicació interna de MC Mutual; José Miguel de la Dehesa, Director de l'àrea de persones i responsabilitat social de la UOC, que van presentar les experiències de les seves respectives empreses i una interessant conferència de Mar Gaya sobre un tema que no es pot obviar si parlem de millora dels horaris: el paper de la dona com a principal perjudicada dels horaris actuals.

Una conclusió molt interessant de les aportacions dels ponents i els debats amb el públic assistents, un centenar de professionals del sector dels recursos humans, va ser la constatació que cada organització ha de buscar les seves pròpies vies per racionalitzar els horaris en funció del sector, cultura d'empresa i altres variables. Així les experiències d'una empresa industrial, una mútua d'accidents i una universitat "a distància" eren clarament diferents. També va quedar palès que la majoria d'accions que es poden emprendre poden tenir dificultat i fins i tot "efectes secundaris". Es tracta doncs d'abordar la qüestió des de la decisió estratègica, amb el model de l'alta direcció i el disseny i avaluació de diferents projectes que puguin anar canviant progressivament la situació de les empreses.

## **Temps+Social: la gestió del temps en el tercer sector social**

**E**l Departament de Benestar Social i Família de la Generalitat de Catalunya ha impulsat el projecte Temps+Social amb l'objectiu d'elaborar un model de millora de la gestió del temps de les associacions i el tercer sector social que contribueixi a fer possible el desenvolupament de les persones mitjançant un nou plantejament organitzatiu. Es vol promoure un canvi de cultura en les organitzacions, fomentant el camí cap a una cultura de gestió que millori la productivitat i la flexibilitat a les organitzacions, que faciliti la compenetració harmònica dels ritmes de les persones voluntàries i de les treballadores.

El model de gestió del temps per a l'associacionisme i el tercer sector neix de la necessitat d'afrontar decididament la sistematització i la potenciació de la formació dels dirigents com a fórmula per transformar les organitzacions que tinguin una repercussió sobre activistes i personal laboral. Això es tradueix en la voluntat d'acollir-se a un model integrat amb eines, instruments i mètodes que vegin el temps des d'una vessant sistèmica, tant des del punt de vista de la societat, del personal assalariat com de l'individu.

En el projecte desenvolupat al llarg del 2014 s'ha realitzat una diagnosi de temps de tres entitats representatives del tercer sector-social seguint una metodologia d'anàlisi desenvolupada per l'empresa Rational Time SL que des de l'any 2007 realitza diverses experiències puntuals d'assessorament a entitats del sector. La diagnosi s'ha acompanyat de diverses sessions de consultoria i formació a l'equip directiu i a gran part del personal i a més s'ha engegat una prova pilot de gestió flexible dels horaris amb la implantació de l'ús del sistema Rational+, amb l'objectiu de sistematitzar, estandaritzar i simplificar els processos de gestió flexible de l'horari i el calendari laboral.

A la presentació final es van recollir cinquanta conclusions i vint-i-cinc propostes de millora que serveixen de punt de partida per a l'elaboració d'un model de gestió dels horaris en el tercer sector social. Aquestes recomanacions sobre la gestió de les entitats poden contribuir a més a l'assoliment dels objectius esperats del Pla Nacional de l'Associacionisme i el Voluntariat (2014-2015), i que es poden resumir en la millora de la qualitat de l'atenció a la persona voluntària i el seu grau de satisfacció, la millora dels processos de gestió de qualitat que responguin a les expectatives dels voluntaris i voluntàries, i, en definitiva, l'augment del temps de permanència del voluntariat a les entitats.

## BARCELONA

- 3r Diàleg DDiPAS: “Equitat i qualitat de vida: nova gestió del temps en la vida quotidiana” (Barcelona)
- Club de Recursos Humans de la Unió Empresarial del Penedès (Vilafranca del Penedès)
- Conclusions del projecte Temps+Social. Generalitat de Catalunya (Barcelona)
- Conferència “La gestió dels horaris per augmentar la productivitat” a l’Ajuntament de Polinyà (Polinyà)
- Conferència a Esquerra Republicana de Catalunya – Eixample (Barcelona)
- Consell directiu de la Federació Catalana del Voluntariat Social (FCVS)
- Consell Nacional de Dones de Catalunya – CNDC (Barcelona)
- Debats del TEDxSantCugat (Sant Cugat del Vallès)
- Diàleg amb dirigents de les Comunitats Catalanes a l’Exterior (Barcelona, 2013)
- Diàleg BancSabadell – ELPuntAvui (Barcelona)
- “El país que volem: construint la Reforma Horària”. Assemblea Nacional Catalana – ANC Sagrada Família (Barcelona)
- Equip directiu de la Fundació ARED (Barcelona)
- Escola d’Estiu del Voluntariat (Barcelona)
- Grup de Mares i pares de l’AE SKUES (Barcelona)
- Grup de monitors de l’Esplai La Florida (L’Hospitalet de Llobregat)
- Grup de voluntaris d’Avismón – Catalunya (Barcelona)
- II Fòrum directiu de Respon.cat (Barcelona)
- II MarketPlace de la Federació Catalana del Voluntariat Social – FCVS (Barcelona)
- Jornada “El futur de la conciliació i la reforma dels horaris d’AEBALL/UM-PBALL” (L’Hospitalet de Llobregat)
- Jornada permisos de paternitat (Barcelona, 2013)
- Patronat de la Fundació FemCAT (Barcelona)
- Presentació al Consell de Relacions Laborals de Catalunya (Barcelona)
- Presentació del Dossier del temps “Temps i Gent gran”. Ajuntament de Barcelona (Barcelona)
- “República catalana, horaris europeus”. Assemblea Nacional Catalana ANC – Sants (Barcelona, 2013)
- Sensibilització a la Joventut Nacionalista de Catalunya – JNC (Barcelona)
- Taula rodona “Horaris: és el temps del canvi” a la Universitat Internacional de Catalunya – UIC (Barcelona)
- Trobada oberta de la Fundació Factor

- Humà: Horaris i condicions que milloren i condicionen la satisfacció laboral (Barcelona)
- XIV Jornades Internacionals Bancs del Temps (Barcelona)

## CAMP DE TARRAGONA

- Ateneu Els Guiamets (Els Guiamets)
- Sopars del Fòrum (Tarragona)
- Taula de debat “Horaris win to win: guanyen les persones, guanyen les empreses”. Les mesures de conciliació de la vida laboral i personal com a motors de la productivitat (Tarragona)

## CATALUNYA CENTRAL

- Empresaris per al Solsonès (Solsona)
- Conferència sobre com millorar l’organització del temps. Centre Corporatiu de l’Institut Català de la Salut (Sant Fruitós de Bages)

## COMARQUES GIRONINES

- Conferència “Reforma Horària. Per a la conciliació entre la vida personal i laboral” CNT de La Garrotxa (Olot)
- II edició de Girona Talent (Girona)



## TELEVISIÓ

- Un horari català, diferent de l'espanyol i més racional. 3/24 (2013)
- Reforma Horària. TN Migdia, TV3 (2013)
- Reforma Horària. 8 al dia, 8tv (2013)
- Reforma Horària. L'informatiu RTVE, 3 de març
- Reforma Horària. Parlament, TV3, 15 de març
- Reforma Horària. Espai Terra, TV3, 25 de març
- Horaris més racionals i europeus. Barcelona Televisió, 29 de març
- Reforma Horària. Telegionarle, Televisió suïssa
- Núria Chinchilla i Consuelo León. Para todos la 2. RTVE, 24 d'abril
- Elvira Méndez. Para todos la 2, RTVE, 7 de maig
- Fabian Mohedano: "Repensem els horaris, 3 bones idees per conciliar vida i feina i alguna cosa més". AraBassas, AraTV, 15 de maig
- Lluís Reales conversa amb l'activista social Fabian Mohedano, promotor d'Ara és l'hora. Terrícoles, BTV, 26 de juny
- L'estat espanyol, a la cua d'Europa en la conciliació de la vida laboral i personal. TN TV3, 13 de juliol
- Ara és l'hora, per una reforma dels

- hàbits horaris. Els Matins de TV3, Televisió de Catalunya, 15 de setembre
- Fabian Mohedano: "Ha d'haver-hi un moment zero amb una llei d'horaris". Divendres, TV3, 15 de setembre
- Reforma Horària. Tac Tarragona, 16 de setembre
- Reforma Horària. TN comarques de Girona, 17 de setembre
- Un horari millor, una vida millor. Valor afegit, TV3, 22 d'octubre
- Fabian Mohedano. 7 dies, ElPuntAvui TV, 19 de desembre

## RÀDIO

- Parlem dels horaris amb Josep Ginesta i Fabian Mohedano. Matí a 4 bandes, Ràdio 4 - RNE, 30 de gener
- Reforma Horària. Valors Ràdio, 10 de març
- La Reforma Horària que el país necessita. Josep Ginesta. La Xarxa Ràdio, 12 de març
- Racionalització horària i 'Prime Time'. Matí a 4 bandes, Ràdio 4 - RNE, 29 d'abril
- Propuesta de cambio horario. Nuria Chinchilla. Radio 5 - RNE, 1 de maig
- Ràdio Estel. Fabian Mohedano i Elena Sintes, 29 de maig
- La reforma horària a estudi. La setmana al Parlament, Catalunya Ràdio, 18 de juliol
- "Treballeu més hores que ningú i estem a la cua en productivitat. No ho estem fent bé". Entrevista a Sara Berbel. 8 dies a la setmana, Catalunya Ràdio, 8 d'agost
- Reportatge amb empreses gironines adaptades a l'horari europeu i entrevista a Fabian Mohedano. SER Girona, 25 d'agost
- Els ritmes de la vida. Entrevista a Trinitat Cambras. Tot és possible, RAC 1, 15 de setembre
- Entrevista a Núria Chinchilla. La Tribu, Catalunya Ràdio, 15 de setembre
- Debat Win to win. Tarragona Ràdio, 16 de setembre
- Reforma Horària. El Balcó, Cadena Ser, 19 de setembre
- Tertúlia AGE. Associació Gironina d'Empresàries. FemGirona.cat, 24 de setembre
- Entrevista a Fabian Mohedano. Amics i coneguts, Ràdio 4, 27 de setembre
- Reforma Horària. Tarda de Ràdio, Ràdio Sabadell, 23 d'octubre
- Reforma Horària. El matí i la mare que el va parir, Ràdio Flaixbac, 28 d'octubre
- Entrevista a Fabian Mohedano. Rubí al dia, Ràdio Rubí, 12 de desembre

## PREMSA

- Nous horaris per fer un país més europeu. Diari ARA (2013)
- Horaris més europeus? Ja era hora!. Diari ARA (2013)
- Monogràfic Reforma Horària. Portada Diari ARA (2013)
- Uns horaris a favor de l'associacionisme. Tornaveu.cat, 16 de gener
- El major horario de trabajo. Núria Chinchilla. La Vanguardia, 17 de gener
- Ara és l'hora: canviar els horaris per viure millor. Vilaweb, 30 de gener
- Com no perdre el temps. E-notícies, 30 de gener
- El grup per l'horari racional prediu un canvi d'aquí a 3 anys. El Punt Avui, 30 de gener
- Objectiu Horaris Europeus. Diari ARA, 30 de gener
- Ara és l'hora quiere cambiar los hábitos horarios de la sociedad catalana en tres años. La Vanguardia, 30 de gener
- Unos horarios civilizados. La Vanguardia, 31 de gener
- El 79% de los trabajadores de una empresa prefieren un trabajo flexible. Forbes, 21 de gener
- En busca del tiempo perdido. Nuria Chinchilla. Nuestro tiempo, Gener-Març
- Com racionalitzar horaris per conciliar millor feina, família i oci?. Matins en xarxa
- Els horaris que tenim no tenen l'origen en el clima. L'Esguard, 2 de febrer
- Arranca una iniciativa social en Catalunya para reformar los horarios laborales.
- Ara és l'hora, article de Cristina Sánchez-Miret. La Vanguardia, 3 de febrer
- Revolució horària amb seny. Núria Chinchilla. La Vanguardia, 11 de febrer
- L'aposta pel pacte s'imposa a la ideologia. La Vanguardia, 11 de febrer
- El debate sobre el cambio de costumbres horarias en España. Portada del New York Times, La Vanguardia, 18 de febrer
- Canviar d'horaris: Qui comença?. Diari ARA, 19 de febrer
- Ara és l'hora de la reforma horària. AEQUAL, 1 de març
- Ara és l'hora de la racionalització horària. Fem Escola a Barcelona, 13 de març
- El govern s'afegix a la iniciativa per implantar horaris europeus. Diari ARA, 18 de març
- El Govern es compromet amb la racionalització horària de la plataforma civil: Ara és l'hora. El Periódico, 18 de març
- El govern català es compromet amb la reforma horària. Vilaweb, 20 de març
- La revolució horària sense passamuntanyes. Diari ARA, 21 de març
- Mollet ERC creu que cal replantejar l'organització horària a Catalunya. Mollet a mà.cat, 25 de març
- El fus confús i la conciliació. La Vanguardia, 27 de març
- España, el verso suelto del horario laboral europeo. Nuria Chinchilla. El Mundo, 27 de març
- Posar-se a l'hora. Tema de la Setmana, 7 dies, Diari d'Andorra, 28 de març
- Cal reformar els horaris i adequar-los a Europa?. Participa! Enquesta Oberta ElPuntAvui, 27 de febrer
- Crisis y Trabajo. Joan Majó. El País, 2 d'abril
- Nuestro horario, ¿culpable de que eduquemos menos a los niños?. Piedras de papel, El Diario.es, 3 d'abril
- La Universidad de Oxford recomienda a España adoptar los horarios europeos. ABC, 4 d'abril
- La CDU de Merkel propone suprimir el horario de verano europeo. La Vanguardia, 5 d'abril
- Prohibido conectar en la oficina. El País, 10 d'abril
- Los maestros dicen que los días largos hacen "fantasmas" de los niños cayeron en las puertas de la escuela. The Guardian, 15 d'abril
- Racionalización de horarios o cómo incrementar la productividad. Nuria Chinchilla. Economía con valores – Blogs El País, 17 d'abril
- Bon treball si pots sortir. The Economist, 19 d'abril
- Mato pide a las televisiones adelantar los informativos y finalizar el "prime time" a las 23.00h. La Vanguardia, 23 d'abril
- Entrevista a Sara Berbel. Denbora.net
- Ley, cultura y teoría de la evolución. Esther Sánchez. El Periódico, 25 d'abril
- ¿Y si reducimos la jornada laboral a 6 horas?. El País, 28 d'abril

- L'horari d'una ministra del segle XX. Albert Sáez. El Periódico, 29 d'abril
- Conte sobre els horaris. Carles Marquès, 29 de maig
- Conciliación en retroceso. La Vanguardia, 25 d'abril
- A l'hora que toca. Presència. Núm. 2198, 18 de maig
- Ara és l'hora de transformar els horaris. Entrevista a Fabian Mohedano. Revista AEDIPE, juny.
- La cara més fosca de la tecnologia. Diari ARA, 1 de juny
- Spain is diferent: 11 marcas de España. El País, 1 de juny
- Prisioneros voluntarios de la cama. Beatriz Colomina. El País Semanal, 2 de juny
- Rüdiger Safranski analitza l'acceleració del temps. Diari ARA, 7 de juny
- El Parlament constitueix la comissió d'estudi de la reforma horària. La Vanguardia, 10 de juny
- El Parlament crea una comissió per estudiar una reforma horària a partir del 2016. Sis mesos de debat. El Periódico de Catalunya, 10 de juny
- Per un horaris europeus. E-notícies, 10 de juny
- Catalunya inicia els treballs per europeïtzar els horaris el 2016. Cristina Sen. La Vanguardia, 16 de juny
- Tractar la conciliació horària... a mitjanit. ElPuntAvui, 18 de juny
- La mar ató del ple de Girona. Diari de Girona, 18 de juny
- El repte de conciliar la vida familiar i laboral. La Vanguardia, 19 de juny
- Entitats i l'Ajuntament de Barcelona signen el 'Pacte del Temps. La Vanguardia, 19 de juny
- Què n'hem de fer de les vacances? Elena Sintés. El diari de l'Educació, 20 de juny
- ¿De verdad son tan anómalos los horarios españoles? José María Martín Olalla. Politikon, 2 de juliol
- Entrevista de Pau Fuster a Fabian Mohedano. "S'ha de pagar per la feina feta, no per les hores assegut a la cadira". Via Empresa, 7 de juliol
- El país con más estrés femenino, Cristina Sen. La Vanguardia, 11 de juliol
- Converses amb Sara Berbel, Núria Chinchilla, Salvador Cardús, Fabian Mohedano i Josep Ginesta. El Punt Avui - Banc de Sabadell, 15 de juliol
- Es busca: la conciliació del temps laboral i personal. E-colònies.cat, Les colònies a la xarxa, 15 de juliol
- El temps és or, a la feina i fora. Paula Mateu. L'Econòmic EPuntAvui, 17 de juliol
- Carlos Slim recomienda Trabajos de tres días por semana y once horas la jornada. El País, 19 de juliol
- Sant Cugat es compromet en la lluita per la racionalització dels horaris. Cugat.cat, 21 de juliol
- El PSC proposa promoure una reforma horària per afavorir la conciliació. Terrassa Digital, 24 de juliol
- Proponen retrasar la hora de entrada en los institutos para que los alumnos duerman más. ABC, 28 de juliol
- Ara és l'hora vol canviar els hàbits de la societat catalana amb tres anys. Sobbi. Associació de Sobreestants de Catalunya. Núm 48, Juliol
- Política i horaris. Tot Sant Cugat, Oriol Torres, 3 d'agost
- La carrera de las mujeres... contra el reloj. Borja Olaizola. El correo, 3 d'agost
- He case against time zones: They're impractical & outdated. Vox, 5 d'agost
- Ara és l'hora. ElPuntAvui. C. Sabaté / J. Panyella. 10 d'agost
- Feina, hores i privadesa. ElPuntAvui, Pepa Masó, 11 d'agost
- Educació: modelar el país que volem. Eduard Vallory. Diari Ara, 15 d'agost
- Els horaris laborals s'haurien d'adequar als de l'escola. Diari Ara, 16 d'agost
- El dret de les dones a tenir temps propi. Montse Gatell. Social.cat, 22 d'agost
- Horaris: la reforma pendent. Blogs Anoiadiari.cat/Josefa Morón, 28 d'agost
- Entrevista a Antonio Fornés: "Trabajamos más horas que un esclavo romano". La Vanguardia, 30 d'agost
- Economia col·laborativa: llibertat i incertesa per als treballadors. Natascha Singer, 31 d'agost
- El Govern impulsa una nova llei de suport a la família que preveu una racionalització d'horaris. Diari ARA, 2 de setembre
- 'Reunionitis': cómo poner fin a ese cáncer para la productividad. José Mendiola. Yorokubu, 2 de setembre
- La Setmana dels Horaris. Fabian Mohedano. ElPuntAvui, 14 de setembre
- Horari de dones. Montse Gatell. ElPuntAvui, 14 de setembre

- L'altre Ara és l'hora. La plataforma a favor de la reorganització dels horaris convocat activitats per debatre el tema. *ELPuntAvui*, 14 de setembre
- Deu conseqüències socials dels nostres horaris. *Vilaweb*, 15 de setembre
- Anar com un rellotge. Màrius Serra. *La Vanguardia*, 15 de setembre
- Nou curs, horaris vells. Pepa Masó. *ELPuntAvui*, 15 de setembre
- L'horari és el missatge. Salvador Cardús. *Diari ARA*, 15 de setembre
- Dormir poc, una causa del fracàs escolar. Marc Toro. *Diari ARA*, 16 de setembre
- Canviar els horaris per canviar-ho tot. Sara Moreno. *Diari ARA*, 16 de setembre
- Iniciativa per a la reforma horària: Algunes empreses fan horaris massa llargs. *Via Empresa*, 16 de setembre
- La jornada escolar: Menys pausa per dinar... i més temps lliure?. *Diari de l'Educació*, 17 de setembre
- Ara és l'hora de l'hora. Roger Casero. 17 de setembre
- Directives i professionals reclamen horaris "menys irracionals". *Neus Navarro. Via Empresa*, 18 de setembre
- Entrevista a Sara Berbel: "És insostenible que hi hagi programes per a criatures a partir de les 22 h". *Diari de l'Educació*, 18 de setembre
- Dormir, assignatura oblidada. Cristina Sen. *La Vanguardia*, 19 de setembre
- La cuina era meva fins que van arribar els nens. Entrevista a Fabian Mohedano. *El Periódico*, 20 de setembre
- Sis de cada deu treballadors estan disposats a mantenir-se connectats 7x24 per assegurar-se el treball. *Associació Espanyola d'Empreses de Consultoria*, 22 de setembre
- Per uns horaris més racionals. Editorial. *ELPuntAvui*, 22 de setembre
- Reticència a la reordenació dels horaris. *ELPuntAvui*, 22 de setembre
- Feina i família han de ser compatibles. Joana Ortega, vicepresidenta del Govern de la Generalitat de Catalunya. 22 de setembre
- Nou país, reforma horària. Agnès Russiñol. *Tribuna.cat*, 22 de setembre
- Reforma horària per al jovent compromès. Núria Ramon. *ELPuntAvui*, 22 de setembre
- Per què no tinc temps per a res? Article de Jordi Ojeda. *El Periódico*, 23 de setembre
- Uns horaris a favor de l'associacionisme cultural (II). *Tornaveu*, 27 de setembre
- "La clave del fracaso escolar está en los horarios actuales". Entrevista a Fabian Mohedano. *ABC*, 1 d'octubre
- La OIT proposa que la semana laboral sea de cuatro días. *ElComercio.com*, 3 d'octubre
- Niños... en horario de adultos. *El País*, 6 d'octubre
- S'han d'equiparar els permisos de maternitat i paternitat. *Via Empresa*, 6 d'octubre
- La UEP s'adhereix a la plataforma que promou una reforma horària. *EixDiari. Diari Independent del Garraf, Alt i Baix Penedès*, 7 d'octubre
- Transformar la vida privada per a transformar la vida pública. *Fundació Factor Humà*, 7 d'octubre
- La conciliació és cosa de tots. *La Vanguardia*, 16 d'octubre
- La fallida conciliació. *Tendències. La Vanguardia*, 20 d'octubre
- Horaris laborales en España. ¿Afectan a las familias? *Eldiario.es*, 21 d'octubre
- El calendari laboral per a 2015 recull 8 festes nacionals. *La Vanguardia*, 24 d'octubre
- Ser mare encara obliga a renunciar a la carrera professional. *Diari ARA*, 26 d'octubre.
- El paradís dels països nòrdics. *Diari ARA*, 26 d'octubre
- La incertesa de viatjar en Rodalies. *Diari ARA*, 30 d'octubre
- ¿Cuánto tiempo debo trabajar? El suplement del dimarts. *Formació i treball*, 20 minutos
- Nuevos horarios para un nuevo tiempo. Sara Berbel. *Revista AlterEco*, Octubre
- Quan compaginar família i treball és possible. *Món Empresarial*, 3 de novembre
- Què diu el Llibre blanc. *Barcelona, capital d'un nou estat. BTV*, 5 de novembre
- La plataforma que promou la reforma horària explica el projecte a Vilafranca. *El Cargol*, 11 de novembre
- Conciliació congelada. *El Periódico*, 13 de novembre
- Mares i taxistes. *Diari ARA*, 15 de novembre
- Països on conciliar la vida familiar i laboral és més difícil. *Europa Press*, 16 de novembre

- Els perills de sopar a altes hores de la nit. Diari ARA, 18 de novembre
- Esplèndida xerrada de Fabian Mohe-dano sobre la reforma horària laboral. El Garrotxí, 24 de novembre
- Este es el futuro en la gestió de las personas. Expansión, 21 de noviembre
- Reforma horària laboral. El Garrotxí, 24 de novembre
- Uns horaris més socials. Xarxanet, 26 de novembre
- El temps dels nostres adolescents. El Diari, 27 de novembre
- Falsos mitos laborales de las mujeres. El País, 30 de novembre
- La migdiada: a favor o en contra?. Diari ARA, 30 de novembre
- Sant Boi assajarà el teletreball com a antídoto per a la cultura de la presencialitat. AEQUAL, núm. 14
- Fórmules de qualitat. Departament d'Empresa i Ocupació de la Generalitat de Catalunya. AEQUAL, núm. 14
- Los correos electrónicos y las páginas web tienes los días contados. El País, 7 de diciembre
- Más del 70% de los contratos a tiempo parcial son mujeres. Cinco días, 11 de diciembre
- España. ¿Buena para vivir, mala para trabajar?. El País, 14 de diciembre
- Millorant el temps associatiu. Xavier Peralta. Xarxanet.org, 16 de diciembre
- Diez consejos para aprender a conciliar trabajo y vida personal. ABC, 17 de diciembre
- Usuarios valoran que TVE informe de hora del fin de programas en prime time. La Vanguardia, 17 de diciembre
- El 39% de les empreses apliquen l'horari laboral europeu, segons un estudi de la Cambra de Comerç de Barcelona. Diari ARA, 17 de desembre
- El 39% de les empreses apliquen l'horari europeu. Via Empresa, 17 de desembre
- Jo m'euopeïtzo si tu també ho fas. La Vanguardia, 18 de desembre
- Why is everyone so busy? Time poverty is a problema partly of perception and partly of Distribution. The Economist, 20 de desembre
- Qué pasará cuando trabajar no sea ir al trabajo. Expansión, 22 de desembre
- La felicidad de trabajar de 8 a 3. El País, 26 de desembre

## LES 15 NOTÍCIES QUE MÉS HAN INTERESSAT A LA COMUNITAT REFORMA HORÀRIA DE FACEBOOK

- 1. Suècia estrena jornada laboral de 6 hores sense baixar salaris. Antena 3, 1 de maig
- 2. La felicidad de trabajar de ocho de tres. El País, 26 de diciembre
- 3. Entrevista a Fabian Mohedano “La clave del fracaso escolar está en los horarios actuales”. ABC, 1 d’octubre
- 4. Catalunya inicia els treballs per europeïtzar l’horari el 2016. La Vanguardia, 16 de juny
- 5. Horari oficial. Entrevista a Núria Chinchilla. Televisió de Catalunya. 1 d’octubre (2013)
- 6. Prefabricats Planas fa horari europeu: exemple de conciliació dins la Setmana dels Horaris. Televisió de Catalunya. 19 de setembre
- 7. Esclavos del horario. Trabajar de sol a sol. La Sexta Columna, 15 de març
- 8. França prohibeix enviar mails de feina fora de la jornada laboral. La Vanguardia, 11 d’abril
- 9. ¿Per què no tinc temps per a res? Jordi Ojeda. El Periódico, 23 de setembre
- 10. La Setmana dels Horaris. Fabian Mohedano. ElPuntA-vui, 14 de setembre
- 11. El país amb més estrés femení. Cristina Sen. Tendencias. La Vanguardia, 11 de juliol
- 12. Horarios laborales en España. ¿Afectan a las familias? ElDiario.es, 21 d’octubre
- 13. El fus confús. Cristina Sen. La Vanguardia, 27 de març
- 14. Los españoles trabajan 280 horas más al año que los alemanes. El País, 14 d’octubre
- 15. El debat de la reforma horària, un any després. Diari ARA, 16 de novembre

## LA REFORMA HORÀRIA EN 30 TUI TS

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 20 de oct. de 2013  
 Incidirem en la reforma dels horaris de manera que s'asseoleixi l'adaptació a uns més racionals en el marc de l'impuls de la Catalunya que ve

Carles Capdevila y 1 más retwitteron  
**Neus Munté** @neusmunte · 26 de oct. de 2013  
 Bona iniciativa @ReformaHoraria Racionalització horaris és creixement i benestar. Cal sumar esforços #araésihora @fabianmohedano @diariARA

**Afers domèstics** @afersdomestics · 3 de nov. de 2013  
 Ara és l'hora wp.me/p3f1KC-l2 @reformahoraria

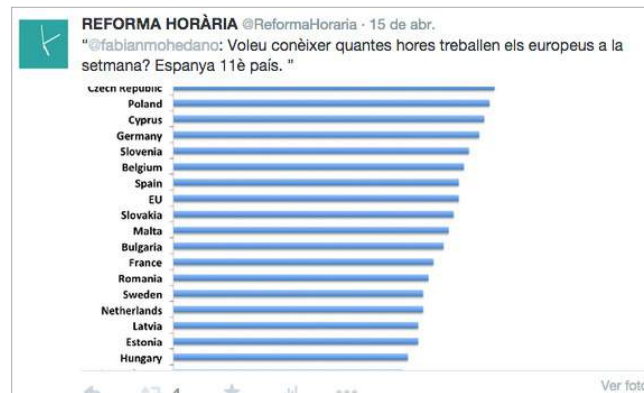
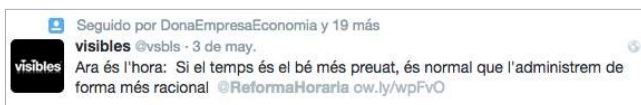
WordPress.com



Ara és l'hora

**Jordi Vaquer** @JordiVaquer · 29 de ene. de 2014  
 A la presentació de 'Ara és l'hora' de @ReformaHoraria Per fi una iniciativa seriosa per acabar amb la irracionalitat dels nostres horaris.

Seguido por Barcelona en Comú y 87 más  
**CCCB** @cececebe · 18 de feb. de 2014  
 El New York Times parla de la iniciativa per la @ReformaHoraria que vam acollir al CCCB: nyti.ms/1bGQRpa



**VIAempresa** @VIAempresa · 19 de jun.  
 "No es tracta d'incrementar o reduir la jornada, sinó de flexibilitzar-la" -->  
 @EqualCriteria @pimec @ReformaHoraria goo.gl/563POB

4 2

**Mar Gaya** @mar\_gaya · 1 de sept.  
 via @ReformaHoraria Suecia estrena jornada laboral de 6 horas sin bajar salarios -- ecorepublicano.es/2014/05/suecia...

1 1

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 12 de jul.  
 Podeu llegir el reportatge a #tendencias de @LaVanguardia de Cristina Sen.  
 @saraberbels @fabianmohedano



Ver foto

Seguido por Km0 Slow Food y 15 más  
**Mar Arabia \*X** @MarArabia\_ · 16 de sept.  
 Amb reforma horària ens adonarem que nosaltres mateixos ens hem empresonat en una ficció sense sentit #setmanadelsHoraris @ReformaHoraria

Maria Subirà y 2 más retwittearon  
**Xavier Trias** @xaviertrias · 18 de sept.  
 Avui m'he reunit amb @ReformaHoraria @fabianmohedano @salvadorcardus @SaraMorenoColom @estsanchezt @carlesagusti



Ver foto

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 17 de jul.  
 .@JordiOjeda "El problema dels horaris és sistèmic i cal atacar-lo de forma global i no fragmentada" @parlament\_cat

8 2

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 17 de jul.  
 Javier Albares "vivim en una societat privada de son, com ho demostren milers d'estudis" @parlament\_cat

7 2

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 27 de jul.  
 Sabies que l'horari laboral a ISLÀNDIA és de 8 a 12 i de 13 a 17 hores? Ens ho va explicar Xavier Rodríguez, president del CC de Reykjavik.

4 4

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 21 de sept.  
 .@RTerrassa presenta les conclusions i propostes de #tempsmésocial #setmanadelshoraris



Ver foto

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 7 de ago.  
 La plenitud no està en el temps que ens passa (kronos) sinó en el temps viscut decisivament (kairós).

5 4



**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 11 de nov.  
 Un 94% dels enquestats a favor d'avançar el "prime time" de les televisions, a què esperen? [ow.ly/E6tOg](http://ow.ly/E6tOg)

50 23

Retuitat per REFORMA HORÀRIA

**Empar Moliner** @emparmoliner · 16 nov.  
 @QuimMonzo @ReformaHoraria Jo he sopat a dos quarts de vuit.

1

Mostra la conversa

Retuitat per REFORMA HORÀRIA

**Quim Monzó** @QuimMonzo · 16 nov.  
 @emparmoliner Merda. M'has guanyat. @ReformaHoraria

1

Mostra la conversa

Retuitat per REFORMA HORÀRIA

**Quim Monzó** @QuimMonzo · 16 nov.  
 @emparmoliner A veure si @ReformaHoraria hi posa una mica d'ordre, tot i que no sé si confiar-hi gaire, de tan arramada com és la gent.

1

Mostra la conversa

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 27 de nov.  
 Les llargues jornades laborals dificulten la #participació de la gent en activitats comunitàries, polítiques o socials

8 1

En resposta a Anna Mercade

**Gemma Lienas** @gemmalienas · 18 de dic.  
 "@anna\_mercade: @ReformaHoraria @odeecambra @IrmaRognoni empreses reconeixen q l'horari europeu afavoriria l'educació dels infants @nismul!"

**REFORMA HORÀRIA** @ReformaHoraria · 22 des.  
 Treball del Grup motor a @ESADE



1

Mostra més fotos i vídeos

**XAVIER CORAL**

Periodista i presentador de televisió

## Volem prime time però més d'hora

**H**i haurà un dia que haurem de posar en pràctica tota la teoria sobre el canvi horari i quan arribi aquest dia, la televisió hi tindrà un paper molt important. Fem moltes coses en funció de la programació de televisió: dinem i sopem a l'hora del Telenotícies, fem el cafè del migdia amb les nostres sèries preferides i abans d'anar a dormir mirem els programes estrella del prime time. Això funciona així aquí i arreu del món només amb una diferència: en la majoria de països tot comença més d'hora. El moment de màxima audiència, el prime time nocturn, per exemple, comença com a tard a les vuit del vespre.

La televisió pot ajudar molt a canviar els hàbits de la població i si es necessiten voluntaris per empènyer aquest canvi, la gent del programa Divendres de Tv3 fem un pas endavant. No dependrà només de nosaltres, és clar, però serem molts els que haurem de remar des de molts sectors diferents i la força de la televisió pot servir per arrossegar la majoria.

Canviar d'horaris no fa mal encara que hi hagi gent que ho pensi i, en canvi, té moltíssims beneficis. Viatjant pel món te n'adones que amb uns horaris més lògics tot continua girant igual però la gent és més feliç. També treballen, mengen, compren, porten i recullen els nens de l'escola, fan esport, classes d'anglès i de piano i tot el què sigui necessari però acaben d'hora. Fins i tot estripen la nit quan cal amb els amics però a les dotze estan dormint!

Si aconseguíssim canviar els nostres horaris potser els presentadors de televisió faríem millor cara i les maquilladores no tindrien tanta feina.

**MIQUEL RIERA**

Director de Presència i director adjunt d'ElPuntAvui

## El Punt Avui i la Reforma Horària

**D**es del moment en què es va donar a conèixer la Iniciativa per la Reforma Horària, a El Punt Avui vam pensar que, des del diari, calia donar tot el suport possible a un projecte que busca aconseguir uns horaris més racionals per a la societat catalana, ancorada en aquest aspecte, molts anys enrere respecte a les societats més avançades. Un suport que no es pot desmarcar del que el diari ha donat els últims anys al procés engegat per Catalunya per aconseguir un nou marc de país.

En aquest sentit, des del primer moment, tant a nivell editorial com l'estrictament informatiu, El Punt Avui ha posat àmpliament al dia als seus lec-

tors sobre el projecte de Reforma Horària. Així, a banda de les informacions i articles d'opinió apareguts al propi rotatiu, la revista dels diumenges, Presència, hi va dedicar un ampli dossier, igualment com també ho va fer la publicació en anglès del grup Catalonia Today. Les dues poblacions van explicar abastament els avantatges que suposaria deixar enrere uns horaris que no afavoreixen una millor productivitat dels treballadors però, que, sobretot, afecten molt negativament la conciliació de la vida laboral amb la familiar.

Entre les iniciatives destacades portades a terme enguany per El Punt Avui cal destacar el debat monogràfic sobre la Reforma Horària celebrat a l'estiu en el marc dels converses mensuals que el diari organitza conjuntament amb Banc Sabadell, i en el qual van participar Fabian Mohedano, Salvador Cardús, Sara Berbel, Núria Chinchilla, Esther Sánchez, Josep Ginesta i Maria Garcia Córdoba i que vaig tenir l'oportunitat de moderar el director de Presència i director adjunt del diari, Miquel Riera.

Al setembre El Punt Avui va donar també un ampli suport i es va fer ressò de la Setmana dels Horaris, en la qual va col·laborar en un concurs de piulades a Twitter, que va assolir un notable èxit.

Un suport que continuarà durant el 2015.

**CARLES CAPDEVILA**

**Director del Diari ARA**

## **Que em tornin els horaris de l'avi**

**E**l meu avi em va intentar ensenyar a buscar bolets i a cuidar l'hort, sense èxit. Tampoc no vaig aprendre a ser fuster, com ell i el pare. Aquestes tres habilitats m'haurien estat útils, i de fet tornen: avui valorem els tomàquets de debò, els bons artesans i som un país embogit pels rovellons. Però el que més enyoro dels temps de l'avi són els horaris. Dinar a la una en punt, sopar a les set en punt. L'avi va ser un home tan meticulós i respectuós amb el seu ritme vital - caminar molt, dormir les mateixes 8 hores, un got de vi diari, dieta mediterrània, tot amb moderació - que fins als 90 anys no va haver d'anar mai al metge. Mai. A vegades la millor manera d'anar endavant és mirar enrere i recuperar el que teníem de bo.

Però som a les antípodes. The New York Times un dia parlava a portada de nosaltres com aquella gent que a les deu es posa a sopar. Una de les millors iniciatives a les quals des de l'ARA hem donat suport és la Reforma Horària, la campanya "Ara és l'hora", l'intent que els catalans siguem europeus a l'hora de llevar-nos i d'anar a dormir. Som a les beceroles, tot just en l'etapa del convenciment, d'anar-ne parlant, d'assumir que la nostra vida no és vida. Ja no trobes ningú que no consideri un despropòsit les nostres jornades. Un desastre en

termes de productivitat, de rendiment, d'alimentació, de salut i de conciliació familiar. De felicitat, en definitiva. Però hi continua havent molta gent convençuda que no ho canviarem mai. Que això seguirà així per sempre. Em fa gràcia la gent que veu impossibles els canvis en general, sobretot ara que tot canvia, dimiteixen papes, abdiquen reis i s'esfumen presidents del Barça. Però en aquest cas m'inquieta, se'ls veu tan convençuts que ja veus que costarà trobar aliats per arrencar. I això requereix sincronitzar rellotges i empènyer des de dalt i des de baix i des del mig. Jo sóc dels convençuts que és possible. En part perquè aquest horari jo ja me'l conec, és el que vaig tenir mentre vaig viure al poble, el que marcava l'avi. I també perquè canviar horaris ens faria viure millor i haver-ho aconseguit demostraria un sentit d'estat, una agenda pròpia, una maduresa per abandonar incoherències vitals heretades del franquisme, i mantingudes i espatllades encara més en les últimes dècades.

**CRISTINA SEN**

**Periodista de La Vanguardia**

## **Una qüestió de llibertat**

**V**iure al ritme que marca el llarg horari laboral espanyol i català minva la capacitat de traçar un projecte vital realment propi, creatiu, ampli i satisfactori. L'energia positiva que això requereix se'n va pel desguàs de les hores perdudes. Els que a títol individual busquen solucions arrossegueu un pòsit silent de mala consciència. I veuen com de forma subtil s'aixequen barreres professionals. Caminem com si fóssim titelles controlades per les mans d'un altre.

És, per tant, una qüestió que incumbeix a la societat en el seu conjunt, i aquí rau el gran valor de la plataforma Ara és l'hora per la Reforma Horària. Per la profunda anàlisi que s'ha realitzat de l'impacte en tots els aspectes de la vida personal i col·lectiva de l'actual organització horària, pel seu caràcter transversal, per la capacitat de reflexió dels seus components i per l'indiscutible ànim de no ser una mera plataforma de reflexió, sinó d'acció. Però serà possible canviar aquesta concepció cultural del temps, el que s'ha definit en aquestes anàlisis com "el problema del temps", l'asincronia entre els seus diferents usos i els horaris?

El caldo de cultiu perquè aquest canvi qualli existeix. Les dones estan fertes d'estavellar-se contra la desigualtat quan són mares per aquesta peculiar concepció de l'horari i de l'organització laboral (i algunes coses més), patrimoni de no se sap qui. A molts homes també els pesa aquesta esclavitud del temps de treball, i aquells que, com relatava Quim Monzó, fan el que sigui per tornar a casa com més tard millor i així "estar el menys possible amb els altres monstres que l'habiten", tenen una infinitat d'alternatives. L'excusa del "tinc molta feina" a

partir d'una certa hora ja no cola. De feina n'hi ha sempre i la qüestió es fer-la sense aixecar la bandera del presencialisme, que obliga i fot a tothom.

“Ara és l'hora” ha nascut enmig d'un temps nou, on s'albira la possibilitat de canviar algunes coses no de forma utòpica sinó exigint als governs i als poders públics. Viure entre els barrots d'almenys deu hores de temps laboral diari minva la capacitat de treballar bé –i més-, afecta com s'ha escrit reiteradament la cura dels fills –el conviure-, la capacitat de cultivar-se, divertir-se, involucrar-se en la societat i altres moltes coses. Però és sobretot una qüestió de llibertat, el dret a no tenir la vida tutelada per l'absurd, que és allò menys creatiu i productiu. I per això cal passar a l'acció.

**CRISTINA SÁNCHEZ-MIRET**

**Sociòloga i professora a la UdG**

## **Programar el canvi**

**E**n aquest any de feina millor no podia anar la interlocució de la Iniciativa per a la Reforma Horària amb els mitjans de comunicació. No hi ha hagut cap tipus d'entrebanc per presentar el tema i debatre'l en els programes de referència de televisió i ràdio, i a les pàgines més llegides de la premsa. A banda de no obviar que també en els mitjans de comunicació no tradicionals els continguts de la Reforma Horària han pres un espai important.

La problemàtica dels horaris actuals tothom la veu perquè la patim directament en la quotidianitat de la nostra existència diària. Per això la necessitat de canviar els horaris és una iniciativa de tots, que tothom entén i ningú no vol.

Ara bé, s'expressa i s'encara, en la majoria dels casos com un anhel o un desideràtum només factible en el món dels somnis o en l'entelèquia d'un món perfecte.

Aquí és on hem de treballar. Hem de fer passar el desig a la realitat. Hem de presentar les eines que permeten el canvi i, especialment, hem de pensar per a cada àmbit quins són els camins que el fan factible, perquè el costum i l'habitució ens han fet perdre força en la creença de la possibilitat d'una organització diferent.

En el cas dels mitjans de comunicació hi ha dos escenaris a tenir en compte. Un, el dels treballadors i treballadores de les empreses, i, l'altre, el de la programació horària. Sens dubte estan interrelacionats, però l'abordatge del tema des d'una i altra perspectiva no pot ser el mateix.

El món del periodisme és un àmbit clarament castigat pel que fa a les jornades laborals. Hi ha moltes feines amb horaris poc compatibles amb la vida, especialment amb la vida familiar, i per això la rebuda dels professionals ha estat tant bona. De la mateixa manera que d'altres empreses d'altres sectors han estat

capdavanteres en compactar jornades, en reorganitzar estructures, les iniciatives poden ser particulars i tenir un efecte multiplicatiu, amb el temps, per còpia de bones pràctiques que porten a millors resultats.

Però pel que fa a la reprogramació horària de les cadenes l'enfoc ha de ser de conjunt i unitari de tot el sector. La franja horària del prime time canviarà no per una iniciativa particular –no hi haurà iniciatives en aquest sentit-, sinó per un replantejament general del temps social, del qual els mitjans de comunicació hauran de ser un dels motors.

És cert que en l'organització actual la nostra vida privada va a remolc de la nostra vida laboral; però també és cert que en aquest temps propi, la pauta organitzativa l'estableix l'horari de la programació televisiva. Canviar, doncs, les hores de les notícies de migdia, vespre i nit i el de les pel·lícules o xous reclams de les cadenes és prioritari per aconseguir moure els engranatges del canvi horari amb èxit.

**MARIA JESÚS CAÑIZARES**

**Delegada a Catalunya d'ABC**

## **Que nos ens facin perdre el temps**

**E**ls obstacles són grans, però els avantatges, enormes. La Reforma Horària, consistent en dinar a les 13 h i sopar a les 20 h, pot semblar una utopia en un país on s'aplica des de fa dècades el fus horari i la jornada laboral partida heretada del règim franquista. Però de predisposició, n'hi ha. Un recent estudi elaborat per la Cambra de Comerç de Barcelona i l'Ajuntament de Barcelona revela que el 39% de les empreses catalanes ja han incorporat l'horari laboral europeu, sent el sector industrial el que més l'implanta. La meitat de les empreses que encara no s'ha adaptat a aquest horari assegura que ho faria si es produïssin certs canvis en la societat que afectessin els mitjans de comunicació, el sector públic o l'educació. En tots els sectors econòmics la mesura més estesa en matèria de conciliació és la flexibilitat horària, el teletreball i la reducció de jornada.

Malgrat que sol ser el ciutadà el principal motor de les grans decisions de país, la implicació dels nostres governants és important. Però, fins ara, l'interès polític ha sigut tímid i contradictori. Així, tenim un funcionariat on predomina la jornada intensiva, mentre que la ciutadania, subjecta en la seva majoria a altres horaris laborals, fa equilibris amb el seu temps quan ha d'anar als serveis públics.

El Parlament de Catalunya, per exemple, va crear una comissió de treball per abordar la Reforma Horària, però les grans sessions de la legislatura s'han celebrat els divendres a al tarda –lleï de consultes populars, compareixença

del president Pujol, etc.- Per contra, el Govern de la Generalitat de Catalunya ha sigut molt actiu en la limitació dels horaris comercials en dies festius, amb l'objectiu de protegir el petit empresariat. Una iniciativa molt lloable, però que constata el fet que, amb la jornada laboral actual, el ciutadà es veu obligat a realitzar el gruix de les seves compres en cap de setmana.

Així mateix, resulta curiós que, en aquest cicle de retallades sanitàries, no es tingui en compte els beneficis que, per a la salut mental i física, implica la Reforma Horària. L'equació sembla senzilla: a favor del gaudi del temps lliure, menys estrès i menys despesa pública en sanitat. Llegir, dormir, fer esport... això també forma part de l'Estat del Benestar. Com diu Fabian Mohedano, promotor de la Iniciativa per a la Reforma Horària, és un mite que dormir poc formi part de la cultura mediterrània. "A Itàlia, Portugal o Grècia se sopa a les 19 h i els joves surten després al carrer i gaudeixen. El drama és que aquí van a les discoteques directament a les 3 de la matinada i beguts, no consumeixen i no hi ha guanys per als locals d'oci nocturn".

És evident, per tant, que la Reforma Horària necessitarà d'una apagada, que són molts fronts socials que s'han de tractar. I, sobretot, que si els nostres governs hi estan realment interessats, prediquin amb l'exemple –no es pot anunciar un avançament electoral a les 20.30 h, com va fer el president Artur Mas-. Que no ens facin perdre el temps.

## REFLEXIONS CIUTADANES EN VEU ALTA



GABRIEL CASELLATO

Vull deixar clar que comparteixo el raonament de fons: si adaptem els nostres horaris a les hores de llum reduïrem la petjada ecològica i aprofitarem millor el dia; si concentrem la vida laboral a la part inicial del dia podrem dedicar més hores a totes aquelles activitats que ens reporten benestar familiar i realització personal; si avancem el prime time induïrem les famílies a sopar més d'hora i per tant a fer més compatibles els horaris dels pares amb els dels seus fills, que han de poder anar a dormir més aviat per tal de dormir més hores; etc.

Fins aquí estem totalment d'acord. Igualment, comparteixo l'observació que per aconseguir tot això cal un pacte nacional que inclogui una reforma dels horaris del sector públic i que incentivi aquesta transformació en el sector privat. Si ho assolim, podrem dir que la política ha incidit de manera notable en un dels factors fonamentals del benestar, i per tant, del Progrés, aquella paraula vuitcentista tan estimada i de sobte tan necessària...

Tanmateix, hi ha quelcom que em grinyola. Tot i que potser no es troba tant en el vostre projecte com en els meus propis fantasmes... Té a veure amb el grau de generalització del procés i en la possibilitat que això entri en conflicte amb una certa idea de ciutat que jo tinc molt a cor. Deixeu-me que us posi un parell d'exemples. Si jo vull viure a Barcelona i no a Sant Hipòlit de Voltregà –per dir-ne un d'entre 948–, també té a veure amb el fet que si a les dues de la matinada m'entren ganes de menjar-me un batut de maduixa, espero poder baixar al carrer i trobar al meu barri un comerç –una épicèrie, com diuen a París, o un deli, a NY– que em vengui les maduixes per posar-les a la batedora. I si tinc insomni, després de beure'm el meu batut, m'agradaria trobar un cinema que tingués sessions de matinada o un cafè on passar-me la nit llegint. Ja sé que em respondreu que si seguís els bons vells horaris europeus que teníem durant la República no hauria de tenir insomni... L'europeïtzació dels nostres horaris millorarà la vida a la majoria de la població, d'això no en tinc cap mena de dubte, però anem en compte a no tancar espais de llibertat. Perquè al llarg de la història, un dels pitjors errors ha estat voler encotillar la llibertat i la diversitat humanes en nom d'allò que és bo o just per a la majoria.

## IOANA TUDORANCESCU

**I**ntento promocionar aquesta idea fa anys per la meva banda, m'agradaria participar en el seu projecte de sensibilització a nivell escolar. La meva educació s'ha produït en horaris totalment diferents en un altre país europeu i tinc la certesa de que el fracàs escolar va a la mà amb la falta de temps de les mares i el cansament permanent al qual estan exposats els nens a partir dels 3 anys. Sóc professora d'educació física i visc a Catalunya fa 12 anys i no he pogut trobar suport social mai, ja que els treballadors/professors/pares diuen sempre "A Catalunya és així!" Per tant m'agradaria promoure les vostres visions al món educatiu.



## NÚRIA PICORNELL

Sóc mare de tres infants escolaritzats en una escola pública del barri de la Sagrera de Barcelona. Fa temps que reivindico un horari lectiu intensiu pels nostres nens i nenes. Considero que l'actual horari de matí i tarda és un despropòsit tant a nivell de rendiment com per les mares que sense accés al mon laboral i que no poden accedir a beques menjador les condemna a residir a la porta de l'escola, ja que l'horari actual és de 9 a 12.30 h i de 15 a 16.30 h. Ho he viscut en pròpia pell i és una indecència que després de tant de temps encara estiguem sotmesos als horaris imposats per la dictadura.

M'agradaria que vinguéssiu a fer una conferència a l'escola, la nostra AMPA és molt activa i puc fer la proposta.

Gràcies per aquesta iniciativa, ja era hora que algú fes alguna cosa al respecte.

## IGNASI MASSAGUER

Els vull felicitar per la iniciativa, iniciativa que comparteixo en gran manera, però els vull fer una petita observació en relació amb els efectes d'un possible canvi del fus horari. Crec que adaptar-lo al del Regne Unit (Greenwich) pot ser contraproductiu, ja que pot fer augmentar els trastorns mentals associats a la foscor. Actualment la majoria de la població treballa en llocs tancats i és bo que quan surti de la feina pugui gaudir del màxim d'hores de claror, més si com es pretén amb la iniciativa es compacta l'horari laboral. Si s'avança l'hora de sortir de la feina i l'hora en què es fa fosc, què hi guanyem en aquest sentit? Estaria bé que tots plegats reflexionéssim sobre aquesta qüestió.

## MARC RUÉ

M'he assabentat a través de TV3 de la iniciativa ARA ÉS L'HORA. Sóc enginyer industrial i estic d'acord amb la iniciativa, no només en avançar els horaris i fer jornades intensives amb 3/4 d'hora o 1 hora per dinar (que algunes empreses ja ho fan) sinó també en fer jornades de màxim 8 hores/dia. La productivitat és inversament proporcional a la durada de la jornada. La producció (no productivitat) augmenta en augmentar la durada de la jornada fins a cert punt òptim, després d'aquest punt la producció disminueix en augmentar la durada de la jornada. És a dir, es tracta de no fer massa hores ni tampoc massa poques. A Espanya molta gent fa més de 8 hores/dia mentre que un 26% són aturats que no fan cap hora/dia, hi ha un desequilibri que si es corregís disminuiria l'atur. Això ha de venir incentivat econòmicament per l'administració pública.

## JOSEP MARIA ARMENGOU

Voldria posar l'accent en alguns ítems concrets que em sembla clau remarcar, per si poden ser del vostre interès: tot és ja inventat. Apliquem-ho. No creem comissions d'estudi que no tinguin la funció estricta de proposar en temps breu mesures ben concretes d'acció, i que es dissolguin després. El compromís de les institucions catalanes ha de ser de compliment immediat en allò que és sota la seva competència instaurar. En aquest sentit, els horaris televisius públics són essencials, i més quan a posteriori es poden seguir a la xarxa programacions no vistes. Les diferents variants dels telenotícies (singularment al vespre-nit) haurien de fer-se màxim a les 19.30 o 20 h. Aquesta seria l'hora de començament del "prime time", amb films i espais de cultura i entreteniment acabant no més enllà de les 23 h. No crec que aquest mesura reclami de gaires pactes, més enllà dels estrictament laborals dels sectors. I la crec determinant per moure's en cadena tot el sistema mediàtic, públic i privat. Totes les associacions, entitats, estaments de qualsevol mena en què participem (i entre tota la gent implicada a ARA ÉS L'HORA ja n'hi ha molts) hem de comprometre'ns a convocar o a no acceptar reunions de tarda que comencin més enllà de les 17.30 o 18 h, i amb durades de final ben definides. Les excepcions que calguin no presenten problema. Les convocatòries amb antelació suficient, com hauria de ser el cas, permeten adequar bé les agendes. Les convocatòries de congressos, conferències, i, sobretot, tallers i seminaris, no haurien de començar més tard de les 8.30 h o màxim les 9 del matí. Final no més enllà de les 13.30 h, que lliga amb millors horaris als restaurants, almenys de Barcelona, cara a tornar a la feina i sortir-ne a les 17.30 o 18 h. Cal un pacte específic en el món escolar, fugint, però, dels interessos només corporatius de la comunitat docent. Cal horari continuat a la majoria de comerços, entre les 8.30-9 h i les 17-18 h, amb les excepcions i dies concrets fins a la nit que calguin per sectors.

## PERE ROYO

Sóc professor de secundària des de fa pocs anys. Estem fent uns horaris totalment irracionals. Tant li fa si es fa horari intensiu com si no. En qualsevol dels dos casos es reproduïx el freqüent costum empresarial de fer moltes hores amb un baix rendiment. Actualment estic treballant en un centre amb horari intensiu on els alumnes entren a les 8 h i surten a les 14.30 h amb un descans al mig de mitja hora. Qui pot creure que poden aprofitar les 6 hores de docència (a sobre en general de tipus magistral)? Què ens passa als adults si estem tres hores seguides tancats en una aula? Penseu en quan aneu a una xerrada, curs... i aquesta dura tres hores. A partir de quin moment es perd la concentració? És totalment ineficient! A part del fet que tenen un reguitzell de professors

entrant i sortint fent que sobretot els alumnes de 1r i 2n d'ESO vagin molt perduts. Penso que caldria fer uns horaris intensius que permetessin als alumnes tenir les tardes lliures com ara però sincronitzat adequadament amb les activitats extraescolars, esports, família (!)... Però també cal fer aquests horaris racionals, amb sessions més curtes (o en alguns casos més llargues) repartides amb més moments d'esbarjo que els permeti aprofitar realment els minuts de treball, no com ara.

### ROGELI VANCELLS

**L**a modificació dels horaris es la única solució per ajudar a sortir de la crisi i al mateix temps sortir de l'immobilisme en què estem ancorats.

### SANDRA ROMAN

**E**stic totalment d'acord amb vosaltres i totalment a favor d'aquesta Reforma Horària. Jo treballo en una oficina de 9 a 18h i tinc una hora per dinar. Considero que seria molt bo, per exemple, canviar l'horari de 8 a 16 h i dinar davant de l'ordinador, i això m'ajudaria molt a conciliar la meua vida personal i familiar. Però la meua parella te un horari horrible, de comerç: de 10 a 15 h i de 17 h a 20.30 h. De poc em serviria a mi aquesta reforma si igualment les persones que tenen horari comercial segueixen amb aquest horari (ja que jo sopo i vaig a dormir més tard degut al seu horari, no al meu). Quina proposta teniu per als horaris comercials? Hi ha moltes persones que treballen al sector serveis i crec que no se'ls té molt en compte en aquesta reforma.

### ANDREU FOZ

**T**reballo en la prevenció de riscos psicosocials des del Centre de Seguretat i Salut Laboral de Barcelona (Dept. Empresa i Ocupació), considero molt interessant la vostra iniciativa. Us escric per recordar-vos que des de la perspectiva de la prevenció dels riscos psicosocials parlem del factor de risc Doble Presència per referir-nos a la dificultat de conciliar vida laboral amb familiar, en aquest sentit la Reforma Horària que proposeu podria ajudar molt a prevenir aquest factor de risc i afegeix arguments en el seu favor, simplement el fet de plantejar-ho ajuda a sensibilitzar i a donar importància aquest factor. Suposo que ja havíeu tingut en compte aquesta perspectiva però volia remarcar-ne la importància.

## NÚRIA NAVARRO

L'horari de les biblioteques. Un servei públic de qualitat, però amb uns horaris inadequats. Majoritàriament les biblioteques de Barcelona (la ciutat i la província) tanquen a les 20.30 h. Les de Girona, a les 20.00 h. En els últims anys, la implementació del Mapa de lectura pública de Catalunya ha permès que les biblioteques formin part de la vida quotidiana de milers de persones al nostre país. Ascens continuat de visitants (4,5 milions d'usuaris i 45 milions de visites el 2013). La majoria d'aquestes biblioteques, a la província de Barcelona no obren tots els matins, però en canvi tanquen molt tard: gairebé totes tanquen a les 20.30 h. Penso que caldria tenir més matins oberts (i migdies, si calgués) i haurien de tancar més d'hora.

## JAUME PUJOLRÀS

Plugar a les tres o quarts de quatre de la tarda i dinar a les quatre o a quarts de cinc és ridícul. No crec que això passi a cap altre país del món. Vaig treballar durant uns mesos en una administració pública de l'Estat i disposàvem de mitja hora per esmorzar. Jo anava sempre a la feina havent esmorzat i m'hauria agradat fer servir aquesta mitja hora entre les dotze i la una per dinar. Doncs això no és permès. Més enllà de les 12 h ja no et permeten sortir. Crec que la cosa més racional seria que l'horari de l'administració fos de 9 a 13 h i de 14 a 17 h. A més s'evitaria veure aquest estol de funcionaris que entre les 10 i les 12 h surten a esmorzar, la qual cosa fa un mal efecte terrible. Penso també que les grans institucions podrien començar per donar exemple i aplicar uns horaris més racionals. Cada dia veiem per televisió com els polítics fan rodes de premsa a les dues o a quarts de tres de la tarda. Ni ells ni els periodistes han dinat. Dinaran tots a partir de les quatre. Per si fos poc, veig que cada vegada hi ha més instituts que acaben la jornada escolar a les tres de la tarda. Tots aquests joves també dinaran més tard de les quatre. Si polítics, funcionaris, estudiants, empleats de banca dinen a l'hora de berenar ¿a quina hora soparan? A partir de les 22 h. Perdoneu-me però això no té solució. I us diré per què. Perquè no hi ha cap funcionari, cap polític, cap professor, cap empleat de banca que estigui disposat a canviar aquest horari. Almenys jo no en conec cap. I quan els en parlo i els dic que a mi m'agrada dinar a la una i sopar entre les 19-20 h, em miren com un personatge estrany. La irracionalitat horària ha arrelat amb força i aquests hàbits ja no es podran canviar.

## PERE COSIALLS

**A**ctualment, en la majoria de convenis dels treballadors, es deixa ben clar que l'horari nocturn comença a les 22 h. A partir d'aquesta hora s'aplica el suplement de nocturnitat. Seria molt senzill d'aconseguir, que en els propers convenis col·lectius, l'horari nocturn comences a partir de les 19 h. Si cal, l'adaptació es podria fer de forma esglaonada. Aconseguiríem que a partir de les 19 h la majoria de treballadors serien a casa, i en les feines on realment interessés obrir més tard, s'hauria d'aplicar el plus de nocturnitat. El treballador content perquè li paguen més bé aquestes hores i l'empresari que volgués obrir, també, ja que li disminuiria la competència a partir de les 19 h.

## JOAQUIM VIDIELLA

**L**es empreses i especialment les públiques, estan sotmeses a lleis, normes o regles que condicionen les relacions laborals que li vénen marcades des de fora de l'empresa i per tant treballador/professional i empresari/gestor, no pot fer més que aplicar-ho. Malgrat això hi ha una variable de les relacions laborals que sí que depenen dels dos subjectes i que poden i han de negociar internament a l'empresa/entitat que és el temps de treball (potser no el quantum anual) però sí com distribuir-lo i aplicar-lo cada dia de treball.

## IRMA REGINALDO

**L**a proposta horària em sembla fantàstica però sempre pensant en un entorn d'oficina, vull dir, en un entorn de serveis administratius de caràcter intern. Què passa, doncs, amb els treballadors de serveis? És el meu cas. Em dedico des de fa anys al sector serveis, en concret a l'Atenció al Públic, i normalment el personal de serveis no disposa ni dels horaris ni de les jornades dels treballadors estàndard. Per exemple, molt sovint s'ofereixen serveis 24 hores/365 dies de l'any, i molt sovint també, amb horaris rotatius. El que voldria saber és si la seva iniciativa contempla aquest ampli sector laboral que ocupa al voltant d'un 70% dels treballadors en actiu a Catalunya.

## OLGA VALLS

**F**a anys que busco conciliar millor la vida professional i la personal; sempre amb moltes dificultats. L'edat i l'experiència acumulada et fan estar millor posicionada per a càrrecs de més responsabilitat; i sembla ser que en aquest

país nostre, a més responsabilitat, més hores al despatx; estic convençuda que una altra manera de viure és possible. Des que vaig començar a treballar fins ara, que ja porto uns quants anys fent-ho, m'adono que les coses no han canviat gaire. La feina m'agrada molt però no vull viure per treballar, i això ho tinc molt clar. Vaig conèixer aquesta iniciativa per la premsa i m'agradaria saber si puc col·laborar d'alguna manera perquè realment s'arribi a produir algun canvi significatiu en els propers anys. Jo no tinc l'expectativa de beneficiar-me'n, però tinc tres fills (dos dels quals són nenes), i tota la feina que fem ara, ells i elles en recolliran els fruits en un futur; i la veritat, confio en poder veure-ho. Moltes felicitats al grup motor.

### ARIADNA SABATÉ

Sóc treballadora d'un petit Ajuntament de la província de Tarragona. Tinc una plaça de laboral fix que vaig treure mitjançant concurs oposició. He de dir que quan em vaig presentar a l'oposició estava embarassada i pensava que l'opció de la funció pública em donaria més flexibilitat horària i he de dir que no ha estat així, ja que he de fer dues tardes obligatòriament i a més a més un dia fins les 20 h i l'altre fins les 19.30 h i m'he trobat amb moltes reticències a l'hora de proposar canvis. Em trobo que aquests dos dies de la setmana, després de fer 40 km per arribar a casa, el meu nen està a punt d'anar a dormir i no puc estar més d'una hora amb ell i això com a mare és molt dur. Crec que políticament queda molt bé el tema de la conciliació laboral i familiar però a l'hora de la veritat no s'aplica i el problema ve de la mentalitat que per desgràcia encara es té de més hores a la feina major productivitat.

### MARTÍ LOZANO

Uns dels aspectes a canviar crec que seria canviar al fus horari que ens pertoca, és a dir Greenwich. De fet estem tot gairebé al mig del fus, ja que el 0 passa per prop de Lleida i Castelló, i com som fins 7,5° a l'est i 7,5° a l'oest, doncs no hi ha discussió alguna. Amb això podríem dormir més al matí, fer el mateix que la resta d'europes de l'oest (Portugal, Irlanda i Regne Unit) i portar un horari solar semblant als de més a l'est d'Europa (Itàlia, Alemanya). No pot ser que portem el mateix horari que Polònia, per exemple. Per tant, podríem sopar a les 7 de la tarda (8 actuals) i no hi hauria cap problema, és qüestió d'adaptar-s'hi ràpidament, com quan viatgem a l'estranger, de ben segur que ens hi adaptem.



facebook

SOBRE UN NOU HORARI  
A LES EMPRESES



**MÒNICA GERONÈS**

**J**a fa temps que són coneguts els beneficis d'un horari més racional així com els resultats en productivitat... Però cal anar de la mà de la política per promoure un canvi real, i actualment aquesta està dilapidant tots els avenços conquerits.

**LUCAS CLOSA**

**E**l que no es pot pensar és que automàticament fent menys hores es fa més. Els treballadors han d'aprendre a ser més productius i això no passarà simplement reduint l'horari. No s'ha de cometre l'error de "menys hores=més productivitat" i punt. Que aquí sembla que amb 7 hores fem més que amb 8 i si fem 5 hores, encara més. No, no és només reduir horari ni un tema polític, els treballadors han de tenir llibertat i tenir objectius clars i ser ells més productius.

**NICOLE DAIXUM**

**N**o necesitamos 3 horas para comer. Hacer un parón de 14 a 17 h es demasiado, creo que casi todas mis compañeras estarían de acuerdo en tener una hora de descanso con tal de plegar a una hora razonable y ¡tener tiempo para los suyos!

**PILAR AVILA**

**H**e treballat a Anglaterra i entrava a les 7 h i sense parar fins a les 12 h, una hora per dinar i tornem-hi fins a plegar. Era molt productiu. Aquí no entenem aquest concepte!

**ANNA RUBAU**

**C**onsumisme, i tant. Sempre he pensat que és l'única explicació que hi ha. Sentir-te esclau dels horaris de la feina (per més que t'agradi), no poder compartir tots els àpats en família, no disposar de temps diari per estar a soles amb la parella o practicar les nostres aficions... tot això crea que busquem certes compensacions. Fa anys que m'he anat fixant que les parelles i pares que disposem

d'horaris racionals no solem necessitar tantes compensacions com els qui són uns vertaders esclaus de les jornades diàries. Clar que la màquina d'incentivar el consumisme és brutal. Tots acabem de veure aquest estiu -com cada estiu- que les cadenes públiques parlen constantment de ponts, escapades, viatges, bons preus... i ho lliguen molt bé amb "la necessitat" que suposadament tenim tots de desconectar i poder estar al 100% amb la família. I com que aquest missatge té part de raó, la majoria acaba necessitant fugir de casa per oblidar la relació rutina/esclavatge. Som esclaus. Ara bé, també hem de pensar que en països on els horaris són més racionals hi ha tant o més consumisme que aquí".

El que s'ha de canviar són els horaris laborals, no el del fus horari. I penso que tant una cosa com l'altra, quan sigui l'hora, l'hauria de decidir el poble votant. Personalment no conec ningú que no vulgui que s'implantïn horaris laborals europeus (fins i tot empresaris) però tampoc no conec ningú que vulgui canviar el fus horari. És més, tots sabem molt bé quanta gent voldria que l'horari d'estiu s'implantés durant tot l'any. Els ciutadans ho hauríem de decidir."

La tecnologia a tots nivells ha fet que els treballadors siguin molt més productius en tots els àmbits laborals, i em refereixo tots, des de com es recullen les escombraries a com es fabriquen cotxes, passant per com es gestionen els diners en els bancs, a les tasques administratives, etc. I si a això hi sumem una optimització del temps a la feina, començaria a ser hora que es canviés la quantitat d'hores laborals. A molts països es treballen menys hores, com a França, on a més tindrien més d'un milió d'aturats més si fessin 40 hores setmanals.

## JACQUELINE BORRELL

**P**roposta d'horaris: oficines i serveis de 8 a 16.30 h o 17 h i botigues, fins les 19 h màxim.

## GIS FIGUERAS

**D**oncs jo a l'administració pública faig un torn del que ningú no parla mai, jornada de 14 h a 21 h. Això és inhumà, no tens vida familiar, no tens vida social... és un horari que no permet emprendre res, ni gaudir del temps lliure perquè has de dinar a les 12 h. És un horari que tard o d'hora tothom vol canviar. Per això tinc moltes esperances en aquest a iniciativa...



## MONTSERRAT MATEU

**A**l'Administració de la Generalitat tenim l'obligació de ser al nostre lloc de 9 a 14 h. Les 2 hores i mitja més per completar la jornada (en total 7 hores i mitja) les podem fer quan vulguem. Hem de deixar (si fem matí i tarda) com a mínim mitja hora per dinar. Dinar a les 16 h no és racional, però a mi em va bé ja que, a partir de les 17 h em puc dedicar al voluntariat.

## MONICA DEL COLLADO

**P**er què costa tant canviar els horaris? La gent vol i a les empreses els han dit que els millorarà la competitivitat. On és el problema? On són els entrebancs? Fem-ho i llestos. Tinc la sospita que en realitat les empreses no es creuen que millorar...

## ROSA CASAS

**L**a gran majoria de les empreses no es creu que siguin més competitives amb la millora horària. Tenen encara la sensació que un treballador demostra la seva competència quedant-se mil hores a la feina o fent el maleït horari partit.



## NÚRIA JÀVEGA

**D**e ben segur que els seus horaris (suecs) els deuen adaptar com volen i sense incompatibilitats ni problemes. Els suecs tot just aproven sis hores de feina sense abaixar sous i per tant, com a civilitzats que són, igualen horaris laborals i acadèmics, vida i treball.

## ANNA RUBAU

**I**a França també sopen a les 19 h tenint el mateix fus horari que nosaltres. Per cert, al poble dels meus avis materns, fronterer amb l'Estat Francès, els horaris de la gent més gran era molt similar al francès. La gent vinculada al camp que podia escollir els seus horaris seguien més una relació amb el sol. Els meus avis materns dinaven a les 12.30 h, berenaven a les 16.30 h i sopaven a les 19 h. Quan jo hi anava fèiem un mixt i dinàvem a les 13 h i sopàvem a les 20 h.

## PILAR AVILA

A molts països d'Europa els horaris són molt diferents però no per això menys racionals, només cal adaptar-s'hi, està clar. A Anglaterra per exemple, l'horari és de 8 o 9 h fins a les 17 o 18 h, depèn de l'empresa. El seu "lunch" és cap a les 12 h, quan tenen una hora per menjar, normalment coses lleugeres. El mateix passa a les escoles. El "dinner" és a cap a les 18 h o 19 h i mengen tota la família junta.

## JORDI MCROPE

Hi ha països a Europa que ja ho fan i són molt més productius. Es tracta de concentrar el poder productiu en menys hores. Fins i tot a Holanda hi ha gent que treballa quatre dies a la setmana, i es guanya molt bé la vida. Canviem la mentalitat, Ara és l'hora.

## JOSEFINA ALTÉS

Crec que la reforma horària hauria de passar per repartir la feina global entre totes les persones en edat de treballar. Quantes hores d'horari laboral caldria fer? Segur que ens quedaria molt més temps per dedicar a la família.

## FRANCESC XAVIER GARCIA

Sobre un horari de 6 hores: No demos ideas... Aquí se firmaría el contrato por seis horas, se cobrarían cuatro y se trabajarían doce.



## MONTSE DE MONTJUÏC

Horaris laborals: això afecta els infants i joves, els horaris escolars dels quals van de la mà amb els dels pares i, com a docent, puc assegurar que el rendiment cau, però de quina manera, a partir de les 14-15 h. Ho estem fent molt malament.

### MONTSE MARTÍ

Sóc docent (...) Tenim infants plens d'extraescolars o sols a casa o al carrer, pares que arriben tard i que cedeixen a tot davant uns fills que veuen poc per un sentiment de culpabilitat... Resultat? Nens sobreprotegits, xics despòtics, malcriats i que dormen poc. No anem bé i el que no funciona CAL CANVIAR-HO! També hem de ser europeus en l'horari.

### CARME COLS

Com milloraria un horari diferent per als infants que van a l'escola! Com es pot organitzar un matí de nou a dotze? De tres a cinc... pobres avis, pobres famílies a l'atur... Un horari que no deixa temps per poder fer alguna cosa...

### ANTONIO VERNET

La manca de racionalitat dels horaris educatius ens porta a replantejar si eduquem o militaritzem. Porta oberta a l'horari equilibrat, no més de 4 hores de classe. Això sí, ensenyar a estudiar i a pensar.

### LAYLA V. MARGINET

Yo vivo en Londres desde hace 3 años. El hecho de cambiar horarios ha ido muy bien para mi hijo, el cual rinde más en la escuela. Aquí se come a las 12 h y se cena 19.30 h. A parte considero que el fracaso escolar no sólo son horarios, si no actitudes de las escuelas.

### ELENA FERRO

Jo proposo fer menys vacances, repartides de manera racional durant l'any (i amb alternatives d'oci assequibles pels infants i joves que no puguin ser atesos pels pares per motius laborals), i menys hores lectives al dia, redistribuint la càrrega a la llar.

## NATÀLIA ROIG

**Q**ue els deures es facin a l'escola, perquè el temps que estiguin a casa sigui un temps en família (això és molt important i no es té en compte). Jo crec que no es pot començar la casa per la teulada i el primer és fer els horaris de feina compatibles amb els de l'escola i amb la cura i l'educació dels nens.

## TERE SÁNCHEZ

**D**oncs jo crec que en comptes de deixar els meus fills/es en mans d'un altre, millor seria gaudir d'ells! Com? Compatibilitzant l'horari laboral i d'escola. Prou ja de pensar només en l'horari de les escoles i les extraescolars. Crec que s'ha d'anar més enllà.

## MONTSE MARTÍ

**N**o comencem a adaptar l'escola a la societat. (La Natàlia) encerta quan diu que comencem la casa per la teulada. Cal un PACTE DE PAÍS, els nens/es són el més valuós com a ciutadans actuals i futurs. Necessiten uns pares a casa entre les 17 i 18 h per poder ben educar i gaudir dels seus fills/es i els pares/mares necessiten calma, temps i no sentir-se culpables criant uns fills a temps mínims i concentrats de capricis i no-límits. Les escoles estem plenes de "nens/es emperadors". Una societat unida empresa-educació-sanitat. Ja prou de començar sols amb les escoles!!!

## MILA HERNANDEZ

**Q**ualsevol cosa que es faci ha de coordinar els horaris escolars amb els de treball, sinó serà un fracàs. Tothom està d'acord que les vacances d'estiu són massa llargues, fins i tot per a les criatures. Estaria bé fer les vacances durant els mesos de juliol i agost, per la calor. Els altres dies es podrien redistribuir durant l'any: amb un dia setmanal de festa (com ara els dimecres, al mig de la setmana) o allargant alguns caps de setmana.

## MONTSE PINO

**A**grans trets i sense entrar en detalls: de l'1 de setembre al 30 de juny, horari lectiu de 9 a 14 h.

## ANNA PARISI

**T**othom no està d'acord que les vacances d'estiu són massa llargues. Jo no. Crec que els nens tenen dret a estius sense horaris, i 2 mesos i mig sobre 12 no són cap exageració. (...) Els escandinaus fan 10-11 setmanes... i crec que porten bastant bé això d'educació, nens i horaris.

## GEÒRGIA MG

**H**o són (2 mesos i mig de vacances)... i molt! A Europa no es fan 2 mesos i mig de vacances! Si volem ser europeus (perquè no ho som) hauríem de començar a aprendre d'ells. Vacances repartides durant l'any i no tantes a l'estiu.

## MAITE MARÍN

**V**etllar més pels interessos dels infants i no tant pels interessos dels adults. Els alumnes tenen dret a una bona educació, i a una coeducació família-escola per a enfortir els coneixements adquirits. Tenen dret a un horari que els permeti tenir estones de descans i esbarjo entre classe i classe. Tenen dret a un horari que els permeti poder dinar a una hora adequada per a la seva edat i que permeti la reforma horària tant esperada per molts. Tenen dret a poder gaudir dels seus pares els dies de festa. I com això un munt de coses. Cal ser prudents a l'hora de desitjar un canvi d'horari o calendari escolar ja que hi ha molts factors que influeixen directament en la vida del nen, tot i que no ho sembli.

## MARIONA MAS

**2**mesos i mig de vacances a l'estiu (quan fa calor) és genial per als nens. Per alguns pares potser no. Però suposo que estem d'acord que hem d'atendre les necessitats dels nens. Passen massa estona dins d'un horari rígid i rebent instruccions i massa poca jugant sense que ningú no els digui què han de fer. Si la idea és col·locar els nens, existeixen internats. Jo faria horaris intensius fins a les 15 h, i després extraescolars o a casa o al parc. A vegades per poder passar més temps amb els fills s'ha de fer algun sacrifici. I hi ha gent que no ho pot fer, però hi ha qui ho pot fer i ni s'ho planteja.

### SANDRA CASAS

**T**ot és complicat, però els horaris intensius de juny maten a qualsevol que treballi. I tant, a l'estiu també. El meu home i jo tenim negoci i no podem fer tantes vacances. Sort dels avis, com a la majoria de les famílies.

### CARME LLUBES

**L**es vacances d'estiu son massa llargues, a ells també se'ls fan pesades, necessiten rutina! Amb els mesos de juliol i agost ja n'hi hauria prou!

### JIMENA PEÑA

**H**orario intensivo hasta las 14 h en las escuelas y luego actividades optativas dentro de la escuela, para quienes quieran (o necesiten unificar horarios laborales-escolares) y no obligatorio para todos (incluso para quienes pueden ajustar su horario laboral al escolar)... Las actividades podrían incluir deportes, actividades artísticas y también un tiempo pequeño de asesoramiento escolar para acabar cosas del cole si hay deberes. (Aunque también quitaría los deberes). Así, los niños aprovecharían el tiempo que están en la escuela para hacer las extraescolares, y de esta manera, no los sobrecargamos... Cuando llegan a casa podrían jugar libremente y ¡¡¡aburrirse!!! ¡Las vacaciones más seguidas en pequeñas dosis y una central más reducida que la actual en verano!

### IRENE HIDALGA

**E**n un país on la baixa maternal són 16 setmanes, crec que les escoles no són el primer a arreglar si volem educar els nostres fills. Estant amb nosaltres els podem ensenyar moltes més coses que amb extraescolars tots els dies. I jo de les vacances d'estiu no recordo mai estar-ne farta quan era petita. S'han de canviar els horaris laborals, i la resta s'anirà adaptant, perquè hi haurà possibilitats d'anar-los a buscar, d'estar amb ells, de fer deures, de jugar, d'aprendre a ser persones...

### MONTSE PB

**C**anviem la tendència dels horaris laborals i després ja hi adaptarem l'escola, que potser és el més fàcil.

## ORIANNA RUSCALLEDA

**H**orari intensiu i a la tarda extraescolars i tallers!! Educació emocional, ioga, dansa, esports d'equip, manualitats, cuina... suport psicopedagògic...

## JACQUELINE BORRELL

**P**roposo que no facin res fins que les empreses siguin TOTALMENT sensibles a la necessitat de conciliar horaris laborals i familiars. On visc ja tenim escoles que pleguen a les 16 h pel bé dels nens (cosa del tot cert) però... qui pot plegar a les 15 h per anar-los a recollir avui dia?

## SANDRA CASAS

**N**o culpem sempre les empreses. Jo tinc una botiga d'alimentació, sóc la cap, estic sola... Expliqueu-me com tanco cada dia a les 16 h? Com pago el col·legi, la hipoteca. I, mentre, les grans superfícies seguirien fent horaris fins les 10 h i tots hi aniríeu a comprar.

## MARIA GARCIA

**N**o som britànics... I qui diu que els britànics estan contents amb aquests horaris? Perquè qui treballa no ho passa gens bé... No podem fer aquests horaris fins que els horaris de les feines dels pares no estiguin adaptats als horaris escolars... I no només els funcionaris públics han de tenir aquests privilegis. Més feina a fer a l'àmbit privat (...), que el treballador no té cap protecció quan es troba amb caps que no entenen la frase: "conciliació vida laboral i familiar". Horaris per a tothom, fills i pares, de 9 a 17 h... I menys vacances escolars d'estiu... Que facin activitats lúdiques.

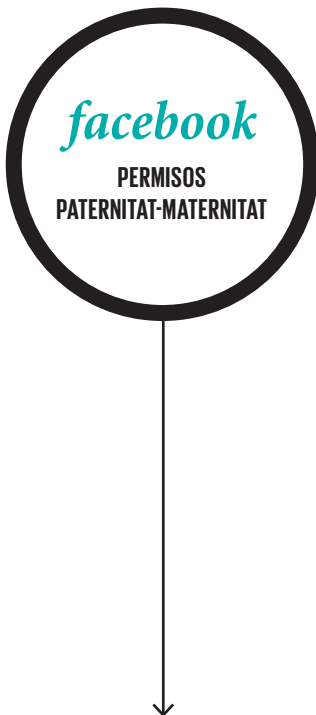
## ANNA RUBAU

**M**enys temps per dinar no: horaris intensius. A moltes autonomies d'Espanya, tot i tenir la resta d'horaris irracionals fa anys que tenen jornades escolars intensives, de la mateixa manera que països amb alt rendiment escolar també tenen aquest tipus d'horari. Els qui ens dediquem a la psicopedagogia, pedagogia i en el món de l'educació en general, sabem que els alumnes no rendeixen a les tardes i que trencar l'horari amb l'hora de dinar és pedagògic.

gicament perjudicial. A les autonomies que s'han adoptat els horaris intensius, s'han posat serveis de monitors pels alumnes que no poden dinar a casa i s'han de quedar unes hores més, que no els costen pas més del que pagaven quan només es quedaven a dinar. Per altra banda, les proves pilot d'horaris intensius que es van començar a fer fa dos cursos a centres catalans han donat molt bons resultats. Hi ha d'haver molts canvis perquè la societat rutlli i no visqui supeditada a uns horaris irracionals que afecten negativament tots els àmbits.

#### MAITE MARÍN

**A**quí el debat és tanca molt entre jornada partida o continuada i a altres indrets cal veure que la intensiva tampoc no ha estat la solució (s'ha demostrat que la pausa per dinar dins l'horari escolar té molts beneficis). Comencen a plantejar-se altres opcions com ara la de reduir el temps destinat al dinar i esbarjo del migdia. Cal seguir pensant, algun dia es trobarà la solució. (...) Sóc una mare totalment en contra que els seus fills facin 5 hores seguides de classe i que s'hagin d'esperar fins a les 14 h per dinar. No s'està treballant per una reforma horària? Doncs aquesta no és la millor opció a implantar a les escoles. Abans de plantejar un canvi d'horari escolar cal un canvi social general i valorar quin seria l'impacte, no per als pares (els quals podrien estalviar-se un viatge) sinó per als nens en tots els sentits (el social inclòs).



#### PAU CAPDEVILA

**O**n s'ha de signar? Els pares, des del 2011, tenim un mes segons la llei però no el podem gaudir perquè no hi ha diners. Ja veieu la voluntat que hi ha... Com que als ministres que manen els crien els fills... I les mares haurien de poder fer un any de baixa, si volguessin.

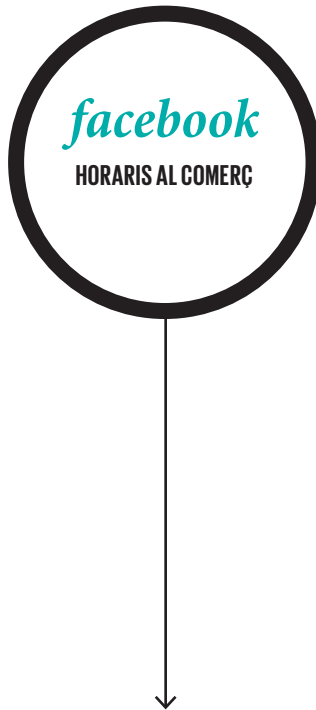
#### MAGDA MINGUET

**N**o s'hauria ni de plantejar el debat. No volem igualtat? Doncs 16 setmanes, igual que nosaltres.



## MONTSERRAT MATEU

El que és important és que a Suècia és obligatori que el pare agafi una part de la baixa. Això fa que, a banda de tots els beneficis emocionals per a la família, realment sigui el mateix contractar un home que una dona, cosa que no passa aquí.



## ANNA RUBAU

Ni jo ni cap familiar meu no treballa en el comerç i tinc un horari laboral totalment conciliador, però sóc una ferma defensora de no obrir els festius, perquè sempre he pensat que “el que no vulguis per tu, no ho vulguis per a ningú”. Tinc temps per gaudir de la família i trobo indignant que hi hagi gent que vagi a comprar els diumenges i festius a costa del benestar d’altres persones i famílies. La gent té temps de sobra per enllestir les compres els dies feiners. Els horaris comercials són prou amplis per fer les compres de dilluns a dissabte. Són lamentables els horaris laborals en general, però en el cas del comerç són inhumans i encara hi ha gent que voldria que sempre tot estigués obert.” “(Sobre les reticències del comerç a fer horari europeu) És normal que hi tinguin reticència, per això s’ha de fer per llei des de les administracions. El que faria perdre turistes, o almenys no hi afavoriria gens, és que ens canviéssim de fus horari, ja que a les 17 h seria de nit (...) Naturalment, a ningú no beneficia que es faci fosc abans, però els canvis d’horaris fins i tot beneficiarien la restauració, ja que molta gent, sortint de la feina, podria anar a prendre alguna cosa, mentre que ara no hi ha temps per a res.” (...) “Les lleis. Sense una legislació que no imposi unes franges laborals i comercials diferents, tot quedarà en paper mullat.

## MONTSERRAT EGUSQUIZA

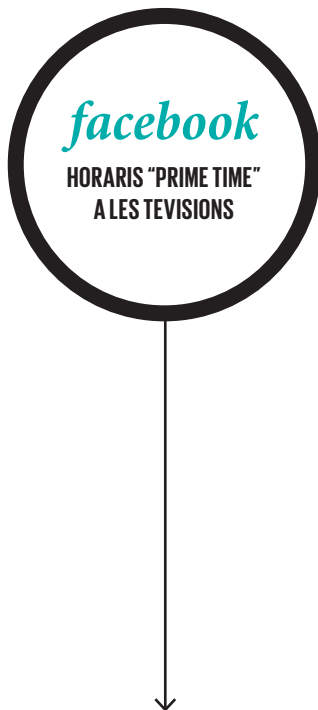
Els horaris comercials en aquests país són absolutament incompatibles amb una vida familiar i social normal per la gent que hi treballa.

## GEÒRGIA MG

**T**reballar en dissabte és el més empenyador de la meua feina. T'hi estàs tot el dia i vénen a comprar a les 8 de la tarda. Per què? És que no tenen tot el dia per fer-ho? Jo també tinc família!!

## JACQUELINE BORRELL

**N**o tots els europeus treballen fins les 18 (...) però sí pleguen molt abans que nosaltres. Fins i tot a Anglaterra hi ha botigues que obren cada diumenge al matí. Però l'horari general de les botigues és de 9 a 18 o 19 h, de dilluns a dissabte. Aquí les botigues obren més tard i és un dels motius pel qual tanquen més tard. I a Catalunya tampoc el clima no ens pot servir d'excusa perquè estiguin tancades tanta estona al migdia. Això ho començarem a arreglar a partir del moment en què els primers a plegar (normalment oficines etc.) pleguin més d'hora i puguin anar a comprar abans; les botigues podran tancar abans.



## ANNA RUBAU

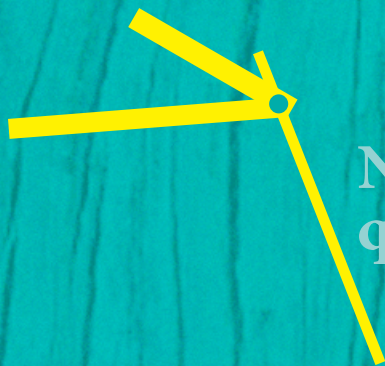
**P**enso que hauríem de tenir la responsabilitat de no mirar-los (els programes que es fan massa tard). Hem de pensar que als anys 80 i fins que van arribar les grans empreses privades, els horaris televisius eren més racionals. Els telenotícies començaven a les 20.30 h, però duraven 30 minuts. Ara s'allarguen a l'infinit, justament quan podem disposar d'informació fàcilment i seguint el mal exemple horari que van implantar les privades. Nosaltres tenim la doble responsabilitat de no seguir-los el joc. I, més important, exigir amb contundència que els qui governen decretin uns horaris racionals televisius.

## MARIA MONTSERRAT MORERA

**I**els partits de futbol a les 11 de la nit? A més, van dir a la TV que ho havien vist més de 6 milions de persones! Increïble...

**N**ihil est annis  
velocius

*Ovidi*



No hi ha res més veloç  
que els anys

---

# LES PERSONES

---

# EL GRUP MOTOR

Javier Albares, metge [Clínica del Son Estivill]  
Assumpta Baig, mestra [Associació Salut i Família]  
Sara Berbel, psicòloga social i experta en polítiques de gènere  
Trinitat Cambras, professora [Universitat de Barcelona]  
Salvador Cardús, professor [Universitat Autònoma de Barcelona]  
Lluís Casado, consultor [Grupo Mediterráneo Consultores]  
Núria Chinchilla, professora [IESE Business School]  
Josep Ginesta, treballòleg [Gesdocument]  
Elvira Méndez, directora general [Associació Salut i Família]  
Sara Moreno, professora [QUIT - Universitat Autònoma de Barcelona]  
Jordi Ojeda, professor [Universitat de Barcelona]  
Mercè Otero, professora jubilada [Ca la Dona]  
Jordi Pigem, filòsof i escriptor  
Cristina Sánchez, professora [Universitat de Girona]  
Esther Sánchez, professora [Universitat Ramon Llull - ESADE]  
Elena Sintes, sociòloga [Fundació Bofill / Ajuntament de Barcelona]

Fabian Mohedano, treballòleg i promotor de la Iniciativa

# COL-LABORACIONS

Maria Bermejo, estratègia financera  
Núria Galan, administració i secretaria  
Cristina González, xarxes socials  
Santi Lapeira, àudio-visuals  
Sonia Muñoz, imatge, disseny web i butlletí  
Xavier Peralta, consultoria en projectes  
Idoia Vallverdú, disseny gràfic Col·lecció Reforma Horària  
Enric Vaquer, correcció de textos

# LES PERSONES AMB QUI HEM DIALOGAT

- **Adriana Casademont**, presidenta de Casademont
- **Agnès Juez**, gerent de l'Associació Professional de Representants, Promotors i Màgers de Catalunya (ARC)
- **Agnès Russiñol**, diputada per ERC al Parlament de Catalunya
- **Agustí Colomines**, director de la Càtedra Josep Termes (UB)
- **Ainhoa Fornos**, Desenvolupament de Persones d'Estrella DAMM
- **Albert Riera**, gerent de l'Ajuntament de Girona
- **Alberto Ojinaga**, vicepresident de l'Associació Catalana de Supermercats i Distribuïdors (CAT-DIS)
- **Alejandro Goñi**, president de PIMEC Comerç
- **Àlex Casanovas**, president de l'Associació d'Actors i Directors de Catalunya
- **Àlex Padán**, responsable del Sector Nacional de Comerç de la Federació de Serveis per a la Mobilitat i el Consum de la UGT de Catalunya
- **Alexis Serra**, cap de Gabinet de la Consellera de Benestar Social i Família del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Alfons Comas**, membre de la Junta Directiva del Cercle Català de Negocis
- **Alfons Tiñena**, president del Consell d'Associacions de Barcelona (CAB)
- **Alícia Romero**, diputada pel PSC al Parlament de Catalunya
- **Almudena Almagro**, regidora de Polítiques de Gènere de l'Ajuntament de Terrassa
- **Anna Balletbò**, presidenta de la Fundació Olof Palme
- **Anna Delclòs**, directora de la Fundació CECOT
- **Anna Fornés**, directora de la Fundació Factor Humà
- **Anna Mercadé**, directora de l'Observatori Dona, Empresa i Economia de la Cambra de Comerç de Barcelona
- **Anna Parés**, presidenta del Col·legi de Polítòlegs i Sociòlegs de Catalunya (COLPIS)
- **Anna Simó**, membre de la Mesa del Parlament de Catalunya
- **Antoni Mateu**, secretari de Salut Pública del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Antoni Ribera**, secretari general de CEDAC
- **Ariadna Oltra**, conductora de .Cat - Televisió de Catalunya
- **Arnau Queralt**, director del Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Artur Carulla**, president del grup Agroalimen
- **Begoña Navarrete**, gerent del Col·legi de Psicòlegs de Catalunya
- **Belén Pajares**, regidora del PPC a l'Ajuntament de Barcelona
- **Benet Maimí**, diputat per CiU al Parlament de Catalunya
- **Björn Stigson**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Camil Ros**, secretari nacional de la UGT de Catalunya
- **Carles Agustí**, comissionat de participació ciutadana i associacionisme de l'Ajuntament de Barcelona
- **Carles Campuzano**, diputat per CiU al Congreso de los Diputados
- **Carles Capdevila**, director del Diari ARA
- **Carles Ibáñez**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Carles Puigdemont**, alcalde de Girona
- **Carme Pachón**, vicerectora d'Administració i Organització de la

- Universitat de Barcelona (UB)
- **Carme Porta**, exdiputada al Parlament de Catalunya i exsecretària de Polítiques Familiars del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Carme Segú**, regidora d'Igualtat de l'Ajuntament de Mollet del Vallès
  - **Carmen de Rivera**, diputada per Ciutadans al Parlament de Catalunya
  - **Carmen Zapata**, gerent de l'Associació de Sales de Concerts de Catalunya (ASSAC)
  - **Carolina Blanco**, cap de l'Àrea de Persones de Prefabricats Planas
  - **Clara Navarro**, cap d'agrupament de l'AE Skues
  - **Claudi Alsina**, secretari d'Universitats i Recerca del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Conxita Gassó**, Direcció Family Office. Presidenta Comitè Igualtat GAES
  - **Cristian Casellas**, Comissions i Participades de la Cambra de Comerç de Barcelona
  - **Cristina Gallach**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Daniel Martínez**, president de FOCUS
  - **David Fernández**, diputat del Grup Mixt al Parlament de Catalunya
  - **David Garrofé**, secretari general de CECOT
  - **Dídac Lee**, conseller delegat d'Inspirit i membre de la Junta Directiva del FC Barcelona
  - **Dolors Gordi**, secretària de Família del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Edita Olaizola**, coordinadora de la Comissió RSE de l'Associació de Direcció de Persones (AEDIPE-Catalunya)
  - **Elena Alfaro**, directora de la Fundació AREC
  - **Elena Mora**, gestora parlamentària al Parlament de Catalunya
  - **Elisa Stinus**, doctoranda en polítiques públiques i consultora a Management Momentum
  - **Eloi Cortés**, vicepresident 1r del Consell Nacional de la Joventut de Catalunya (CNJC)
  - **Enric Ezquerria**, president de l'Associació Catalana de Supermercats i Distribuïdors (CAT-DIS)
  - **Èrika Ketenburg**, presidenta de l'Associació Girona pel Dret a Descansar
  - **Esteban Ciria**, vicepresident de l'Associació Catalana de Direcció de Persones (AEDIPE-Catalunya)
  - **Eulàlia Mas**, gerent de la Federació Catalana del Voluntariat Social (FCVS)
  - **Eusebi Cima**, President de Federació d'Empresaris de la Petita i Mitjana Empresa de Catalunya (FEPIME Catalunya)
  - **Eva Gajardo**, secretària nacional de la UGT de Catalunya
  - **Felip Puig**, conseller del Departament d'Ocupació i Empresa del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Fernando Casado**, director del Consejo Empresarial para la Competitividad
  - **Fernando Sánchez**, diputat pel PP al Parlament de Catalunya
  - **Ferran Falcó**, diputat per CiU al Parlament de Catalunya, ponent del Projecte de Llei del Voluntariat
  - **Ferran Mascarell**, conseller de Cultura del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Ferran Rodés**, president del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Francesc Homs**, conseller de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Francesc Molina**, subdirecció

General d'Equipaments Cívics  
del Govern de la Generalitat de  
Catalunya

- **Francesc Planas**, conseller delegat de Prefabricats Planas
- **Francesc Simó**, gerent de la Unió Empresarial del Penedès
- **Francina Vila**, presidenta de la Federació Catalana del Voluntariat Social (FCVS)
- **Francisco Rueda**, vicepresident del Col·legi de Graduats Socials de Barcelona
- **Gal·la Cortadellas**, cap de gabinet de la regidoria de Dona i Drets Cívics de l'Ajuntament de Barcelona
- **Glòria Cabrera**, directora de comunicació de la Federació Catalana de Locals d'Oci Nocturn (FECALON)
- **Gonzalo Ros**, director general del Grupo Tragaluz
- **Hèctor Silveira**, president de la Federació de Mares i Pares d'Alumnes de Catalunya (FaPaC)
- **Ignasi Buqueras**, president d'ARHOE
- **Imma Moraleda**, regidora del PSC a l'Ajuntament de Barcelona
- **Inés Arrimadas**, diputada per Ciutadans al Parlament de Catalunya
- **Irene Balaguer**, presidenta de l'Associació de Mestres Rosa Sensat
- **Irene Rigau**, consellera del Departament d'Ensenyament del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Irma Rognoni**, regidora d'Infància, Família, Usos del temps i Discapacitats de l'Ajuntament de Barcelona
- **Isabel Pont**, membre del Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible del Govern de la

Generalitat de Catalunya

- **Isabel Vallet**, diputada del Grup Mixt al Parlament de Catalunya
- **Ismael Palacín**, director de la Fundació Jaume Bofill
- **Iu Forn**, periodista
- **Jana Callis**, directora de Relacions Laborals de PIMEC
- **Janet Sanz**, regidora d'ICV-EUiA a l'Ajuntament de Barcelona
- **Jaume Aguilar**, president de la Federació de Moviments de Renovació Pedagògica de Catalunya (FMRPC)
- **Jaume Guardiola**, conseller delegat del Banc de Sabadell
- **Javier Ibars**, director de Relacions Laborals de Foment del Treball Nacional
- **Jesús Marín**, director gerent de l'Associació Catalana de Direcció de Persones (AEDIPE-Catalunya)
- **Joan Aregio**, secretari general del Departament d'Ocupació i Empresa del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Joan Corona**, director de l'Institut de l'Empresa Familiar
- **Joan M. Parisi**, gerent del Secretariat d'Entitats de Sants Hostafrancs i la Bordeta
- **Joan Montesó**, coordinador territorial d'Unió de Pagesos
- **Joan Morell**, diputat per CiU al Parlament de Catalunya
- **Joan Rafel**, director de Persones d'Abertis
- **Joan Vallvé**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Joan Vidal**, director de l'Oficina

del President i Coordinació  
interdepartamental del Govern de la  
Generalitat de Catalunya

- **Joan-Francesc Pont**, vicepresident de la Cambra de Comerç de Barcelona
- **Joana Barbany**, regidora delegada de Comunicació, Atenció Ciutadana, Promoció de la Ciutat i Tecnologia de l'Ajuntament de Sant Cugat
- **Joana Ortega**, consellera de Governació i Relacions institucionals del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Jordi Casassas**, gerent de la Federació d'Ateneus de Catalunya (FAC)
- **Jordi Cerdà**, coordinador del Grup Municipal de CiU a l'Ajuntament de Barcelona
- **Jordi Cuminal**, director general de Comunicació del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Jordi Garcia Taberner**, director general de Comunicació de Gas Natural-Fenosa
- **Jordi Grané**, assessor de la Regidora de Família, Infància, Usos del Temps i Discapacitats de l'Ajuntament de Barcelona
- **Jordi Martí**, regidor de Presidència de l'Ajuntament de Barcelona
- **Jordi Miró**, director general de Relacions laborals del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Jordi Pujol**, expresident del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Jordi Serrano**, soci director de Future4work
- **Jordi Solé**, coordinador del Grup Municipal d'Unitat per Barcelona a l'Ajuntament de Barcelona
- **Jordi Turull**, diputat per CIU al Parlament de Catalunya



- **Jordi Vaquer**, director de l'Open Society Initiative for Europe (OSIFE)
- **Jos Collin**, empresari i expert en fus horari
- **José Ángel Carcelén**, primer tinent d'alcalde de l'Ajuntament de Sant Boi de Llobregat
- **José Antonio Coto**, diputat pel PP al Parlament de Catalunya
- **Jose Cachinero**, secretari d'Acció Sindical i Política Sectorial de CCOO de Catalunya
- **Joseba Polanco**, director de la Confederació de Cooperatives de Catalunya – COOPCAT
- **Josefina Altés**, coordinadora del Programa de Bancs del Temps de l'Associació Salut i Família
- **Josefina Castellví**, vicepresidenta del Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Josep Alías**, consultor
- **Josep M. Serena**, membre del Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Josep Maria Canyelles**, coordinador de la Iniciativa empresarial per al desenvolupament de la responsabilitat social a Catalunya (Respon.cat)
- **Josep Maria Domingo**, president del Centre Social de Sants
- **Josep Maria Rañé**, president del Consell de Treball, Econòmic i Social de Catalunya (CTESC)
- **Josep Maria Recasens**, director general de Comerç del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Josep Maria Sabaté**, director de Serveis de Suport a la Coordinació General de la Diputació de Barcelona
- **Josep Oliver**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Josep Ramoneda**, director de La Maleta de Portbou
- **Josep Sanz**, coordinador de Responsabilitat Social Corporativa de la Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals (CCMA)
- **Juan Manuel Tapia**, secretari de Negociació Col·lectiva de CCOO de Catalunya
- **Judit Carrera**, cap del Centre de Documentació i Debat del Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB)
- **Laia Herrera**, assessora del Grup Municipal d'ERC de l'Ajuntament de Barcelona
- **Laura Colls**, membre de la Junta Directiva de la FAPAC
- **Laura Massana**, diputat per ICV-EUiA al Parlament de Catalunya
- **Laura Pelay**, secretària nacional de la UGT de Catalunya
- **Lluís Franco**, president del Consell de Treball, Econòmic i Social de Catalunya (CTESC)
- **Lluís Jiménez**, secretari general de la Federació de Serveis de CCOO de Catalunya
- **Lluís M. Corominas**, membre de la Mesa del Parlament de Catalunya
- **Lluïsa Erill**, presidenta del Secretariat d'Entitats de Sants Hostafrancs i la Bordeta
- **Lourdes Ciuró**, diputada per CiU al Congreso de los Diputados
- **Luigi Bugalla**, vocal de la Junta directiva de TAC (Associació de Consumidors de mitjans audiovisuals)
- **Luis Boza**, director general de TAC
- **M. del Carme Llasat**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Manel Bardàvio**, soci cooperativa OpsNeo
- **Marc Marsal**, secretari tècnic de l'Associació Catalana de Supermercats i Distribuïdors (CAT-DIS)
- **Marc Noëlle**, director general d'International SoftMachine Systems
- **Marc Pifarré**, secretari general de l'Associació Catalana de Municipis (ACM)
- **Marc Viñas**, subdirector general de Cooperació Social i Voluntariat del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Marçal Sintès**, director del Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB)
- **Marcel·lí Martorell**, alcalde de Capellades
- **Maria Àngels Pujols**, secretària general del Consell de Relacions Laborals de Catalunya
- **Maria Elena Alfaro**, directora de la Fundació ARED
- **Maria Rosa Agustí**, presidenta de l'Associació Gironina d'Empresàries (AGE)
- **Maria Teresa Rodríguez**, presidenta de la Fundació ARED
- **Mariano Marzo**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Mariona Anglès**, directora d'Espais

Telemàtics

- **Marta Ribas**, diputada per ICV-EUiA al Parlament de Catalunya
- **Marta Subirà**, directora general de Polítiques Ambientals del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Mercè Conesa**, vicepresidenta de la Diputació de Barcelona
- **Merche Garcia**, directora de l'Esplai La Florida
- **Meritxell Masó**, secretària d'Administració i Funció pública del Govern de Generalitat de Catalunya
- **Meritxell Ruiz**, directora general d'Atenció a la Família i Comunitat Educativa del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Miquel Àngel Fraile**, secretari general de la Confederació de Comerç de Catalunya (CCC)
- **Miquel Calçada**, comissari del Tricentenari 1714-2014 del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Miquel Guiot**, gerent adjunt de Coordinació territorial de l'Ajuntament de Barcelona
- **Miquel Puig**, director general de Relacions Institucionals i amb el Parlament de la Generalitat de Catalunya
- **Miquel Riera**, director de Presència i director adjunt d'ELPUNTAVUI
- **Miquel Sàmper**, president del Consell de l'Advocacia Catalana (CICAC)
- **Mireia Solsona**, diputada adjunta d'Igualtat i Ciutadania de la Diputació de Barcelona
- **Mireia Tomàs**, directora de l'Oficina de Família d'Agrolimen
- **Mònica Badia**, coordinadora de l'Àrea d'Atenció a les Persones de la

Diputació de Barcelona

- **Mònica Sabata**, presidenta de la FOCIR
- **Montse Capdevila**, diputada pel PSC al Parlament de Catalunya
- **Montse Gatell**, presidenta de l'Institut Català de les Dones (ICD) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Montserrat Arboix**, coordinadora d'Educació, Igualtat i Ciutadania de la Diputació de Barcelona
- **Montserrat Capdevila**, diputada pel PSC al Parlament de Catalunya
- **Montserrat Viladric**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Neus Munté**, consellera de Benestar social i Família
- **Neus Olea**, responsable del Departament Tècnic i Relacions Externes d'AEBALL/UMPBALL
- **Núria Balada**, directora executiva de l'Institut Català de les Dones (ICD) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Núria Llorach**, conseller de la Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals (CCMA)
- **Núria Ramon**, presidenta Consell Nacional de la Joventut de Catalunya (CNJC)
- **Núria Ribó**, periodista
- **Oriol Amorós**, diputat per ERC al Parlament de Catalunya
- **Òscar Bermejo**, director de projectes d'International SoftMachine Systems
- **Patricia Gabancho**, periodista
- **Pau Villòria**, secretari general del Departament de Territori i Sostenibilitat del Govern de la

Generalitat de Catalunya

- **Pep Vilar**, conseller de la Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals (CCMA)
- **Pere Bosch**, diputat per ERC al Parlament de Catalunya
- **Pere Sol**, lletrat del Parlament de Catalunya
- **Pere Torres**, secretari d'Empresa i Competitivitat del Departament d'Ocupació i Empresa del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Rafael Mujeriego**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Raimond Blasi**, regidor de Comerç, Consum i Mercats de l'Ajuntament de Barcelona
- **Ramon Muntaner**, director de la Societat General d'Autors Espanyola (SGAE)
- **Ramon Terrassa**, director general d'Acció Cívica del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Raquel Saco**, responsable de l'Àrea de Qualitat de Treball de la Direcció General de Relacions Laborals del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Raul Sánchez**, director de l'Associació de Famílies Nombroses de Catalunya (FANOC)
- **Rita Marzooa**, realitzadora del Programa Solidaris de Catalunya Ràdio
- **Roberto Guirado**, delegat de Catalunya de l'Associació Nacional de Grans Empreses de Distribució (ANGED)
- **Roger Loppacher**, president del

- Consell de l'Àudiovisual de Catalunya (CAC)
- **Roger Pallarols**, director general del Gremi Restauració de Barcelona
  - **Roger Sagristà**, coordinador d'ARHOE-Catalunya
  - **Rosa Amorós**, diputada per ERC al Parlament de Catalunya
  - **Rosa Fiol**, secretària general d'AEBALL/UMPBALL
  - **Rosa Sans**, directora de la Fundació Cipriano Garcia
  - **Salvador Guillerno**, secretari general de Federació d'Empresaris de la Petita i Mitjana Empresa de Catalunya (FEPIME)
  - **Santi Castellà**, director de projectes de la Fundació Tarragona Smart Mediterranean City
  - **Santi Lapeira**, president del Col·legi de Directors i Directores de Cinema de Catalunya
  - **Santi Vila**, conseller de Territori i Sostenibilitat del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Sergi Ferrer-Salat**, membre del Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Teresa Crespo**, presidenta d'ECAS
  - **Teresa Navarro**, secretària tècnica de la Fundació FemCAT
  - **Teresa Prohias**, directora de Serveis del Departament de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Teresa Tornés**, professora del Departament de Sociologia de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB)
  - **Tona Calvo**, directora del Programa de Temps i Qualitat de Vida de l'Ajuntament de Barcelona
  - **Toni Reig**, director general de Joventut del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Toni Soler**, periodista i director de la productora Minoria Absoluta
  - **Vicenç Bosch**, director de l'Associació Catalana de l'Empresa Familiar
  - **Víctor Cullell**, director general d'Anàlisi i Prospectiva del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Virginia Ferrer**, comissionada per a Participació, Ocupabilitat i Emprenedoria Social a la Universitat de Barcelona (UB)
  - **Xavier Amor**, president de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
  - **Xavier Bellés**, membre del Consell Assessor del Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
  - **Xavier Boltaina**, gerent de la Diputació de Barcelona
  - **Xavier Cambra**, secretari general de la Fundació FemCAT
  - **Xavier Marcé**, president de l'Associació de Sales de Teatre de Catalunya (ADETCA)
  - **Xavier Riudor**, director del Gabinet Tècnic del Consell de Treball, Econòmic i Social de Catalunya (CTESC)
  - **Xavier Trias**, alcalde de Barcelona
  - **Xevi Montoya**, director de Playbrand
  - **Yésika Aguilar**, tècnica del Departament de Relacions Laborals de Foment del Treball Nacional

**C** **ARPE DIEM QUAM**

# MINIMUM CREDULA POSTERO

*Horaci*

Aprofita el dia,  
no confiis en el demà

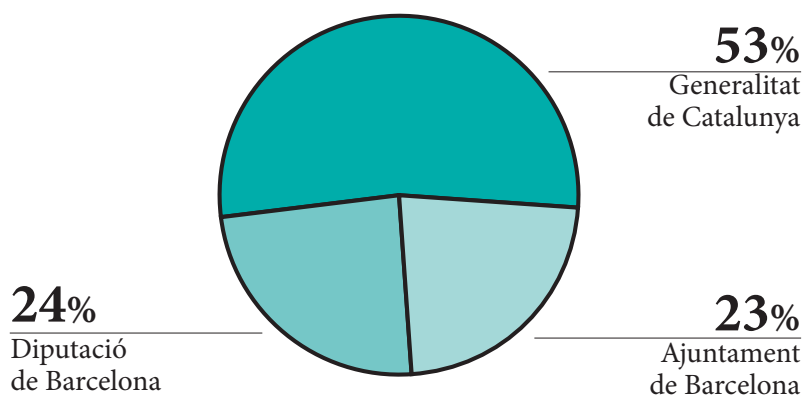
---

# ECONOMIA

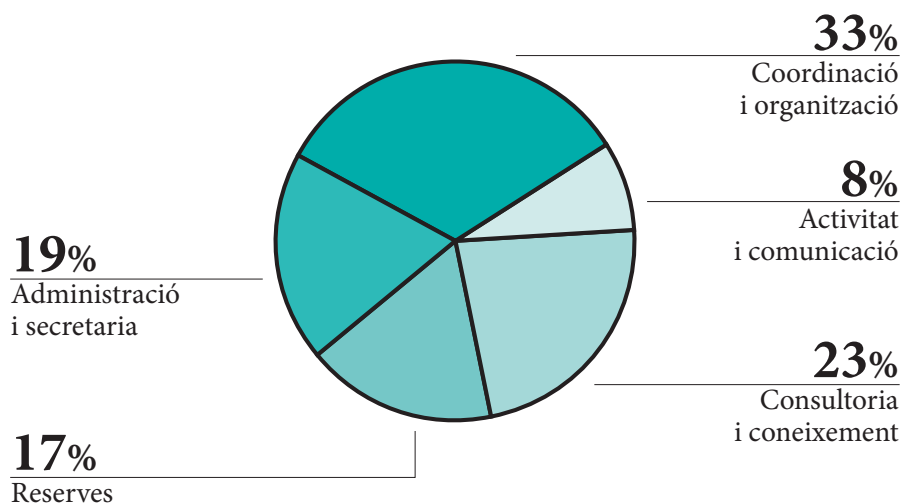
---

Un cop pres l'acord d'impuls, la iniciativa pren forma d'Associació catalana (Llei 4/2008 del Llibre Tercer del Codi Civil) i es dota d'una estructura organitzativa democràtica i d'un pressupost que faci possible la seva viabilitat. Es preveu la combinació de finançament públic i privat. Inicialment finançament públic amb l'objectiu de trobar en una segona fase empreses i persones donants que s'impliquin en algunes de les activitats de la iniciativa. El 2014 es planteja un pressupost de 130.000 euros i se n'ha aconseguit el 60%.

## FONTS DE FINANÇAMENT PÚBLIQUES:



## DISTRIBUCIÓ DE LA DESPESA:



---

# LA INICIATIVA EN XIFRES

---



|                  |   |
|------------------|---|
| <b>1</b>         | presentació pública                         |
| <b>3</b>         | trobades del grup motor                     |
| <b>9</b>         | ajuntaments adherits                        |
| <b>12</b>        | butlletins mensuals                         |
| <b>35</b>        | conferències i xerrades                     |
| <b>190</b>       | impactes en premsa, televisió i ràdio       |
| <b>142</b>       | actors públics, privats i del tercer sector |
| <b>236</b>       | reunions de contacte, diàleg i interlocució |
| <b>217</b>       | reflexions i propostes ciutadanes           |
| <b>1.654</b>     | nombre de subscriptors                      |
| <b>2.426</b>     | seguidors a Facebook                        |
| <b>2.749</b>     | seguidors a Twitter                         |
| <b>11.669</b>    | usuaris a la web                            |
| <b>47.809</b>    | pàgines vistes al web                       |
| <b>78.256,84</b> | euros de pressupost                         |

---

# **EVOLUCIÓ DE LA IDENTITAT CORPORATIVA**

---

2014



**ARA ÉS L'HORA**  
INICIATIVA PER A LA REFORMA HORÀRIA

2015



**INICIATIVA PER A  
LA REFORMA  
HORÀRIA**

