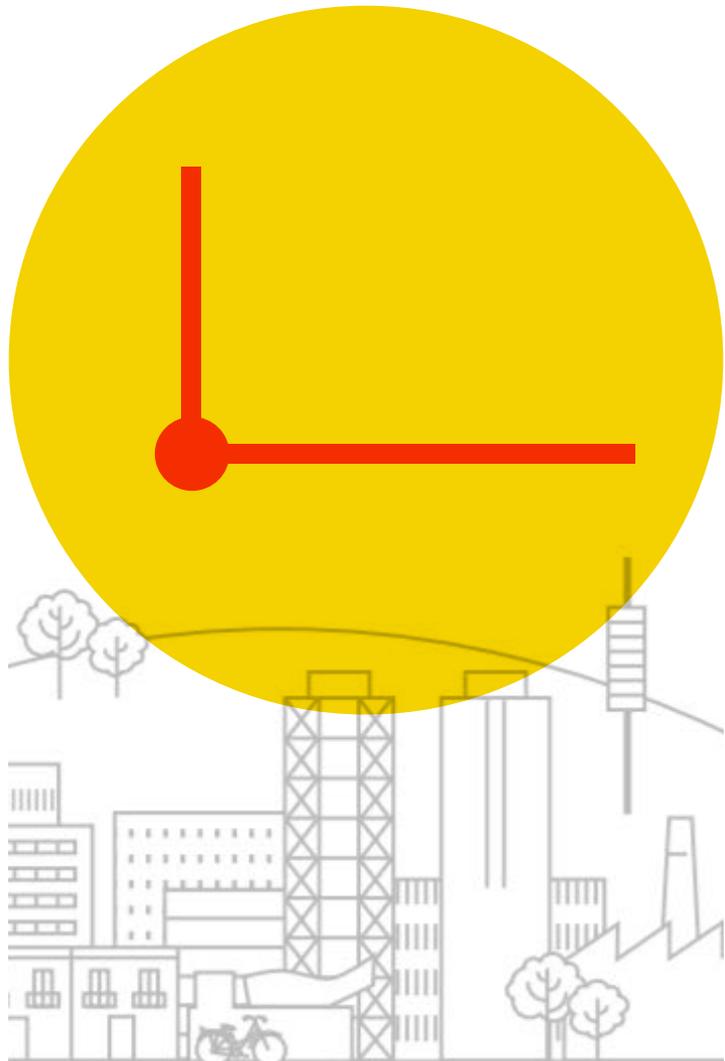


Pacte del Temps de Barcelona

Anuari 2022



Memòria
Març 2023

**Direcció de Serveis de
Gènere i Polítiques del
Temps**



**Ajuntament
de Barcelona**

Aquesta és la primera edició de l'Anuari del Pacte del Temps, un document que recull les activitats dutes a terme al llarg del 2022 a l'empara d'aquest acord de ciutat impulsat per l'Ajuntament de Barcelona. El Pacte del Temps, del qual actualment formen part més de 300 organitzacions barcelonines, té la finalitat d'avançar cap a uns usos del temps més saludables, igualitaris, eficients i sostenibles.

**Direcció de Serveis de Gènere
i Polítiques del Temps**
Gerència Municipal
Ajuntament de Barcelona

L'Anuari 2022 del Pacte del Temps de Barcelona es divideix en tres parts. A la introducció coneixerem quines han estat les actuacions i novetats principals de l'any a través d'una entrevista a la regidora de Salut, Envel·liment i Cures, i a la gerent de l'Ajuntament de Barcelona. La segona part està dedicada a la Capitalitat Mundial de les Polítiques del Temps, un reconeixement que aquest any ha recaigut en la ciutat de Barcelona, i reflexionarem sobre les temàtiques tractades en les diferents activitats organitzades en aquest marc. Finalment, la tercera part analitza les polítiques del temps en clau municipal, destacant les actuacions desenvolupades tant per part del consistori com de les entitats membres del Pacte.

 **Podeu navegar pel document de manera dinàmica clicant [aquí](#).**

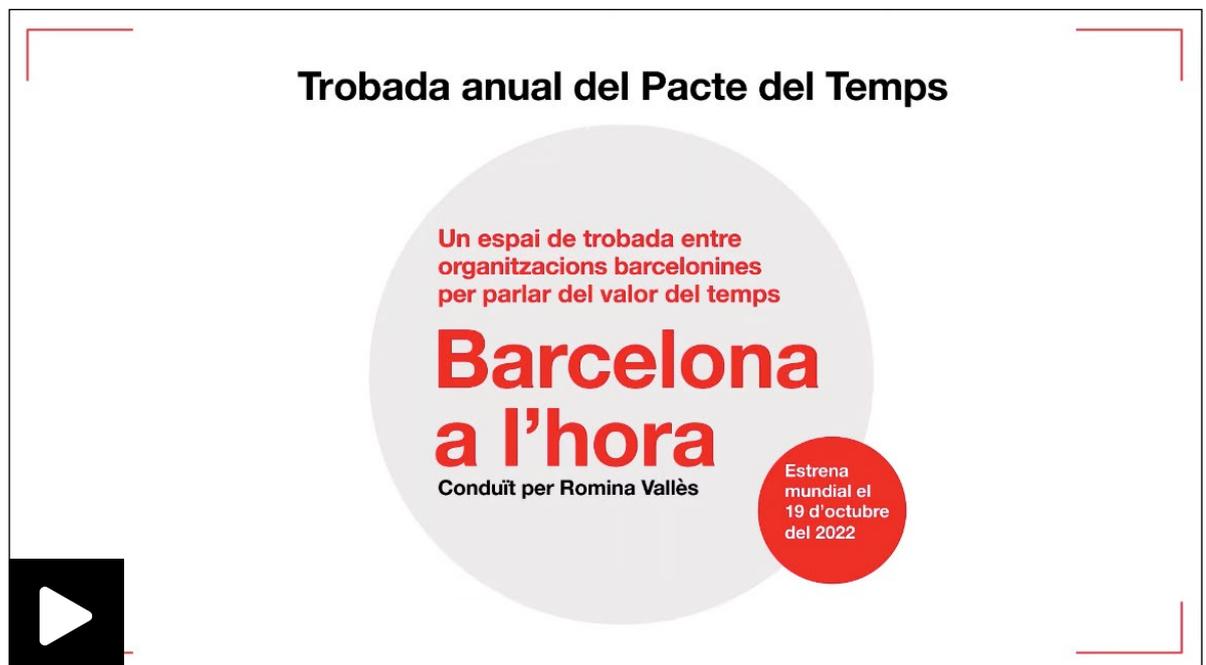
 **Es pot consultar totes les novetats del Pacte del Temps i les polítiques impulsades al web de l'Ajuntament: barcelona.cat/usosdeltemps**

Índex de continguts

1	Introducció	4
2	Barcelona, Capital Mundial de les Polítiques del Temps	8
	Usos del temps i infància: per una conciliació del temps amb més qualitat	11
	La relació entre pobresa de temps i salut pública	14
	Imaginant un món sostenible a través de la revolució del temps	17
	L'Assemblea General de la Xarxa Mundial per les Polítiques del Temps	19
	Construir juntes, la palanca per canviar els usos del temps actuals	21
3	El 2022 posem Barcelona a l'hora	
	Les polítiques municipals del temps com a impulsores del canvi	23
	La importància del pacte ciutadà per una transformació de la cultura de temps	27
	El canvi comença a dins: Servei d'Assessorament per la Igualtat i l'Organització del Temps	31

1 Introducció

El 2022 ha estat un any de canvis importants, marcat per l'expansió del Pacte del Temps i pel nomenament de Barcelona com a Capital Mundial de les Polítiques del Temps. A l'octubre, en el context de la trobada anual de les entitats que formen el Pacte del Temps, la regidora de Salut, Envel·liment i Cures de l'Ajuntament de Barcelona, Gemma Tarafa, i la gerent municipal, Sara Berbel, reflexionaven sobre els aspectes clau i les novetats d'aquest any en una entrevista que us resumim a continuació, i de la qual us convidem a escoltar la versió completa en el [vídeo adjunt](#).



- **Pregunta (P.)**

En quin moment l'Ajuntament de Barcelona decideix fer i promoure polítiques del temps?

- **Gemma Tarafa (GT.)**

Un bon ús del temps impacta directament en la salut, la igualtat, l'eficiència en les organitzacions i la sostenibilitat. S'ha fet evident que una mala distribució i organització del temps afecta les hores de son de la ciutadania, cosa que, d'acord amb diversos estudis, incrementa les taxes de mortalitat, obesitat i diabetis i origina problemes de salut mental, cognitiu i cardiovasculars en la ciutadania.

Pel que fa a l'àmbit local, les dades assenyalen que un 34% de les dones i un 31% dels homes de la ciutat de Barcelona no dormen les hores que haurien de dormir fruit d'una mala organització i distribució del temps, associada, en la majoria de casos, a la incapacitat de conciliar la vida familiar, personal i laboral. Així que, tenint en compte aquestes xifres, l'Ajuntament de Barcelona no es podia quedar sense actuar. El nostre objectiu és impulsar polítiques de temps que reconeguin el temps com un dret de ciutadania.

- **P. Podeu posar-me alguns exemples concrets de les polítiques que fa l'Ajuntament? Exemples que puguem trobar al nostre dia a dia.**

- **GT.**

Si bé l'Ajuntament de Barcelona a través del Pacte del Temps està treballant en una gran varietat de polítiques que entronquen amb diferents eixos estratègics i dels quals ja parlarà Sara Berbel, algunes de les polítiques de temps que m'agradaria destacar van dirigides a les cures, i en concret, a les persones cuidadores. D'una banda, tenim el projecte **Concilia**, un servei de cangur municipal professionalitzat que s'ha posat en funcionament en diversos districtes de la ciutat, i, de l'altra, la **Targeta Cuidadora**, un servei del qual ja s'estan beneficiant 2.000 persones i que ofereix un total de catorze serveis o prestacions dirigides a les persones cuidadores. Tots dos serveis, que ofereixen un temps de respir a les persones cuidadores, són complementaris a altres polítiques com les **Superilles** o **Patis Oberts**, i recuperen una **dimensió més humana de la ciutat**, afavorint la proximitat i ajudant a descongestionar la ciutat, repensant l'urbanisme.

- **P. Però per canviar realment com utilitzem el nostre temps, no només necessitem de política pública, hi ha alguna cosa més, oi?**

- **GT.**

Com tu dius, és important destacar que les polítiques públiques només esdevenen una part més de l'engrenatge per promoure una nova cultura del temps més saludable, igualitària, eficient i sostenible, **en què és tant o més important la iniciativa privada i comunitària** per impulsar aquest canvi cultural. És precisament en aquest marc de col·laboració i treball conjunt que sorgeix el **Pacte del Temps**, un compromís de ciutat que, entre molts altres agents de la ciutat, agrupa totes les entitats que estaven presents en la trobada i del qual ara us farà cinc cèntims Sara Berbel.

- **P. Aquest Pacte del Temps ha anat evolucionant des de la seva creació. Quines novetats ens podeu explicar?**

- **Sara Berbel (SB.)**

Abans que res hem de pensar que el Pacte del Temps és un projecte viu i canviant que ha incorporat algunes novetats com el concepte de dret al temps o l'eix de Ciutat Sostenible.

El dret al temps és la idea que totes les persones com a ciutadanes tenen dret a un mínim de temps propi i a un grau d'autonomia per decidir sobre aquest. Les persones que no gaudeixen d'aquesta autonomia ni temps propi moltes vegades es troben en una situació de pobresa de temps, que és present especialment en persones amb un baix nivell socioeconòmic.

Amb la creació del nou eix de treball Temps i Ciutat Sostenible, volem seguir repensant el model de ciutat que volem que sigui Barcelona per tal que aquesta pugui respondre a un model de ciutat amb una infraestructura urbana inclusiva, sostenible, accessible i segura. En aquesta línia, a través del projecte Vila Veïna estem treballant en la implementació de la Ciutat dels 15 minuts, que acosta els serveis a la ciutadania.

També volem mantenir viu el cor del Pacte del Temps, que és el grup motor, un conjunt d'organitzacions i entitats clau que ens donen suport a l'hora de definir l'estratègia que cal seguir i ens aporten constantment noves idees i reptes. Aquest any donarem la benvinguda al grup motor a les entitats següents: Espai Mediambiental Cooperativa, Consorci de Salut i Social de Catalunya, Associació de Professionals de la Gestió Cultural de Catalunya, CrearSA, AFFAC - (associacions federades de famílies d'alumnes de Catalunya), ACRA (associació catalana de recursos assistencials), Viu el teatre i l'Associació Catalana de Professionals de Joventut (ACPJ).



- **P. Què vol dir que Barcelona és la Capital Mundial de les Polítiques del temps, què implica?**

- **SB.**

Pensant en idees que ajudessin a promoure les polítiques del temps en municipis i regions, i que visibilitzessin tota la feina que ja es fa, la Xarxa de Governos Locals i Regionals per les Polítiques del Temps va decidir crear la **Capital Mundial de les Polítiques del Temps**, que persegueix desvetllar una consciència ciutadana, promoure la visibilitat i la sostenibilitat de la Xarxa de Governos Locals i Regionals per les Polítiques del Temps, i impulsar i consolidar polítiques de temps innovadores dintre de les institucions d'acollida.

Donada la llarga trajectòria de l'Ajuntament de Barcelona en aquest àmbit, i d'acord amb l'estratègia de promoció de Barcelona i Catalunya com a referents en polítiques de temps al món, **Barcelona es va presentar com a candidata a ser la primera Capital Mundial del Temps** i la seva candidatura va ser aprovada per l'Assemblea de la Xarxa l'any passat.

La capitalitat de Barcelona està lligada a una pluralitat d'activitats, que inclouen xerrades tancades i d'altres d'adreçades a tota la ciutadania. Algunes d'aquestes activitats són uns tallers que hem preparat per a les més petites i els més petits, trobades amb altres municipis o el treball amb altres institucions regionals.

Síntesi de l'entrevista mantinguda amb Gemma Tarafa, Regidora de Salut, Envel·liment, i Cures i Sara Berbel, gerenta de l'Ajuntament de Barcelona, entrevistades per Romina Vallès, en el marc de la Trobada Anual del Pacte del Temps feta el 19 d'octubre de 2022.



2 Barcelona, Capital Mundial de les Polítiques del Temps

La **Xarxa de Governos Locals i Regionals per les Polítiques del Temps** va néixer a Barcelona l'any 2008, inicialment com a Xarxa de Ciutats Europees per les Polítiques del Temps. Actualment, a més de ciutats com **Barcelona, Bogotà, Bolzano, Milà o Estrasburg, en formen part governs locals i regionals i compta amb la col·laboració de diverses organitzacions.**

L'objectiu principal de la Xarxa és **compartir coneixements entre els membres, mitjançant l'intercanvi d'experiències, aprenentatges i bones pràctiques** en polítiques del temps amb l'objectiu de promoure-les internacionalment. És per aquesta vocació internacional que la Xarxa està oberta a les ciutats, metròpolis i regions de tot el món.

El concepte de "Capital Mundial de les Polítiques del Temps" va ser creat per la Xarxa amb la intenció de despertar una **major consciència i augmentar la visibilitat d'aquestes polítiques**, així com de fer-les arribar a la ciutadania. Seguint aquests criteris, el febrer del 2022 la Xarxa va escollir **Barcelona com a primera Capital Mundial de les Polítiques del Temps durant el període 2022-2023**, i així reconeixia la llarga trajectòria de la ciutat en el desenvolupament de polítiques del temps, inclosos assoliments històrics i actuacions destacades.

Aquesta és una fita important per a la ciutat que ha servit per reforçar i impulsar encara més el compromís històric del seu consistori i de tota la ciutat amb una organització dels temps més saludable, igualitària, eficient i sostenible.



**World Capital of
Time Policies**

BARCELONA 2022 2023

La Capitalitat Mundial pretén:

- Desvetllar una consciència ciutadana a través de campanyes de sensibilització i comunicació.
- Promoure la visibilitat i la sostenibilitat de la Xarxa de Governos Locals i Regionals per les Polítiques del Temps, de manera que n'esdevingui l'ambaixadora en diferents fòrums d'arreu del món.
- Organitzar esdeveniments internacionals i participar-hi activament.
- Promoure i consolidar polítiques del temps innovadores, en el cas de l'Ajuntament de Barcelona impulsant el Pla d'acció de la Declaració de Barcelona sobre Polítiques del Temps (2022-2023)¹.

1. La Declaració de Barcelona sobre Polítiques del Temps és un compromís polític de més de 100 organitzacions de tot el món que es comprometen a avançar cap al dret al temps, i del que l'Ajuntament de Barcelona és signatari. Es pot consultar el text i el Pla d'Acció [aquí](#).



Per aconseguir-ho, des de l'Ajuntament s'han impulsat tres tipus d'activitats. Un primer bloc s'ha centrat a **potenciar la ciutat de Barcelona com a referent internacional en polítiques del temps**, sobretot a través de la coorganització i participació activa en la **Time Use Week (TUW)**, el principal esdeveniment internacional sobre polítiques del temps que se celebra cada any a Barcelona i que enguany com a capital, és l'escenari de l'assemblea de la Xarxa de Governos Locals i Regionals per les Polítiques del Temps. A més, s'ha participat en diferents fòrums internacionals, com la **Semana Iberoamericana de los Horarios y el Tiempo**, celebrada al setembre, i s'han organitzat trobades destinades a l'intercanvi d'experiències i coneixements, com la jornada "Polítiques del temps en el món local: experiències, reptes i oportunitats", que al juny va aplegar diferents municipis de l'Estat espanyol, coorganitzada amb la Federació Espanyola de Municipis, l'Associació Catalana de Municipis i la Federació Catalana de Municipis.

El segon tipus d'activitats s'ha orientat a **augmentar la consciència ciutadana sobre el dret al temps com a aspecte clau per millorar la qualitat de la vida quotidiana**. En aquest sentit, s'ha desplegat una campanya de comunicació ciutadana amb l'eslògan "El valor del teu temps". La campanya ha inclòs bosses de roba, llibretes i un conjunt de postals amb recomanacions per millorar els usos del temps, que han arribat a 304 equipaments de tota la ciutat. També s'han organitzat **actes en diferents punts de la ciutat sobre temàtiques diverses i en formats adaptats a tota mena de públics**. Alguns exemples són els tallers per a infants titulats "Barcelona, el temple del temps", que s'han organitzat en vint equipaments de la ciutat; la xerrada "Temps, descans i son", orientada a millorar els hàbits de son i descans de la ciutadania i que s'ha impartit als deu districtes de Barcelona, i una acció dirigida al professorat d'educació física de la ciutat en què es reflexiona sobre la relació entre temps, esport i salut. Aquesta darrera s'ha impartit en el marc de les jornades organitzades per l'Institut Barcelona Esport, amb l'objectiu de sensibilitzar el professorat sobre la importància de l'hora quan es planifica activitat física.

Finalment, el darrer bloc d'activitats ha consistit en **l'impuls de polítiques públiques que contribueixin a avançar cap al dret al temps**. Per reforçar i donar visibilitat a aquestes polítiques, **s'ha fet una tasca d'identificació de les actuacions que està desenvolupant actualment l'Ajuntament de Barcelona**, amb l'objectiu de facilitar-ne el seguiment i promoure una acció coordinada. Les actuacions, 71 en total, han estat recollides en un informe del qual, entre d'altres, es desprèn que la major part estan vinculades a l'àmbit social.

Des de l'Ajuntament de Barcelona esperem que aquest any com a Capital Mundial de les Polítiques del Temps hagi contribuït a reforçar la consciència ciutadana sobre la importància del dret al temps, així com animat altres institucions públiques i organitzacions privades a sumar esforços per millorar l'organització temporal actual de la nostra societat.

Laura Pérez Castaño

*Quarta Tinenta d'Alcaldia i Regidora de Drets Socials,
Justícia Global, Feminismes i LGTBI de l'Ajuntament de Barcelona*

Presentació de
la Capital Mundial
de les Polítiques
del Temps de
Barcelona al
Saló de Cent.

[\(Vídeo de
Betevé\)](#)



Usos del temps i infància: per una conciliació del temps amb més qualitat.

Quan parlem dels usos del temps i la infància ens trobem davant d'un dilema de conciliació del temps: d'una banda, tant els infants (com ens diuen a través del **Parlen els nens i nenes**) com les mares i els pares volen passar més temps en família i, de l'altra, la centralitat que ocupa el temps de treball (tant productiu com domèstic i de cures) fa que el temps de gaudi en família sigui més reduït o de menys qualitat. Perquè de la qualitat també n'hem de parlar.

Si les escoles fessin jornades intensives com en altres indrets, gaudiríem de més temps de qualitat en família? O s'incrementarien les desigualtats de gènere i les dones disminuirien la seva faceta laboral, amb la consegüent reducció d'ingressos, progrés professional i pensió futura? Tenir un infant a casa connectat a una pantalla durant moltes hores (sigui televisió, videojocs o tauleta) és el que ens imaginem quan pensem a "passar més temps en família" o és el que acaba passant en moltes famílies que no tenen altres opcions? Si trenquem amb la divisió sexual del treball, però no avancem cap a nous paradigmes i ho volem fer tot amb el mateix temps disponible, tindrem persones adultes estressades com a models per als nostres infants? Volem mares que renunciïn a les seves vides professionals i que arrosseguen les seves frustracions davant dels infants? Volem pares absents en l'educació dels nostres infants o potser també cal trencar aquest sostre de vidre masculí? Volem avis i àvies fent una feina a temps complet en l'educació i la cura dels infants, o els seus progenitors n'haurien de ser els principals referents? Davant d'aquests dilemes de temps, quines vies de solució trobem?

En primer lloc, necessitem que l'àmbit del treball productiu i de cures estigui més equilibrat (de fet, en l'equació també caldria introduir-hi el temps personal i d'oci si volem tenir una vida saludable). Centrant-nos en el temps laboral, seria necessari avançar cap a jornades de 30 o 35 hores, amb flexibilitat horària, possibilitat de treball a distància, dret real a la desconexió digital i pauses curtes i saludables (la **Xarxa d'empreses NUST a Barcelona** n'és una bona pràctica). També cal avançar cap a la corresponsabilitat de parella en el temps dedicat a les tasques domèstiques i de cura, que seria possible si alliberéssim temps dels nostres àmbits professionals, però també d'altres aspectes de la nostra vida. Les baixes parentals iguals i intransferibles són, en aquest sentit, imprescindibles, ja que la implicació dels homes en les etapes primerenques de la cura canvia el seu patró laboral i de cures al llarg de la vida.

En segon lloc, necessitem governs i ciutats que vetllin des del vessant públic per la tasca de cures i educativa dels nostres infants (al mateix temps que les mateixes famílies). La franja dels 0 als 3 anys ha estat la menys dotada, i encara estem lluny d'assemblar-nos als

països nòrdics que tenen escoles bressol públiques, universals, de qualitat i assequibles. Tot i que Barcelona té una de les **xarxes d'escoles bressol** més potents de tot l'Estat, i en creixement. A més, necessitem acompanyament en les habilitats parentals (com en els **espais familiars**), poder atendre situacions d'urgència (com el servei de cangur **Concilia**) i que des de l'esfera pública s'incentivi el vessant comunitari perquè les famílies puguem fer xarxa i intercanvi entre nosaltres (com promou **Vila Veïna**) i no depenguem del suport de les persones grans. La inversió en els primers 1.000 dies de vida és la que aporta més beneficis futurs i ajuda a vèncer, especialment, les desigualtats de classe presents en la societat.

En tercer lloc, és necessari avançar cap a **l'escola a temps complet** en línia amb experiències com la de Portugal, contribuint a reforçar la base d'aprenentatges, l'equitat en l'accés a activitats d'educació no formal i l'ajust entre els temps escolars i laborals de les famílies. Es tracta d'aprofitar l'escola, aquesta gran xarxa d'equipaments que tenim a tots els barris de la ciutat, preparada i pensada per a la infància. Cal combinar l'educació formal amb l'educació no formal: no parlem d'aparcar els nostres infants, sinó de tenir opcions de qualitat tant per als infants com per a les persones adultes que en tenen cura. Avançar cap a **Tardes educatives** o poder fer activitats en el marc de la **campanya de vacances d'estiu** són projectes que ens indiquen que Barcelona va en la bona línia per fer accessible aquest temps d'activitats enriquides fora de l'horari lectiu a famílies que no tenen la capacitat econòmica per fer-ho.

Però què fem amb els dies escolars festius, els llargs períodes de vacances que són laborals per a molts pares i mares, i determinats moments del cap de setmana? Necessitem una xarxa pública veritable que inclogui les escoles i totes les entitats del territori (associacions, casals, caus, esplais, etc.) i que faciliti el temps de qualitat dels infants. Que faci que si "jo no me'n puc ocupar", sàpiga que l'infant està en molt bones mans. Són nombrosos els beneficis que aporten les activitats de lleure en el procés



educatiu i de creixement dels infants, com per exemple: aprendre jugant des de l'educació en valors, viure una experiència grupal en la qual es promouen vincles afectius amb altres infants (recordem que els infants demanen "**més temps lliure per jugar i estar amb els amics i amigues**") o experimentar l'autonomia en un entorn d'iguals amb persones adultes de referència que els acullen i acompanyen. L'àmbit públic ens ha d'ajudar a socialitzar aquesta tasca, ja que és l'únic que pot igualar oportunitats.

En quart lloc, una **Ciutat Jugable**, amb espais per jugar i gaudir a l'aire lliure i un compromís clar per les activitats culturals i de lleure en família (en museus, cinemes, teatres, centres cívics, centres esportius, etc.), és imprescindible per tenir una ciutat amigable per als infants i les seves famílies. On sigui possible trobar espais i propostes a la mateixa ciutat per invertir aquest temps de qualitat. Una ciutat també pensada per als infants, tant en l'aspecte urbanístic com de mobilitat, on els cotxes perdin protagonisme i hi hagi més espai per a la vida quotidiana.

En definitiva, davant del dilema simplificat de passar més temps en família o seguir en el paradigma de la centralitat del temps de treball, potser no es tracta de situar-se en cap dels extrems i, en canvi, el paradigma desitjable de conciliació és aquell en el qual podem donar cabuda a les diferents facetes de les nostres vides amb més temps de qualitat. El treball remunerat ha de tenir un lloc (però cal reduir-lo), així com el treball domèstic i de cures (cal repartir-lo), el temps personal i d'oci (cal trobar-li un lloc) i, evidentment, el temps dels infants. Aquest temps ha de ser de màxima prioritats, ja sigui potenciant el temps dels infants entre iguals (cal socialitzar-lo en l'àmbit públic i comunitari) o en família (cal que sigui de qualitat). Tot és necessari, sense caure en l'estrès ni en les renúncies perquè això ho pagaran els infants, que són el nostre bé més preuat. Cal tenir cura dels infants i, al mateix temps, de les famílies que en tenen cura. Barcelona com a ciutat està avançant en aquesta línia (la majoria d'exemples esmentats els recull el **Pla d'infància 2030**), però encara queda molt recorregut per fer, ja que arrosseguem patrons culturals obsolets, per elevar en l'agenda pública (en prioritats i recursos) el temps de qualitat dels infants i les seves famílies.

Elisa Stinus Bru de Sala

*investigadora de l'Institut Infància i
Adolescència de Barcelona (IIAB-IERMB)*

Durant el 2022, els infants de Barcelona han reflexionat sobre el temps, i com seria la seva ciutat ideal des d'aquesta òptica.

En el vídeo
podeu veure
les conclusions
clau de la
reflexió feta.



Durant l'última dècada, l'ús del temps i la pobresa de temps han captat l'atenció de la recerca, la política i la població general perquè, com els ingressos, el temps és un recurs bàsic per evitar la pobresa i crear benestar. La pobresa de temps és la sensació crònica de tenir massa coses per fer i no tenir prou temps per fer-les (Giurge et al., 2020). Independentment del terme (estrès de temps, escassetat de temps, pressió de temps, limitacions de temps o desigualtats en el temps de lleure), diversos estudis han mostrat la relació entre la pobresa de temps subjectiva o objectiva i el benestar econòmic, físic, psicològic i social (Williams et al., 2016).

Tot i el caràcter intuïtiu del concepte, la pobresa de temps és difícil de mesurar, entre altres raons, perquè, a més de la quantitat, s'ha de considerar la qualitat del temps, particularment la diferència entre el temps obligat i el discrecional. Les persones poden experimentar diferents nivells de discrecionalitat en la manera com destinen el seu temps obligat i, així mateix, no totes les hores de temps lliure es viuen igual. Així, un dels reptes per a la futura recerca sobre la pobresa del temps és la classificació del temps com a obligat o discrecional (Williams et al., 2016). A més, a diferència de la pobresa material, la pobresa de temps

La Dra. María Fernanda Zerón Rugerio va impartir una xerrada pel professorat d'educació física de la ciutat. La principal conclusió: "Tan important és fer esport com l'hora en que es fa".

Es pot trobar la xerrada sencera [aquí](#).

La escola fa esport a la ciutat

Activitat física a l'escola: Tan important és fer-la, com l'hora en que la fem



s'experimenta sobretot durant la vida laboral, per la qual cosa és important que la recerca adopti una perspectiva de curs de vida.

La pobresa de temps està estretament lligada a les desigualtats socials en la salut (Chatzitheochari & Arber, 2012). La utilització del temps implica decisions basades en restriccions econòmiques, pressions i normes socials, preferències personals i altres recursos disponibles, com les relacions socials. Per això, la pobresa de temps és menys freqüent entre les persones dels grups socials més afavorits, ja que disposen de més recursos per contractar serveis per fer determinades activitats.

Un tema que preocupa des del punt de vista de la salut pública són les llargues jornades de treball obligades, ja sigui per l'empresa, en un context de vulnerabilitat econòmica dels treballadors i treballadores obligats a acceptar condicions laborals dures per por de perdre la feina, o per les dificultats econòmiques de les famílies que forcen a augmentar les hores de treball per incrementar els ingressos (Artazcoz et al., 2016). D'altra banda, la imprevisibilitat de la jornada laboral remunerada ha crescut en els últims anys, sobretot entre les ocupacions menys qualificades, com una manera perquè les empreses s'adaptin a les necessitats canviants, cosa que també té implicacions negatives per a la salut.

El treball domèstic i de cures, en el qual predominen les dones, requereix un temps important i, quan es combina amb la participació en el treball remunerat, es pot associar a manca de temps de lleure que es pot arrossegar durant anys. Les dones de llars desfavorides (que, per exemple, no poden pagar una llar d'infants quan tenen un treball remunerat o alguna persona per a la cura d'altres persones dependents) es veuen especialment afectades per la manca de temps per a la cura personal, el son i l'oci. Estudis duts a terme en el nostre context demostren que la sobrecàrrega de treball i les dificultats per conciliar la vida laboral i familiar s'associen a més problemes de salut, menys activitat física en el temps d'oci i menys hores de son, especialment entre els treballadors menys qualificats (Arcas et al., 2013).

La manca de temps és un dels motius més comuns per no fer activitat física o portar una dieta saludable, essencials per prevenir molts trastorns crònics. També s'associa a un nombre insuficient d'hores de son, un problema greu de salut pública que no ha rebut prou atenció al nostre entorn, malgrat que Espanya és un dels països amb pitjor qualitat del son. Hi ha evidència sòlida que dormir menys de set hores s'associa amb un risc més alt de patir

Durant el primer trimestre del 2023, les veïnes i veïns de Barcelona han pogut aprendre com millorar els seus hàbits de temps i, especialment, com millorar el seu descans, sota el guiatge de la Dra. Carla Estivill.

Es pot visualitzar una de les xerrades a continuació.

El vídeo està subtitulat per fer-lo accessible.



accidents, reducció del rendiment, sobrepès i diabetis tipus 2, entre altres trastorns de la salut (Hale et al., 2019). Construir relacions fortes i de suport, que són determinants de la salut, també requereix temps, com també obtenir ingressos o anar a un centre sanitari.

Moltes polítiques poden contribuir a disminuir la pobresa de temps i les desigualtats socials que hi estan relacionades: l'educació infantil pública i gratuïta dels 0 als 3 anys; l'augment dels serveis d'atenció domiciliària de qualitat a preus assequibles, amb una durada adequada i no només concebuts com a "respirar"; l'accés a centres de dia i a places de residències de persones grans de qualitat a preus assequibles; la reducció de la precarietat que obliga a molts treballadors i treballadores a fer hores extres, tenir més d'un treball o a treballar amb horaris impredecibles o en torns que dificulten la compaginació de la vida laboral i familiar; els permisos iguals, intransferibles i pagats al 100% per a cada persona progenitora en cas de naixement o adopció d'una criatura; la prevenció i l'eliminació de la discriminació per maternitat i responsabilitats familiars, i la creació d'una cultura de treball que faciliti la conciliació de la vida laboral i familiar.

Lucía Artazcoz

Agència de Salut Pública de Barcelona, Barcelona

Universitat Pompeu Fabra, Barcelona

CIBER de Epidemiologia y Salud Pública (CIBERESP)

Institut d'Investigació Biomèdica Sant Pau, Barcelona

Referències

Arcas, M. M., Novoa, A. M., & Artazcoz, L. (2013). *Gender inequalities in the association between demands of family and domestic life and health in Spanish workers*. *Research in Labor Economics*, 23(5), 883–888.
<https://doi.org/10.1093/eurpub/cks095>

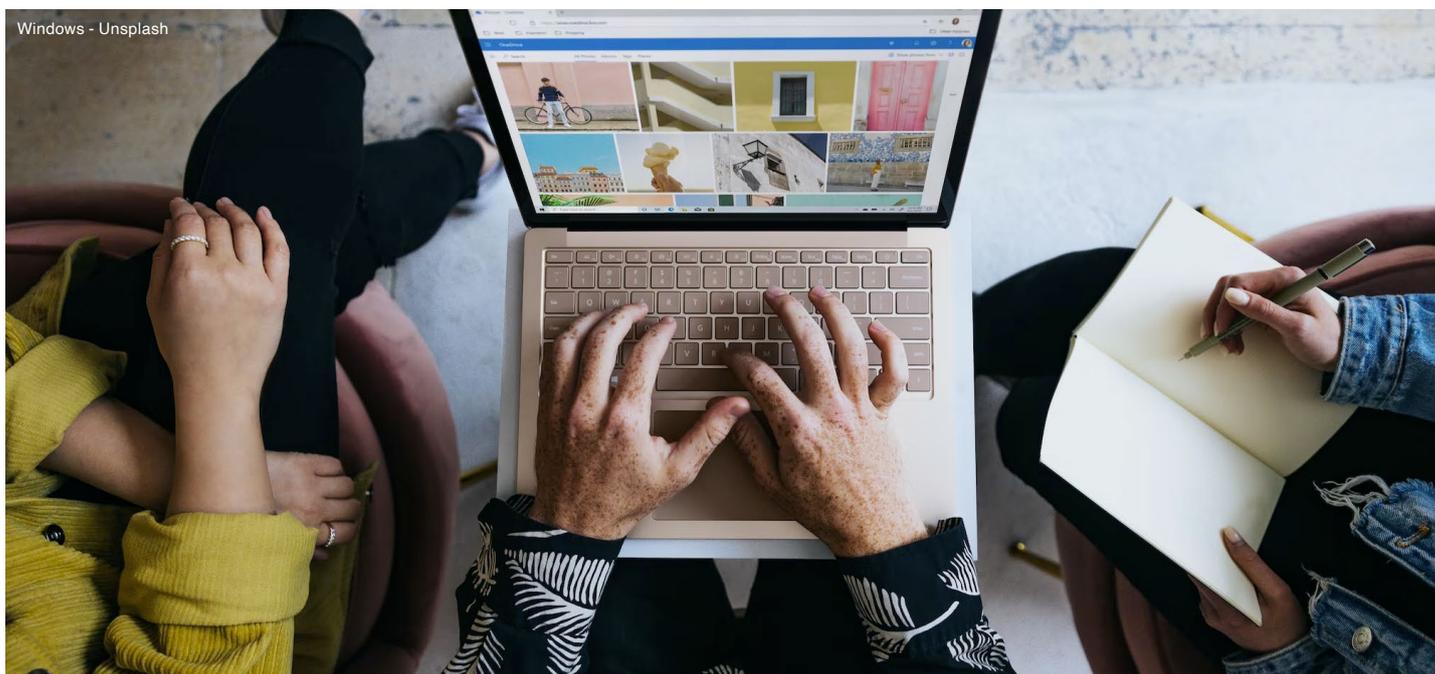
Artazcoz, L., Cortès, I., Benavides, F. G., Escribà-Agüir, V., Bartoll, X., Vargas, H., & Borrell, C. (2016). *Long working hours and health in Europe: Gender and welfare state differences in a context of economic crisis*. *Health & Place*, 40, 161–168.
<https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2016.06.004>

Chatzitheochari, S., & Arber, S. (2012). *Class, gender and time poverty: A time-use analysis of British workers' free time resources*. *British Journal of Sociology*, 63(3), 451–471.
<https://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2012.01419.x>

Giurge, L. M., Whillans, A. V., & West, C. (2020). *Why time poverty matters for individuals, organisations and nations*. *Nature Human Behaviour*, 4(10), 993–1003.
<https://doi.org/10.1038/s41562-020-0920-z>

Hale, L., Troxel, W., & Buysse, D. J. (2019). *Sleep health: An opportunity for public health to address health equity*. *Annual Review of Public Health*, 41, 81–99.
<https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-040119-094412>

Williams, J. R., Masuda, Y. J., & Tallis, H. (2016). *A Measure Whose Time has Come: Formalizing Time Poverty*. *Social Indicators Research*, 128(1), 265–283.
<https://doi.org/10.1007/s11205-015-1029-z>



Imaginant un món sostenible a través de la revolució del temps

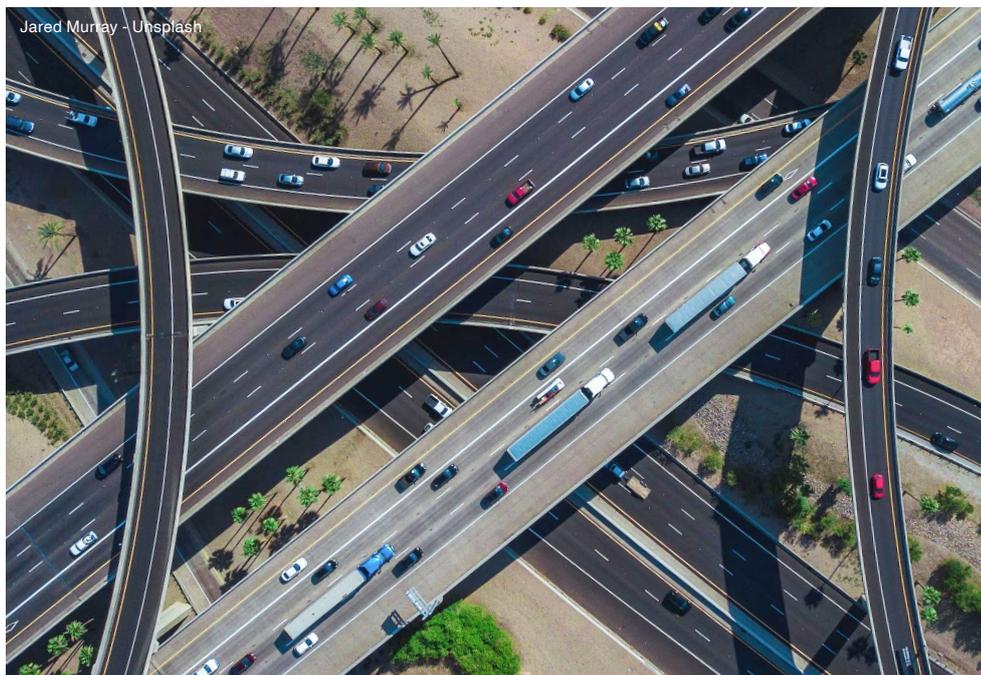
Extracte de la Introducció del dossier de temps “Temps per la vida. Una reflexió contextualitzada a la ciutat sostenible”, escrit per Charo Moran, Helena Pariente i Yayo Herrero, Barcelona 2022.

2. Meadows, D. et al. (1972). Los límites al crecimiento: informe al Club de Roma sobre el predicamento de la humanidad. México D. F.: Fondo de Cultura Económica.

3. García, E. (2005). El cambio social más allá de los límites al crecimiento: un nuevo referente para el realismo en la sociología ecológica. València: Universitat de València, pàg. 115

Fa mig segle, el 1972, es publicava l'informe Meadows sobre els límits del creixement.² [...] L'informe avisava sobre el fet que la vertiginosa i expansiva tendència material del món portaria al col·lapse de la civilització abans d'un segle. Es recomanava activar un fre d'emergència que impedís l'extralimitació en les dècades següents. Aquest fre, segons s'argumentava en l'informe, implicava capgirar els estils de vida humans, sobretot de les societats denominades desenvolupades, i l'estructura social actual.

Cinquanta anys després, la humanitat ja no està en risc de superar els límits de la biosfera. Des del finals dels anys vuitanta del segle XX ens trobem en una situació de translimitació.³ Això significa que l'esfera material de l'economia ha esdevingut massa gran i ha crescut massa de pressa en relació amb els límits planetaris. La sobreexplotació dels béns no renovables i la gestió insostenible dels renovables estan col·lapsant les funcions ecosistèmiques de les quals depenem. I les conseqüències impacten de manera violenta sobre les vides més vulnerades. [...]



4 Riechmann, J. (2004). Gente que no quiere viajar a Marte. Capítol: “Tiempos para la vida. La crisis ecológica en su dimensión temporal”. Madrid: Catarata.

5 Carrasco, C. (2016). “El tiempo más allá del reloj: las encuestas de uso del tiempo revisitadas”, Cuadernos de Relaciones Laborales, 34 (2), pàg. 360.

6 Carrasco, op. cit., pàg. 360

En aquesta crisi multidimensional conflueix el col·lapse ecològic amb una crisi global acumulada que presenta dimensions polítiques, ètiques, socioeconòmiques o de reproducció social. Parlem d'una crisi de la civilització, perquè el model de la modernitat —capitalista, heteropatriarcal, colonialista i ecocida— està demostrant que és incapaç de resoldre els problemes estructurals que aquest model mateix ha creat. Hi ha un conflicte entre la lògica de producció del capital i la lògica de la reproducció de la vida. Sostenir la vida en contextos econòmics i polítics que van en contra de la vida mateixa esdevé una tasca cada vegada més difícil. La crisi ecosocial que patim té una forta dimensió territorial. La petjada ecològica global dels éssers humans, i en particular la dels que viuen als llocs més enriquits, supera les possibilitats del planeta. Però, a més, aquesta crisi té una dimensió temporal important, que no acostuma a estudiar-se tant. Jorge Riechmann assenyala que la crisi ecosocial global té molt a veure amb el “desgovern dels temps”⁴. Els temps que permeten que la vida es reproduïxi i es mantingui són cíclics, lents i llargs. Els temps del capital són veloços, abstractes i lineals.

Cristina Carrasco distingeix entre el temps natural i el temps social.⁵ El temps natural té a veure amb el sistema solar, la successió del dia i la nit, les estacions, el passat i el futur, la història humana i la successió dels ecosistemes i el cycle vital (naixement, mort, infantesa o vellesa). El social respon a la construcció que cada societat ha fet de la noció de temps: l'organització de la vida quotidiana, la divisió en anys, hores i minuts. Aquests temps es relacionen amb els naturals, però són construccions socials “íntimament vinculades a les estructures de poder, a les relacions socials i a les formes de producció i consum d'aquesta societat”⁶.

El conflicte capital-vida també és un conflicte temporal que, com a mínim, té tres dimensions. En primer lloc, és un problema d'acceleració i excés de velocitat; en segon lloc, un conflicte amb el temps de les generacions futures, i, finalment, encara que la velocitat sigui un problema, paradoxalment el que sí que és urgent és frenar i virar el rumb de la història.



Es pot llegir el text sencer del dossier de temps “**Temps per la vida. Una reflexió contextualitzada a la ciutat sostenible**” en el següent [enllaç](#)

Presentació pública del dossier de temps en el marc de la Time Use Week 2022.

The poster is for an event titled "TIME USE WEEK". It is scheduled for Tuesday, October 25, 2022, at 12:00h at the MediaTIC Building in Barcelona. The event features eight speakers: Laura Pérez (Barcelona City Council), Natalia Fidel (Legislative Chamber of the Autonomous City of Buenos Aires), Diana Parra (Bogotá City Council), Mariona Conill (Metropolitan Area of Barcelona), Yayo Herrero (García, Saberes y Proyectos Económicos), Charo Moran (Barça, Saberes y Proyectos Económicos), Hadrien Commenges (Mobilscope), and Noemi Alfi (Bologna City Council). The event is moderated by Eva Garcia, an expert from the Barcelona Time Use Institute for a Healthy Society. The main topic is "15-minute Cities? A commitment to time policies and sustainability". The event is co-organized by Generalitat de Catalunya, Diputació de Barcelona, AMB (Àrea Metropolitana de Barcelona), Diputació de Barcelona, BARCELONA TIME USE INSTITUTE FOR A HEALTHY SOCIETY, UIMP Barcelona, and DiploCAT. It is also in collaboration with several other organizations.

L'Assemblea General de la Xarxa Mundial per les Polítiques del Temps

La Xarxa Mundial de Governos Locals i Regionals en Polítiques del Temps va començar a caminar el 2021, sobre la base de la Xarxa Europea existent, fundada el 2008 a Barcelona. Aquesta refundació ampliava la mirada cap a l'àmbit internacional i les implicacions de les polítiques locals supramunicipals, i especialment les metropolitanes.

Aquest 2022, s'ha celebrat la primera Assemblea General de la Xarxa, gràcies a l'impuls de la ciutat de Barcelona, que n'ha estat la seu en el marc de la Time Use Week 2022, i que n'és membre fundador i part del comitè directiu. Aquesta assemblea és especial per dos motius clau.

Primer, perquè valida el nou enfocament i dona la benvinguda a ciutats llatinoamericanes clau com Bogotà o Buenos Aires, així com governs d'àrees metropolitanes com la de Milà. En segon lloc, perquè celebra l'èxit de la primera capital mundial de polítiques del temps, presentant ja una nova candidatura per al període entrant.



El nostre enfocament ha estat el del famós proverbi xinès que diu: “Si camines sol/a aniràs més de pressa, però en companyia arribaràs més lluny”. Així ens vam plantejar la Capital Mundial de les Polítiques del Temps i així hem anat construint activitats i cultura durant tots aquests mesos. Aquest procés no era nou per a nosaltres: a Barcelona fa anys que treballam per la millora dels usos del temps, per un nou paradigma que ens permeti un ritme de vida més saludable, igualitari, eficient i sostenible. I gràcies a això, hem tingut l'honor de ser referents en polítiques punteres d'urbanisme, cures o atenció a la ciutadania.

Ara bé, en un tema tan complex com els usos del temps, sempre hi ha marge per millorar, per innovar, per créixer, i, en definitiva, per construir un model de ciutat que fomenti el benestar de la nostra ciutadania. Des d'aquest punt de vista, l'any 2022 ha estat un any d'intercanvis molt enriquidors.

El vam començar compartint idees i experiències amb els nostres veïns i veïnes immediats: els municipis espanyols que hi tenen interès i també estan impulsant política pública de temps. La primera va ser una trobada virtual, l'1 de juny, on vam poder escoltar les experiències de Bilbao, Beasain, Sant Boi de Llobregat, Vila-real i Vilanova i la Geltrú. Es van abordar dos aspectes clau per a les polítiques del temps: la conciliació i la corresponsabilitat, d'una banda, i l'organització del temps laboral, d'una altra. Algunes de les conclusions de la jornada van ser la importància d'aquesta classe d'iniciatives com una manera de lluitar contra les desigualtats, especialment les de gènere, en fer front a la pobresa de temps. També sorgia, arran de les intervencions, la importància del concepte de sostenibilitat horària, igual que parlem de sostenibilitat econòmica o ecològica, com una nova manera de pensar en l'organització dels nostres municipis. Així mateix, totes les ponents destacaven que les estratègies d'implementació havien de ser compartides amb tots els agents de la ciutat, tal com fem des de l'Ajuntament de Barcelona, amb les més de 70 actuacions que portem a terme des de sis àrees diferents.

Després de l'estiu, vam tenir l'oportunitat de travessar virtualment l'oceà per compartir aquesta vegada amb companyes i companys de diferents països llatinoamericans, amb els quals Barcelona tenia alguns vincles, i amb d'altres amb qui s'han creat lligams arran d'aquesta trobada. Com a Ajuntament, vam participar en la I Semana Iberoamericana de los Horarios y el Tiempo. La setmana va començar centrant-nos en l'objectiu últim de la nostra activitat, que sempre ha estat el nivell de benestar i de felicitat de la nostra ciutadania. L'endemà, la nostra quarta tinenta, Laura Pérez, va compartir l'experiència de la ciutat, juntament amb regidores de Bogotà, Buenos Aires i Montevideo. En la trobada es van poder constatar similituds en les preocupacions i els enfocaments, per exemple, en el temps

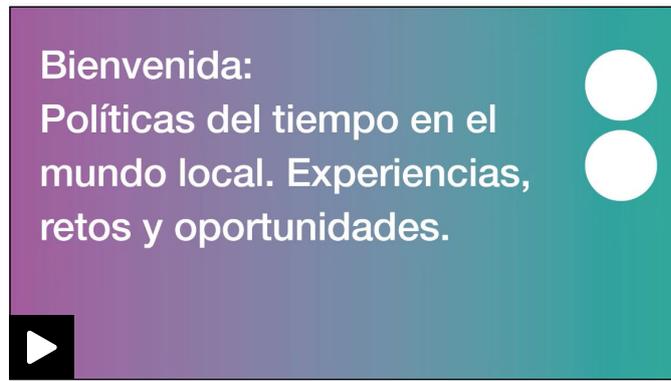
dedicat a les cures, tema en el qual s'han llançat projectes que busquen aproximar aquests serveis de cura als barris de la ciutat i donar respir a les persones cuidadores.

I, per acabar l'any, vam intercanviar idees en un escenari ara ja completament internacional, la Time Use Week, que té lloc des del 2019 a Barcelona. Hi vam escoltar tant enfocaments teòrics per part de persones investigadores de prestigi, com experiències de municipis i institucions públiques o d'empreses compromeses amb la millora dels usos del temps. Algunes de les temàtiques clau, en les quals l'Ajuntament treballa de manera decidida, han estat la mobilitat i la sostenibilitat, el futur del treball i els reptes que comporta la digitalització o el teletreball, i la centralitat de les cures.

La creació d'aquesta xarxa ha estat clau per actualitzar el nostre coneixement, per copsar les inquietuds de la ciutadania de diversos llocs i països diferents, per prendre el pols al moment actual, ja que, com sabem, les polítiques de temps són vives, dinàmiques i canvien igual que ho fa la societat. I si alguna cosa hem constatat de tota aquesta activitat, és el convenciment amb què començàvem aquest article: compartir i construir junt(e)s és el camí per aconseguir-ho.

Sara Berbel

Gerenta de l'Ajuntament de Barcelona



Polítiques del temps en el món local: experiències, reptes i oportunitats, I trobada de ciutats de l'estat espanyol sobre polítiques del temps.

Consulta la llista de tots els vídeos de l'esdeveniment fent clic [aquí](#).

Sessió "Conferencia inaugural: "La clave de la felicidad: el derecho al tiempo", en el marc de la I Semana Iberoamericana de los Horarios y el Tiempo.

Sessió "Políticas del tiempo: una oportunidad para vivir mejor en las ciudades", en el marc de la I Semana Iberoamericana de los Horarios y el Tiempo.

Inauguració de la Time Use Week, sota el títol "Dret al temps i (des)igualtats, un diàleg en marxa".

Sessió sobre el futur del treball "L'organització del temps: el vector emergent de desigualtats del mercat de treball".

3

El 2022 posem Barcelona a l'hora

Les polítiques municipals del temps com a impulsores del canvi

L'informe 2022 de les polítiques públiques de temps impulsades per l'Ajuntament de Barcelona té com a objectiu proporcionar un estat de la situació, donar visibilitat a la feina feta i identificar els reptes per abordar. L'informe abasta un període significatiu per a la ciutat, ja que durant el 2022 Barcelona ha estat nomenada **Capital Mundial de les Polítiques del Temps**. Aquest informe mostra el treball que des de fa més de dues dècades està portant a terme l'Ajuntament de Barcelona impulsant les polítiques de temps en la nostra ciutat. De la informació recollida es desprenen una sèrie de trets significatius. En primer lloc, observem que **el temps s'ha consolidat com a element transversal en les diferents polítiques municipals**, i és present en 71 actuacions vigents, desenvolupades per 6 gerències de l'Ajuntament. El fet que la Direcció de Serveis de Gènere i Polítiques del Temps estigui situada a la Gerència Municipal, a la cúspide de l'organigrama executiu, facilita aquesta tasca transversal i que tota l'organització municipal es pugui impregnar amb la dimensió de temps.

El temps es consolida com a element transversal de política pública:

71

Actuacions vigents

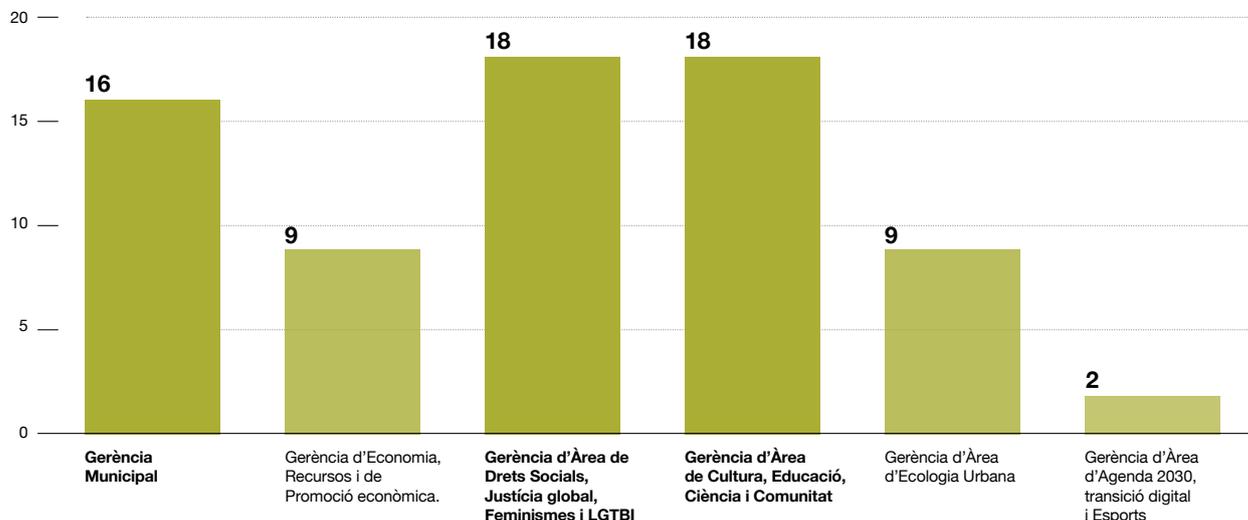
6/8

Gerències amb política de temps



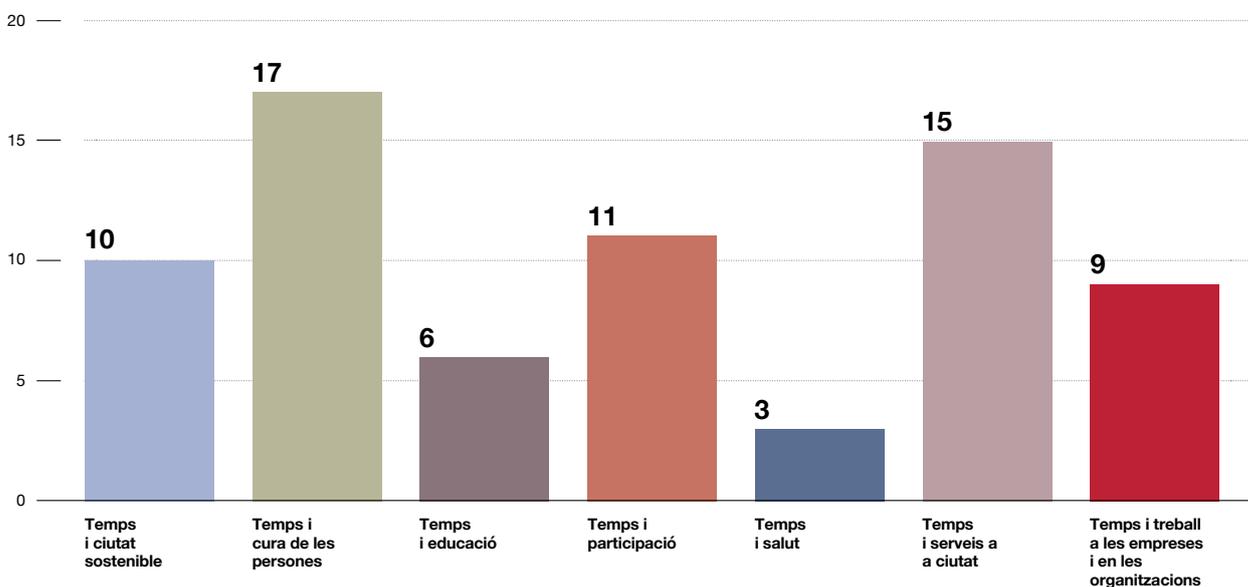
A més, el temps és un **element de caràcter marcadament social**, com indica el fet que la major part de les actuacions es concentren en la Gerència de Drets Socials, Justícia global, Feminismes i LGTBI; la Gerència de Cultura, Educació, Ciència i Comunitat, i la Gerència Municipal.

El temps es configura com a element clau per a la justícia social:



Segons els diferents eixos d'actuació, la **dimensió del temps és especialment rellevant en l'àmbit de la salut i, en particular, de les cures**, de manera que és protagonista d'algunes de les mesures estrella desenvolupades en els darrers anys, com ara el programa Concilia o la Targeta Cuidadora. La incipient pobresa de temps o l'angoixa de temps que les nostres enquestes municipals comencen a mesurar només es pot erradicar si hi ha una redistribució real de treballs i temps entre dones i homes. **Destaca també l'eix de serveis a la ciutat**, en què s'ha avançat molt per tal d'adaptar els serveis a les necessitats temporals de la ciutadania, i així fer-los més accessibles.

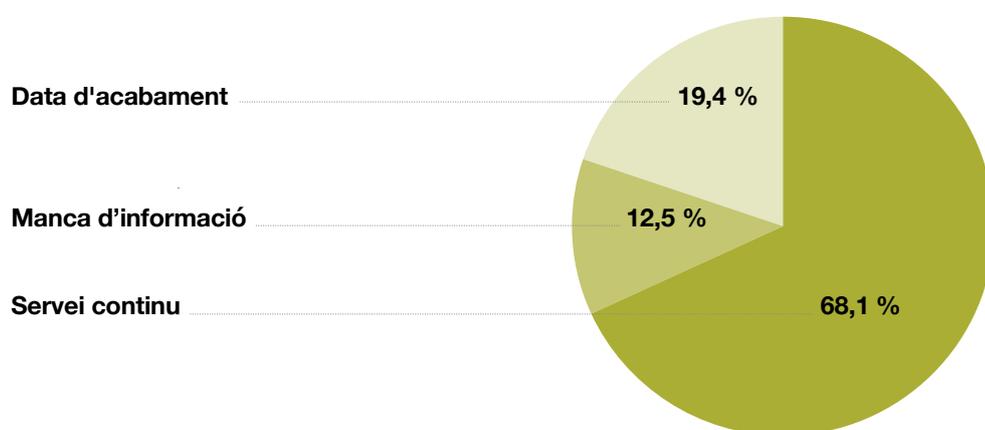
El temps és especialment rellevant en les polítiques de cura i en els serveis a la ciutat:



Tot i l'existència d'aquest marcat tret social, les polítiques de temps són innovadores perquè teixeixen vincles entre esferes de la vida que requereixen ser pensades des de la dimensió del temps. Per això, el Pacte del Temps ha ampliat fa poc el seu abast a tot allò relacionat **amb la sostenibilitat, l'urbanisme, la mobilitat i la vida quotidiana** en la nostra ciutat. Les Superilles o la pacificació dels entorns escolars són actuacions que ja formen part de les polítiques públiques de temps.

A més, **les polítiques del temps tendeixen a ser de llarga durada**, amb diversos programes que ja tenen més de deu anys d'història, com és el cas de la Xarxa NUST, i noves polítiques pensades per esdevenir un servei clau a la ciutat, com el projecte Vila Veïna. Quasi el 70% de les 71 actuacions vigents s'ha implementat com un servei continu, és a dir, sense data d'acabament.

Les polítiques de temps s'implanten i no desapareixen:



En observar aquests trets en comú de les polítiques del temps, en podem sospitar el seu potencial transformador. **L'informe ens dona esperança**, ja que demostra com la dimensió de temps s'està utilitzant per fer una política pública que millori el benestar de la ciutadania, i també ens planteja reptes com a institució per seguir avançant en aquest camí transformador: més sostenible, equitatiu, saludable i també eficient.

Penso que **l'èxit de les polítiques del temps** arribarà sempre que seguim abordant-lo des d'aquesta mirada transversal, que assegurem que anem incorporant la perspectiva interseccional i la reducció de les desigualtats com a guia, i que continuem creant aquests espais d'intercanvi interns i externs per inspirar-nos i trobar noves maneres de millorar la nostra ciutat.

Sonia Ruiz

Directora de Serveis de Gènere i Polítiques del Temps de l'Ajuntament de Barcelona

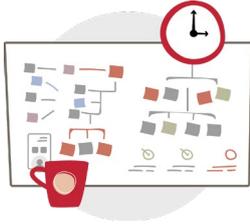


Es pot llegir l'informe "Les polítiques públiques de temps impulsades per l'Ajuntament de Barcelona al 2022" en el següent [enllaç](#).



Treball

Clàusula de parcialitat femenina



Què s'ha fet?

Inclusió en el Pla anual d'Objectius de Contractació Sostenible d'una clàusula que bonifica aquelles ofertes que incorporen un major nombre de persones contractades a jornada completa.

Com transforma els usos del temps?

Aquesta política promou la ruptura de la divisió sexual del treball que genera un major grau de dedicació de les dones a les cures d'altres i limita la participació d'aquestes en el mercat de treball formal. Aquesta acció doncs, té com a objectiu promoure l'equilibri entre el temps de cures i temps laboral de les dones, tenint aquesta un impacte en la capacitat econòmica de les dones.



Cures

Targeta cuidadora



Què s'ha fet?

Aquesta iniciativa pionera a l'Estat, agrupa fins a 14 serveis per a persones cuidadores, incloent-hi espais de respir, mesures de facilitació de la mobilitat i espais de temps tranquil als mercats municipals.

Com transforma els usos del temps?

Amb la targeta cuidadora no només s'ofereixen serveis que millorin la situació de pobresa de temps a la qual estan sotmeses les persones cuidadores, sinó que a més, el coneixement d'aquests recursos facilita la gestió del temps quotidià de les persones cuidadores.



Ciutat Sostenible

Superilles



Què s'ha fet?

Les Superilles, promouen una infraestructura urbana inclusiva, sostenible, accessible i segura fruit de l'accés de la ciutadania a un major nombre d'espais d'estada, joc, trobada i contacte amb la natura.

Com transforma els usos del temps?

Aquest projecte, incideix en la distribució d'usos de temps en la mesura que es redueixen els desplaçaments i s'incrementen les possibilitats de participació en activitats esportives, socials, etc. que tenen un impacte directe en el benestar. A més, s'han inclòs indicadors de temps per mesurar l'impacte del projecte.



Salut

Xerrades sobre temps, salut i son



Què s'ha fet?

S'han organitzat 10 xerrades, una a cada districte, dirigides a la ciutadania, per tal de proporcionar coneixement i eines per a millorar el descans i la son.

Com transforma els usos del temps?

La falta de son és considerat un problema de salut pública, que té conseqüències en totes les persones i especialment aquells col·lectius més vulnerables. S'espera que amb les xerrades les persones puguin millorar els seus hàbits de temps, i en conseqüència, el seu descans.



Educació

Projecte patis oberts



Què s'ha fet?

Aquesta iniciativa, que és fruit de la col·laboració de l'Ajuntament de Barcelona, el Consorci d'Educació de Barcelona (CEB), els districtes de la ciutat i diverses entitats educatives i socials, i busca optimitzar l'ús dels centres escolars per potenciar el vessant educatiu i social d'aquests espais, oferint-los a les famílies, a infants i adolescents per a un ús col·lectiu o per fer-hi activitats, en un entorn segur i de proximitat en horari extraescolar.

Com transforma els usos del temps?

Faciliten la gestió del temps quotidià de les famílies que redueixen els desplaçaments dirigits a desplaçar-se fins llocs de lleure, així com la conciliació del temps de cura, laboral i personal.



Participació

Ampliació del projecte decidim.



Què s'ha fet?

La plataforma "Decidim Barcelona" és una infraestructura digital que garanteix l'accés de la ciutadania i organització als diferents mecanismes de participació de l'Ajuntament de Barcelona de forma asincrònica. En el cas de les organitzacions de la ciutat, ha reforçat el seu ús mitjançant formacions i acompanyament. Aquesta plataforma també s'ha obert per infants de 8 a 13 anys segons amb la legislació de privacitat de dades personals i drets digitals de menors corresponents.

Com transforma els usos del temps?

La plataforma decidim permet participar de les decisions a la ciutat, a aquelles persones que per temps no podrien assistir a un debat o assemblea presencial.



Serveis a la Ciutadania

OVT - Oficina virtual de tràmits



Què s'ha fet?

Per mitjà de l'oficina Virtual de Tràmits s'han incrementat els mitjans d'atenció no presencials per tal de realitzar els tràmits administratius.

Com transforma els usos del temps?

Aquestes millores permeten reduir la necessitat de moure's per a relacionar-se amb l'Ajuntament i estalvien temps a tota la ciutadania.

El Pacte del Temps és un espai de trobada, debat i reflexió per a les entitats que en formen part, que vol posar al centre la necessitat de promoure una nova cultura del temps més saludable, igualitària, eficient i sostenible. El Pacte del Temps agrupa més de 300 persones representants de l'Ajuntament de Barcelona i entitats de la ciutat que duen a terme actuacions per canviar els usos del temps. Des del Pacte s'impulsen activitats, com formacions, xerrades de sensibilització, recerca i política pública, i una base de dades de bones pràctiques en la qual es poden consultar tant les actuacions municipals com les actuacions fetes per les entitats en matèria de temps.

A més de les activitats que es duen a terme durant l'any, aquest espai cristal·litza en la trobada anual del Pacte del Temps, que enguany es va celebrar el 19 d'octubre. I tot just la periodista Romina Vallés obria la jornada amb un relat que serveix per il·lustrar la importància de transformar la nostra cultura de temps. Es parlava de la història d'un dia qualsevol en una família monomarental, així com tots els problemes del dia a dia als quals ens enfrontem les ciutadanes i ciutadans de Barcelona per trobar temps per a tot. I mostrava com serveis públics adaptats a les necessitats de la seva ciutadania, horaris laborals més

Es pot recuperar la trobada anual del Pacte del Temps en el vídeo següent:



amables o sistemes de transport més eficients poden marcar una diferència clau en les vides de les persones.

En la mateixa trobada, Gemma Tarafa, regidora de Salut, Envel·liment i Cures, destacava alguns dels serveis públics que s'han posat en marxa per contribuir a aquesta transformació com les Superilles o els Patis Oberts, o els serveis específics dirigits a les cures amb els projectes Concilia i la Targeta Cuidadora.

Sara Berbel, gerenta municipal, posava èmfasi en la importància de les entitats com a membres del Pacte del Temps, ja que són aquestes les que finalment contribueixen a canviar, des de cadascun dels àmbits, els usos del temps.

	<p>Informe del projecte “Les dones i la reforma horària, Temps Retrobat”</p> <p>Veure vídeo</p>
	<p>Acompanyament a les organitzacions i empreses des de la flexibilitat horària</p> <p>Veure vídeo</p>
	<p>Racionalització i horaris respectuosos. Voluntariat i envelliment actiu</p> <p>Veure vídeo</p>
	<p>Millora contínua de la gestió del temps per conciliar vida personal amb la professional. Flexibilitat, teletreball i racionalització</p> <p>Veure vídeo</p>
	<p>“Si joestic bé, tu estàs bé” Actuació adreçada a les famílies d'infants amb pluridiscapacitat.</p> <p>Veure vídeo</p>
	<p>Treballant des de la flexibilitat i la igualtat de gènere. Compromís amb la ciutat i amb el temps.</p> <p>Veure vídeo</p>

En la mateixa trobada es van presentar alguns exemples de canvis promoguts per entitats del Pacte del Temps. Un exemple és el projecte Temps retrobat, dirigit a dones en situació de vulnerabilitat per fomentar hàbits de temps saludables de **l'Associació Salut i Família**; o els programes de formació adreçats a persones adultes en aspectes relacionats amb usos del temps eficients i igualitaris impulsats per **Cataliza**; experiències de millora de l'organització interna, com horaris flexibles o respecte al descans de les persones treballadores per part d'**ASENCAT**, i altres mesures clau que situen **ITEREM** com a referent en organització del temps, com ara la implantació de la jornada de 32,5 hores setmanals o diferents permisos ampliat dels quals poden gaudir les persones treballadores.

En l'àmbit del tercer sector, **Fundació Nexè** va presentar el programa per oferir espais de respir a famílies amb infants amb pluridiscapacitat, i la **Federació d'Associacions Veïnals de Barcelona** va mostrar els principals resultats de l'estudi sobre temps i participació en les entitats veïnals.

Aquestes són només algunes de les més de 500 actuacions que entitats i organitzacions de la ciutat duen a terme cada any per avançar cap a una societat més saludable, igualitària, eficient i sostenible. En definitiva, per posar Barcelona a l'hora que volem.

Ariadna Güell Sans

*Coordinadora de la Secretaria
Tècnica del Pacte del Temps*



Servei d'Assessorament per la Igualtat i l'Organització del Temps

Des de l'any 2017, la Direcció de Serveis de Gènere i Polítiques del Temps de l'Ajuntament de Barcelona ofereix a les empreses de la ciutat un servei d'assessorament en matèria d'igualtat de gènere. L'any 2022, amb la finalitat de donar resposta a un dels objectius del Pacte del Temps, aquest servei s'amplia amb un vessant específic sobre organització del temps. Així, **l'actual Servei d'Assessorament per la Igualtat i l'Organització del Temps ofereix a les empreses i organitzacions de la ciutat un acompanyament personalitzat gratuït**, que aborda la gestió del temps com un factor estratègic en el seu funcionament intern.

A través d'aquest servei, **les organitzacions tenen la possibilitat de resoldre dubtes concrets, accedir a tot un ventall de recursos formatius i de suport o sol·licitar un acompanyament de fins a cinc hores de durada per dissenyar una estratègia adaptada a les seves necessitats**. Les mesures abasten aspectes relacionats amb la flexibilitat horària, el foment de la corresponsabilitat, la implantació d'una cultura de treball per objectius, els horaris més saludables i eficients, l'optimització del temps dedicat a reunions o l'eliminació d'elements de distracció, entre d'altres.

Explicació del servei d'assessorament per part de Sonia Ruiz, directora de Serveis de Gènere i Polítiques del Temps de l'Ajuntament de Barcelona



Aquesta ampliació del servei vol superar una visió tradicional que limita la gestió del temps en les empreses a una qüestió de conciliació dels temps personal, familiar i laboral. **Es tracta de promoure una cultura que fuig del presentisme i millora el clima laboral, la confiança i el compromís de les persones treballadores, i que repercuteix alhora en un augment de la productivitat.**

El servei ha tingut una acollida molt bona. **Des que es va posar en marxa el mes de juny, han estat set les organitzacions que han rebut assessorament en matèria de gestió del temps**, cosa que representa el 19% del total de les demandes ateses al llarg de l'any. La valoració que han fet de la seva experiència, molt satisfactòria, ens fa confiar en què continuarem creixent.

Laura de Caralt Casanova

Responsable del Servei d'Assessorament a Empreses per la Igualtat i l'Organització del Temps.

Direcció de Serveis de Gènere i Polítiques del Temps.



Es pot trobar tota la informació per accedir a aquest servei en el nostre espai web
Enllaç al formulari

