

ANUARI
2017

 **REFORMA HORÀRIA**

ISBN: 978-84-09-01072-1

**ANUARI
2017**

SUMARI

LA INICIATIVA

06

- a. Estat de la qüestió. 07
- b. Pacte per a la reforma horària. 08
- c. El treball parlamentari. 10
- d. Xarxa de Ciutats i Pobles per la reforma horària. Adhesions municipals. 11
- e. Trobar temps dins del temps per a les dones. 12

ARTICLES

14

- Muntsa Vilalta, directora general de Comerç del Govern de la Generalitat de Catalunya. 15
- Núria Balada, presidenta de l'Institut Català de les Dones. 15
- Montserrat Flores, regidora de Participació, Ciutadania i Transparència de l'Ajuntament de Reus. 16
- Francina Alsina, presidenta de la Taula d'Entitats del Tercer Sector Social de Catalunya. 17
- Màrius Serra, periodista i escriptor. 18
- Jordi Cruz, president del Sindicat de Metges de Catalunya. 18
- Agència Usted. 19
- Sonia Bardají, presidenta de la Federació Catalana de Famílies Monoparentals. 20
- Josep Carné, president de la Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya (FATEC). 21

ALTAVEU

23

- a. La setmana dels horaris. 24
- b. Actes, conferències i xerrades. 28
- c. Impactes. 30
- d. Xarxes socials. 37
- e. Reflexions ciutadanes. 56
- f. Infografies, imatges i mapes. 64

LES PERSONES

74

- a. Consell Assessor per a la reforma horària. 75
- b. Col·laboracions. 76
- c. Les persones amb qui hem dialogat. 76

ECONOMIA

86

LA INICIATIVA EN XIFRES

88

LA INICIATIVA

A. ESTAT DE LA QÜESTIÓ

El present Anuari correspon al quart i darrer any de la Iniciativa per a la reforma horària. Tal com vam anunciar en la presentació del CCCB el 29 de gener de 2014, el compromís era per tres anys. Ara és moment de tancar el compromís d'una quinzena de persones que han participat activament de manera voluntària amb la convicció que l'empresa és no només viable sinó extraordinàriament necessària.

El gener neix la Xarxa de Ciutats i Pobles per la reforma horària. Els municipis són claus en l'impuls de pactes del temps locals. Prèviament, l'ACM i la FMC insten al món local a reformar els horaris.

El març es valida el document Bases per a l'impuls del Pacte per a la reforma horària, a partir del procés de concertació desenvolupat a través de les Taules quadrangulars. Un cop lliurat l'informe al Govern, el Consell Assessor per a la reforma horària conclou els treballs. El juny es reuneix per darrer cop amb l'objectiu d'avaluar la proposta de Pacte per a la reforma horària que presenta el Govern.

El juliol el president Puigdemont proposa la signatura del Pacte per a la reforma horària en un acte solemne al Saló Sant Jordi del Palau de la Generalitat. Es presenta l'Objectiu 2025 en que 110 institucions i organitzacions promotores es comprometen a: 1) Recuperar les dues hores de desfasament horari amb relació a la resta del món. 2) Impulsar una nova cultura del temps a les organitzacions a favor de models més eficients i més flexibles per atendre les noves necessitats socials. 3) Consolidar el factor temps com a nova mesura de llibertat, equitat i benestar.

El debat al Parlament de Catalunya finalment no s'ha concretat en una Llei després del consens entre forces polítiques, agents socials i actors acceleradors que calia un pacte previ a qualsevol mesura legislativa.

La Iniciativa per a la reforma horària dóna per finalitzat els seus treballs i comunica la seva dissolució a 31 d'octubre de 2017, deixant en mans de les institucions i els actors socials el lideratge del procés, entenent que són els responsables de l'assoliment dels propòsits plantejats.

B. PACTE PER A LA REFORMA HORÀRIA

El Pacte per a la reforma horària és el fruit d'una iniciativa que es va engegar el 2014 i que s'ha vist culminat amb el compromís conjunt per a la consecució de l'Objectiu 2025. Ha estat precedit per una tasca prèvia, amb el procés participatiu obert al territori català per escoltar la ciutadania i recollir idees i propostes per fer efectiu i facilitar el procés de reforma horària. De forma paral·lela, es van portar a terme les taules quadrangulars, un procés de concertació on van participar els diferents agents socials vigents en el sector i/o territori implicat i que tenien com a objectiu negociar els acords facilitadors de la realització de la reforma horària.

El marc conceptual del Pacte s'estructura en el fet de recuperar les dues hores de desfasament horari amb relació a la resta del món, impulsar una nova cultura del temps a les organitzacions a favor de models més eficients i més flexibles per atendre les noves necessitats socials i per últim consolidar el factor temps com a nova mesura de llibertat, equitat i benestar.

Aquest compromís i les mesures que se'n derivin, engegades des de la Generalitat de Catalunya, busca, allà on el sector d'activitat i els llocs de treball ho permetin, compactar la jornada laboral per avançar l'hora de sortida de la feina, introduir horaris laborals més flexibles d'entrada i sortida, avançar les hores dels àpats, tant del dinar com del sopar i sincronitzar els horaris d'empreses, institucions i actors socials i culturals.

El Pacte, doncs, ens ha de fer emmirallar-nos en la resta de països europeus, quant a horaris que afecten la nostra salut, les organitzacions, els serveis públics, l'educació, la cultura i oci, el comerç i consum i la mobilitat. És un objectiu de país on la resposta de la ciutadania, les organitzacions i el territori seran clars indicadors del seu èxit.



C. EL TREBALL PARLAMENTARI

Al llarg dels darrers 18 mesos hem treballat braç a braç set diputats de sis grups parlamentaris amb la missió de poder redactar una llei que facilités i accelerés la reforma horària. Finalment hem arribat a la conclusió que la via legislativa no assegurava els objectius plantejats. Analitzem els motius.

En primer lloc, el Parlament no disposa de competències en alguns elements clau. No disposem de competències en matèria laboral, en horaris comercials i en horaris audiovisuals. El tema laboral no és del tot rellevant però sí que ho és la liberalització absoluta de comerços i televisió. De què pot servir per a la salut i el benestar que majoritàriament la ciutadania gaudeixi de més temps si avança la seva sortida de la feina, si les botigues estan obertes fins a les vint-i-dues hores i l'hora punta televisiva és a les dues de la matinada?

En segon lloc, l'objecte de matèria, els horaris laborals, acostumen a ser debatuts i acordats a través de la concertació i la negociació col·lectiva. En aquest sentit, els agents socials van fer un pas endavant el setembre del 2016 amb la signatura de l'Acord per a l'impuls laboral de la reforma horària, avalada per Foment del Treball, PIMEC, FEPIME, CCOO i UGT.

En tercer lloc, perquè els agents socials ens han demanat en les múltiples compareixences realitzades en seu parlamentària que preferien i que veien més útil un gran acord social que no pas una llei. És cert que els canvis d'hàbits difícilment podran consolidar-se a través d'un cop de decret. Ens cal un instrument integral que permeti canviar la tendència actual.

D. XARXA DE CIUTATS I POBLES PER A LA REFORMA HORÀRIA. ADHESIONS MUNICIPALS

La Xarxa es presenta a la 1a. Trobada de Ciutats i Pobles per la reforma horària, el 18 de gener del 2017 a Barcelona, i neix amb l'objectiu de crear un instrument que sigui facilitador de recursos i alhora un espai que promogui l'intercanvi d'experiències entre les ciutats i els pobles de Catalunya compromesos amb aquesta iniciativa. Formen part de la Xarxa tots els municipis l'ajuntament dels quals hagi presentat una declaració institucional o aprovat una moció en el seu plenari a favor de la reforma horària.

A 31 de desembre del 2017, conformen la Xarxa 149 municipis que representen 5.541.557 habitants. Cal destacar que en són membres les capitals de les quatre demarcacions provincials, 24 de les 25 ciutats catalanes amb més de 25.000 habitants i 30 de les 46 capitals de comarca. També formen part de la Xarxa les quatre diputacions i els consells comarcals de La Noguera i el Vallès Occidental.

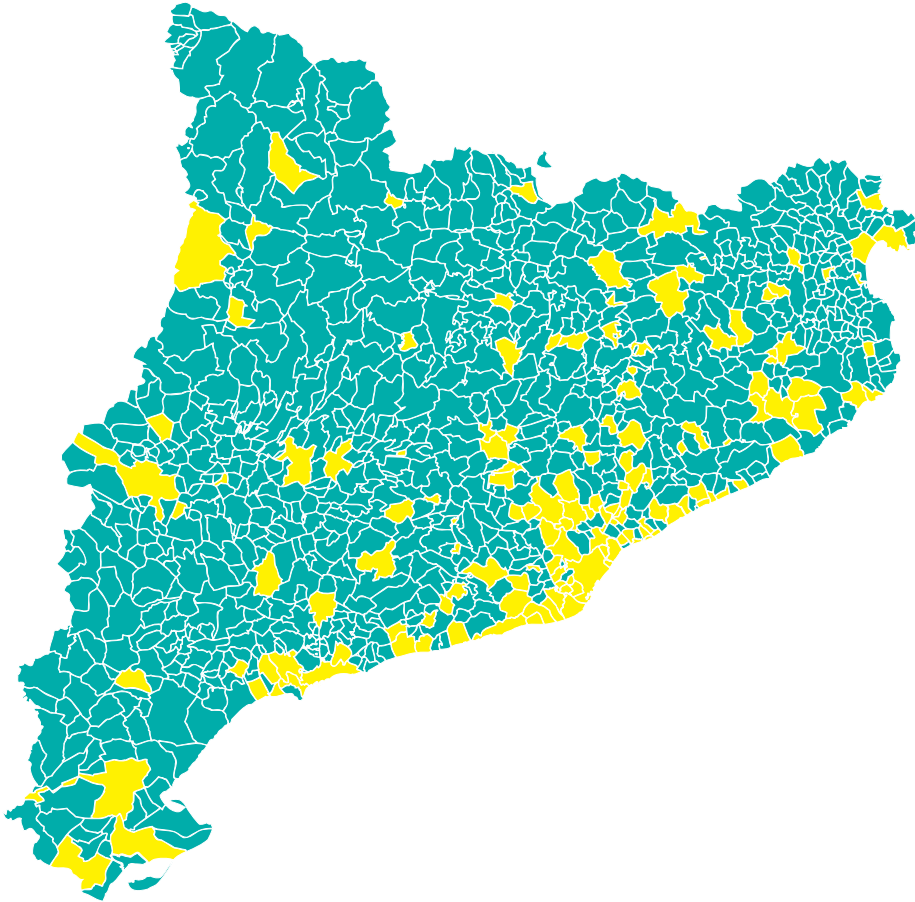
En el seu primer any de funcionament i a banda de la trobada abans esmentada, la Xarxa s'ha centrat en la realització d'accions centrades en l'adhesió de més municipis a aquesta plataforma i en la col·laboració a l'hora d'organitzar activitats, principalment de sensibilització, impulsades per nombrosos ajuntaments. També s'ha elaborat un primer butlletí informatiu (maig 2017), s'ha portat a terme una jornada formativa sobre com posar en marxa la reforma horària als municipis (febrer 2018) i s'han fet diversos assessoraments a ajuntaments que volien començar a implantar mesures de la reforma horària en la seva organització. En aquest darrer sentit, cal afegir que s'han començat a recollir actuacions d'administracions locals per tal de disposar del recurs d'un fons de bones pràctiques.

E. TROBAR TEMPS DINS DEL TEMPS PER A LES DONES

La reforma horària és un projecte adreçat a la millora de la salut i de la qualitat de vida de les persones, gràcies a una organització més racional i humanitzada dels horaris i usos del temps. Les dones són les primeres beneficiàries d'una iniciativa d'aquest tipus, ja que, malauradament, són les més estressades de tot Europa i les cinquenes del món.

Amb el projecte “Trobar temps dins del temps per a les dones”, es pretén posar en valor la reforma horària, no només quant a la millora de la salut i la qualitat de vida, sinó per altres aspectes, relacionats amb la compatibilització del temps laboral i personal, una alimentació més equilibrada, un consum més responsable i sostenible o el desenvolupament de la carrera professional, per posar-ne uns exemples ben visibles.

En aquest sentit, el projecte posa en relleu les contribucions de la reforma horària en clau de gènere. La reforma horària contribueix també a la millora de l'ocupabilitat o la corresponsabilitat efectiva, però no contribueix a reduir la bretxa salarial, combatre la precarietat laboral o apoderar les dones. S'ha dissenyat i fet difusió d'un document on s'expliquen les contribucions de la reforma horària al col·lectiu de dones, amb diferents xerrades arreu del territori. En definitiva, el projecte pretén posar llum en el que significa la reforma horària per a les dones.



1. Consell Comarcal del Vallès Occidental
2. Consell Comarcal de La Noguera

1. Diputació de Barcelona
2. Diputació de Girona
3. Diputació de Lleida
4. Diputació de Tarragona

ARTICLES

El comerç mira Europa

Qui hagi tingut ocasió de viatjar per Europa haurà comprovat fins a quin punt difereixen els horaris de les activitats diàries respecte els nostres hàbits quotidians: canvia l'hora dels àpats, canvia l'horari laboral i canvien, naturalment, els horaris dels comerços. La majoria de persianes del continent s'abaixen entre les 18h i les 19h –en funció del producte, del país o l'època de l'any–, mentre que a casa ho fan de mitjana estaria al voltant de les 21h.

El procés de reforma horària que vivim a Catalunya persegueix una homogeneïtzació amb els hàbits europeus, per tal de racionalitzar les nostres agendes i garantir, així, una millora del benestar i una major conciliació entre feina i vida personal. En aquesta línia, la nova Llei de Comerç, Serveis i Fires estableix que, dels mesos d'octubre i maig, la gran majoria d'establiments comercials han de romandre tancats entre les 21h i les 6h (la resta de l'any el tancament obligatori té lloc entre les 22h i les 7h). La mesura vol facilitar que els treballadors i treballadores dels comerços arribin a casa a una hora més raonable, que els permeti gaudir d'un vespre més calmat, de la vida familiar, d'una digestió més saludable i d'un millor descans.

El compromís del sector comercial del país amb la reforma horària és clar. No obstant això, no hem d'oblidar que el temps de compra es troba al final d'una seqüència d'activitats quotidianes que ve fixada per les hores de treball o d'estudi. Les botigues han d'estar obertes en aquells moments que els clients hi poden anar. No abans, ni després. Només si aconseguim tibar la corda des del començament, avançant l'hora de sortida de la feina, els i les comerciants podran fer una passa més per aproximar-se als horaris europeus. Ells serien els primers beneficiats.

NÚRIA BALADA

presidenta de l'Institut Català de les Dones

Trobar temps dins del temps per a les dones

La reforma horària permet avançar en els principis de la Llei d'igualtat efectiva de dones i homes pel que fa a l'equilibri entre el treball de mercat i el treball de cura, la coresponsabilitat i també en l'apoderament de les dones.

En el marc de la 4a Setmana dels Horaris, l'Institut Català de les Dones (ICD) i la RH vam endegar la iniciativa Trobar temps dins del temps per a les dones per

debatre sobre la RH des d'una perspectiva de gènere i contribuir a fer-la efectiva promovent que les associacions de dones siguin motor del canvi de les mesures que cal implementar i que contribueixen al benestar de les dones.

Es van organitzar sessions per al debat de les propostes del Pacte nacional de la RH des de la perspectiva de gènere en l'àmbit del teixit productiu, l'administració, l'educació (-18 i +18 anys), el comerç i el consum, la cultura i l'oci (a l'audiovisual, l'associacionisme i l'esport), la salut, i la mobilitat.

En elles es van donar a conèixer les propostes del Pacte nacional de la RH que beneficien les dones a les representants de l'associacionisme femení per tal que les divulgessin a les associades i a d'altres àmbits d'actuació i influència.

El document base de treball d'aquestes sessions va ser elaborat per la RH i l'ICD, a través del Consell Nacional de Dones de Catalunya. Alguns dels beneficis del Pacte per a la RH són: disposar de millor salut i qualitat de vida, més temps lliure, la recuperació del valor del son, el desenvolupament de la carrera professional, l'augment del co-lideratge i més coresponsabilitat i temps de cura compartit.

MONTserrat FLORES

regidora de Participació, Ciutadania i Transparència de l'Ajuntament de Reus

La reforma horària: un canvi social des del debat col·lectiu

Cadascú de nosaltres té dret a un ritme de vida diari assumible i saludable, però no el podem exercir si no s'enfoca col·lectivament. No ets només tu qui pateix per no poder conciliar la teva vida laboral, personal i familiar. I la causa no és la teva situació personal: ben al contrari, és estructural.

Com a fenomen estructural cal afrontar-ho: fomentant la sensibilització envers el problema (són moltes les persones que encara no han visualitzat com a anormal la situació que vivim), informant sobre totes les seves derivades i conseqüències (a través de tots els canals i llenguatges possibles), impulsant el debat públic i promovent que els agents econòmics i socials prenguin partit i no siguin una rèmora davant dels canvis que col·lectivament vulguem impulsar.

És per això que en el marc del procés participatiu organitzat per la Generalitat de Catalunya i de les accions municipals per la reforma horària, a Reus vam engegar el 2016 un seguit de xerrades per sensibilitzar sobre els reptes i les oportunitats que ofereix la reforma horària (a les persones, les empreses, les comunitats educatives, la salut) i vam fer una prova pilot al llarg de la setmana dels horaris (fomentar una aturada per dinar en algun organisme i avançar d'hora les activitats socials).

Aquella setmana va posar les bases sobre els canvis que la ciutat ha d'anar fent progressivament. Reus, una ciutat que bull diàriament d'activitat econòmica, associativa, cultural i política, i on se solapen els horaris comercials i socials, és un bon exemple de la necessitat de debatre col·lectivament per tal que les diferents realitats que conviuen en una mateixa comunitat siguin exposades i analitzades sense prejudicis.

Fa una dècada es van començar a avançar les activitats culturals de les 20h a les 19.30h; ara, cada vegada és més habitual que s'organitzin a les 19h. Cal encara recórrer molt de camí en els altres àmbits ciutadans.

FRANCINA ALSINA

presidenta de la Taula d'Entitats del Tercer Sector Social de Catalunya

El Tercer Sector i la reforma horària

Les més de 3.000 entitats socials del país podem, i volem, participar en la iniciativa de país per impulsar una nova cultura del temps. Les entitats socials també ens hem mostrat a favor de models més eficients i més flexibles per atendre les noves necessitats socials, i consolidar el “factor temps” com a nova mesura de llibertat, equitat i benestar. La reforma horària és una iniciativa ciutadana que proposa l'impuls de canvis horaris perquè puguem gaudir de més llibertat en la gestió del nostre temps perquè sincronitzant els hàbits horaris amb els de la resta del món i amb un ritme més ordenat aconseguirem guanyar temps al temps i, en definitiva, millorar en salut i qualitat de vida.

Les entitats socials del país posem al centre de la nostra acció, la persona, i en conseqüència el seu benestar. És per aquest motiu que el Tercer Sector Social li sobren motius per portar com a bandera la reforma horària per seguir sent un agent clau i pioner en la transformació social.

La reforma horària impulsa uns hàbits horaris cívics, potenciant la igualtat entre les persones, les nostres capacitats de bona relació i, sobretot, la nostra salut i benestar. La reforma horària no ens agafa amb el peu canviat a moltes entitats socials: la Fundació Joia, Suara, Càritas Girona... son només tres exemples d'entitats socials que han fet passos efectius per impulsar la reforma horària en diferents aspectes del dia a dia. Serà quan la taca d'oli es faci més gran, quan ens ho creiem de veritat i quant siguem molts que la reforma horària serà una realitat. Serà millor per a tothom, serà millor per al país.

MÀRIUS SERRA

periodista i escriptor

Hora et labora

Soc partidari de la reforma horària. Les hores dels àpats marquen el ritme d'una societat. Només cal viatjar una mica per veure que, per aquests verals, hem sucumbit a la mol·lície. Acumulem retards per pura desídia i acabem fent les coses a quarts de quinze, com si fóssim la Renfe. Els prejudicis de la mediterraneïtat mal entesa han comportat que resulti molt mal vist dinar o sopar d'hora. De guiris. Com si ajornar el moment de posar-s'hi comportés un exercici de llibertat quan, en realitat, la dilatació de les hores del dia repercuteix en la contracció de les de la nit.

Guardo molt bons records de les estades que, durant l'adolescència, feia a la Gran Bretanya. A banda de la immersió lingüística, que n'era el principal objectiu, em vaig acostumar al seu horari. Recordo un concert dels Pere Ubu, un grup americà de so underground que llavors m'encantava. Era un dimarts, havent sopat. Uns teloners van escalfar l'ambient i després va sortir el bèstia de David Thomas al capdavant de la banda i van fer un concert memorable. El vaig saltar tot des de les primeres files, com si tingués una molla als peus. La cridòria era espectacular, els decibels eixordadors. Les noies pujaven a collibè dels nois i es treien la samarreta. Quan va acabar el concert estava extenuat. Tenia la sensació que eren les quatre de la matinada. Però no. Eren les deu tocadés. Vam sortir a respirar i vam tornar a casa en metro. L'endemà era dimecres. Em vaig llevar a la mateixa hora de sempre, vaig esmorzar les mateixes porqueries de sempre i me'n vaig anar a l'escola a fer les classes com cada dia. Què hi guanyem de fer les coses més tard?

JORDI CRUZ

president del Sindicat de Metges de Catalunya

El temps, un factor clau de salut

Després d'anys de treball per part de diferents plataformes i iniciatives, el debat sobre la necessitat de racionalitzar els horaris laborals i vitals sembla que ha acabat arrelant a nivell social i polític. No obstant això, en l'àmbit empresarial encara hi ha reticències a l'hora de revisar l'organització del temps de treball i les empreses de salut no en són una excepció. La nostra cultura laboral segueix anquilosada en els anys de la producció fabril i el presencialisme

encara s'associa a productivitat. La realitat, però, és que l'adopció de jornades que permetin alliberar temps per a la vida personal, familiar i social no només suposa un benefici físic i emocional per als treballadors, sinó que també es tradueix en major eficiència, competitivitat, motivació i rendiment professional, tal com han demostrat totes les experiències de reforma horària.

Diferents estudis de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) certifiquen que el temps és un condicionant de salut i benestar de primer ordre. Les jornades laborals inacabables, l'estrès, la manca de son, l'ansietat... són causants directes de problemes físics (cardiopaties, trastorns digestius, augment de la pressió arterial, trastorns múscul-esquelètics) i psicològics. Per contra, disposar de més temps personal per a les relacions familiars i socials, per a l'oci, per a la pràctica de l'esport i d'aficions, per a la participació comunitària... millora la qualitat de vida i, en conseqüència, la salut de les persones. En aquest sentit, no podem oblidar que els professionals sanitaris també han de poder accedir a horaris més saludables que facilitin la conciliació, sense que això vagi en detriment de l'accessibilitat dels serveis. El sistema sanitari hauria de ser exemple i implantar la reforma horària en els seus propis treballadors perquè siguin també motor de canvi i impulsors d'hàbits beneficiosos per a la salut de la població.

AGÈNCIA USTED

“La vida que t'espera”: la campanya de la reforma horària

Per a tots els membres de l'agència Usted ha estat un honor participar en una campanya per a un tema tant important com la reforma horària. La publicitat és un sector que tradicionalment ha estat maltractat pel que fa als horaris i, per tant, hem volgut contribuir tant com hem pogut a l'èxit de la campanya.

El procés va ser força interessant perquè vam poder disposar de l'assessorament de Fabian Mohedano, diputat i promotor de la reforma horària a Catalunya, i Salvador Cardús, doctor en Sociologia i periodista. A través de diferents sessions de treball vam poder conèixer tots els avantatges que suposa la implantació de la reforma horària i vam anar desenvolupant un concepte creatiu que funcionaria com a eix de la campanya.

“La vida que t'espera” va ser la verbalització triada per explicar aquest concepte, una frase carregada de positivisme i il·lusió que serviria per fomentar el debat al voltant de la reforma. A partir d'aquí vam haver de treballar profundament la idea i vam crear unes quantes idees visuals per explicar els canvis que la reforma horària suposaria en la vida dels ciutadans.

Per dur a terme aquests visuals vam pensar que Màgoz, un il·lustrador que seguïem des de feia temps, seria ideal. El seu estil colorista, sintètic i conceptual

era perfecte per al to que necessitava la campanya. Volíem crear imatges que fossin atractives per a gent de totes les edats, ja que la campanya s'adreçava al conjunt de la ciutadania.

Màgoz és català però viu a Hèlsinki, i vam treballar gran part de la campanya per mitjà de correus electrònics i Skype. Ràpidament ens vam entendre i vam esbossar les diferents imatges que acabaria animant José Lorenzo, col·laborador habitual de Màgoz. En l'espot també hi va col·laborar el músic Noizes, que va acabar d'arrodonir la peça. Les diferents situacions que explicava l'espot també es van traduir en diverses peces gràfiques, que van ser publicades tant en premsa com en mitjans exteriors.

A part de la rellevància que la reforma horària va adquirir als mitjans de comunicació, la nostra feina també va ser recompensada amb diferents premis a la Nit Laus de l'Associació de Dissenyadors Gràfics de Catalunya: un or en gràfica publicitària i un bronze per l'espot.

SÒNIA BARDAJÍ

presidenta de la Federació Estatal de Famílies Monoparentals i de la Federació Catalana de Famílies Monoparentals

Usos del temps a les famílies monoparentals

La situació de les famílies monoparentals en l'actualitat respecte a l'ús del temps és molt complicada en diferents àmbits. A l'estructura familiar són molt importants els hàbits familiars i poder estar estones qualitatives en família. En el cas de les famílies monoparentals ocorre que, en estar sola la persona cuidadora - que acostuma a ser dona perquè la gran majoria són mares -, els fills també solen estar a vegades sols a casa essent els nens molt petits (3-4 anys). Quant a l'alimentació, molts dels nostres fills no poden gaudir d'àpats en família, les mares arriben molt tard de treballar i no poden sopar amb els seus fills o aquests es troben que s'han d'escalfar el sopar que els han deixat des de primera hora del matí i moltes vegades acaben no fent-ho.

La gran majoria de les famílies monoparentals ens trobem en situació d'extrema pobresa i, quan no tenim família extensa, no tenim recursos per pagar cuidadores que ajudin en la cura dels nostres fills, cosa que ens porta a situacions de veritable caos. En el tema de l'alimentació els horaris són importantíssims per poder fer família, per poder dinar i sopar junts, ja que es donen molts casos de malnutrició i obesitat (vinculada a la malnutrició) per la manca d'àpats en família.

Quant a la salut, estem vivint situacions molt complexes a les famílies mono-

parentals. Quan els infants cauen malalts, les dones de famílies monoparentals han de mentir per no perdre el lloc de treball dient que és la mare mateixa la que no es troba bé, i com hi ha molts casos en què les feines són precàries, moltes d'aquestes dones acaben perdent la feina. És per això que cal una reforma en què els horaris dels centres escolars i els horaris de les empreses estiguin conjugats.

Moltes de les famílies monoparentals ens trobem vivint situacions d'estrès, per la feina, la precarietat, els horaris i la conciliació, cosa que porta que algunes d'aquestes "mares soles" acabin patint tensió per "no poder més". Això ha fet augmentar els casos de càncer de pit, com alerten informes recents.

Pel que fa a l'educació, molt cops es dona el cas que els horaris són incompatibles amb la feina. Per això considerem que l'escola hauria de ser també una eina d'acompanyament a aquestes famílies, amb extraescolars gratuïtes i facilitant l'accés de l'alumne a activitats a l'escola perquè no estigui tantes hores sol a casa; això també rebaixaria l'estrès de la mare. Les famílies monoparentals estem preocupades per l'elevat índex de fracàs i abandonament escolar que es dona a les nostres famílies. En molts casos la mare no té temps d'ocupar-se dels seus fills ni de seguir-ne els estudis, degut a les càrregues que ja té.

Amb tot, el gran tema a les famílies monoparentals és la situació laboral que pateixen. Hi ha una manca absoluta de conciliació entre la vida familiar i laboral. Cal que les famílies monoparentals puguin optar a dedicar gran part del seu temps al teletreball. Altres mesures importants serien les bonificacions fiscals per empreses amb flexibilitat horària, bossa d'hores, compactar l'horari laboral, l'administració on-line, i el citat teletreball, que seria la solució de l'ofec constant de moltes de les nostres famílies.

El desenvolupament de noves reformes horàries tindrà un efecte positiu per refermar els vincles amb els fills i disposar de temps de qualitat.

El millor regal que podem donar als nostres fills és "TEMPS", temps de qualitat i estimació.

JOSEP CARNÉ

president de la Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya (FATEC)

Gent gran i reforma horària

Quan es parla de reforma horària la majoria de persones grans pensem que no ens afecta, perquè hem cregut que en jubilar-nos seríem amos del nostre temps per gaudir-lo sense que ningú ens el condicionés, però la realitat és que formem part d'aquesta societat que està immersa en un món d'estrès, que viu amb un ritme frenètic i, finalment, en som actors principals.

Els avis som els comodins en la logística familiar del dia a dia. Tot com a conseqüència de la incompatibilitat entre els horaris escolars i els laborals. És allò que es denomina “Avis/àvies per tot”. I això és perquè la societat té la imatge que els avis no estan tan estressats i ocupats com els pares i generalment són companys disponibles i disposats per donar una atenció exclusiva als néts.

Però cal trobar l'equilibri entre les nostres responsabilitats familiars i els nostres drets individuals, com també poder regular i ponderar el que és una obligació amb l'alegria i el gaudi.

Potser s'ha canviat aquella idea que els pares són per educar els fills i els avis per gaudir-los. En l'actualitat són els avis qui han de fer d'educadors i els pares qui els gaudeixen el cap de setmana.

Els avis hem d'assumir aquest rol, ja que amb les hores que passem amb els néts hem de fer alguna cosa més que ser simples espectadors del seu dia a dia i cal adoptar un paper més actiu en la seva educació diària.

Per tant és necessari que en el moment d'implementar solucions es tinguin en consideració les necessitats tant de les empreses i institucions com de tots els actors socials i culturals, i entre ells el paper que hi juguem la gent gran.

ALTAVEU

A. LA SETMANA DELS HORARIS

La Setmana dels Horaris (12 al 18 de juny) constitueix una oportunitat excepcional per presentar els reptes del país quant a la transformació de l'organització del temps de vida quotidiana. És un espai per plantejar alternatives a la ciutadania, el teixit productiu i les institucions públiques amb l'objectiu d'incloure un canvi d'estructures i cultural.

Des de la Setmana dels Horaris es vol incidir en la reforma dels horaris de manera que s'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 d'equitat i benestar.

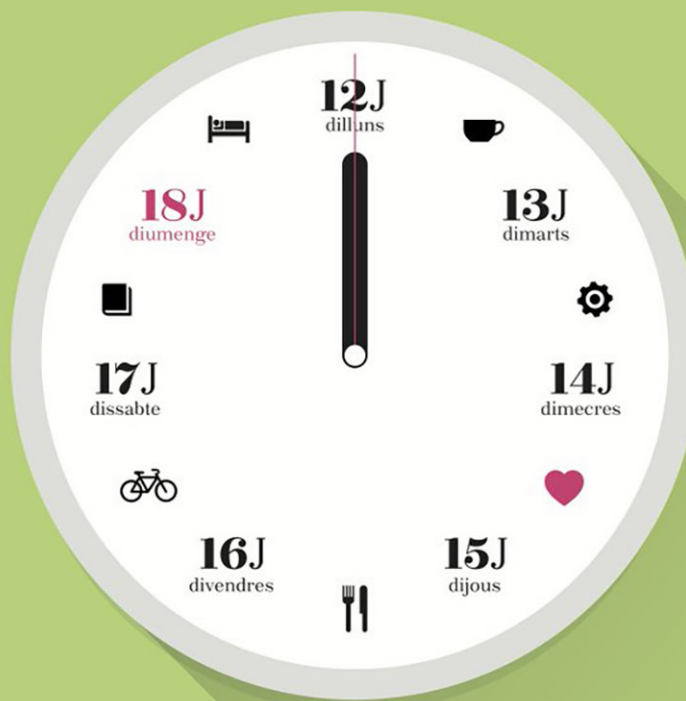
Està constituïda per accions principalment mediàtiques amb una finalitat de sensibilització. Vol garantir la implicació dels diferents actors claus en l'acceleració del canvi i de territoris ja compromesos. Està dirigida a donar a conèixer els avantatges econòmics, ambientals i socials, així com idees per transitar cap a un moment zero de reforma horària.

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

Enguany se n'ha celebrat la quarta edició. La primera edició va tenir lloc al setembre de 2014. Ha tingut una vocació de duració de 4 anys, fins el 2017, moment en què es preveu l'impuls de la reforma horària. És un esdeveniment que s'emmarca en les accions que impulsa la Iniciativa per a la reforma horària i que compta amb el suport institucional de la Generalitat de Catalunya, a través de l'Acord de Govern del 18 de març de 2014.

4a Setmana dels Horaris

del 12 al 18 de juny de 2017



Dimarts, 6 de juny

Comissió de Reconeixement Respon.cat a bones pràctiques empresarials de reforma horària

Organitza: Respon.cat, Consell de Cambres (Avinguda Diagonal, 452), Barcelona, 11:00h a 12:00h

Dissabte, 10

“Causes i efectes d’una reforma horària a Catalunya”, xerrada amb Jordi Ojeda

Organitza: L’Escriba. Participa l’Ateneu, Ateneu de Manlleu (carrer d’Enric Delaris, 59), Manlleu, 18:00h-19:30h

Dilluns, 12

Presentació de la 4a. Setmana dels Horaris, amb la Consellera de la Presidència del Govern, Neus Munté; diàleg amb Màrius Serra, Salvador Cardús i Fabian Mohedano sobre el llibre “D’on trec el temps” Presentació de l’Anuari 2016 de la reforma horària Presentació de l’evolució dels treballs del Pacte Nacional per a la reforma horària

Organitza: Departament de la Presidència del Govern, Sala Martí l’Humà dins del MUHBA (Museu d’Història de Barcelona, Plaça del Rei, s/n, Barcelona), 12:00h- 13:15h

Dimarts, 13

Presentació dels materials de la campanya “Temps dins el temps per a les dones”

Organitza: Institut Català de les Dones (ICD) i reforma horària
Avançament a les 8:30h del matí l’horari de l’Oficina d’Atenció Ciutadana per facilitar l’atenció a les persones que marxen fora de Premià de Mar per estudiar o treballar.
Ajuntament de Premià de Mar

“L’impacte del son en la salut”, xerrada de Javier Albares

Organitza: Promoció Econòmica, Desenvolupament Local i Turisme de l’Ajuntament de Girona i “Xarxa Gironina per a la reforma horària”, Centre Cultural La Mercè (Pujada de la Mercè, 12), Girona, de 15h a 16h

Dimecres, 14

Conferència de Salvador Cardús “Posem-nos a l’hora. Les raons d’una reforma horària a Catalunya”

Organitza: Aula d’Extensió Universitària, Sala d’actes del Casal l’Amistat de Calella (C/Església 203), Calella, 18:30h

Dijous, 15

Avançament a les 8:30h del matí l’horari de l’Oficina d’Atenció Ciutadana per facilitar l’atenció a les persones que marxen fora de Premià de Mar per estudiar o treballar, Ajuntament de Premià de Mar Publicació de les dades estadístiques de l’enquesta interna al personal sobre la reforma horària, Ajuntament de Premià de Mar Conferència de Fabian Mohedano a ARAG

Organitza: ARAG
Seu ARAG (Carrer de Roger de Flor, 16), Barcelona, 9:30h-11:00h

“Millorar l’ús social del temps: les dones i la reforma horària”, a càrrec de Cristina Sánchez Miret, sociòloga i professora de la Universitat de Girona

Organitza: Xarxa de Bancs del Temps de l’Associació Salut i Família, Associació Salut i Família (via Laietana, 40, principal 1a.), Barcelona, de 15h a 16:30h

Divendres, 16

“Ritmes de la vida. L’impacte dels horaris dels descansos en la salut la qualitat de vida i la productivitat de les organitzacions”, a càrrec de Javier Albares, Trinitat Cambras i Fabian Mohedano

Organitza: Softmachine, Recinte

Modernista de l'Hospital de Sant Pau (Carrer de Sant Antoni Maria Claret, 167), Barcelona, de 9h a 11h

**Jornada Anual de la Xarxa NUST
“Com tenir cura de la salut a les nostres organitzacions: salut mental i treball”**

Organitza: Xarxa NUST, Edifici MediaTIC (Carrer Roc Boronat, 117), Barcelona, de 9h a 13h

**Cloenda de la Setmana dels Horaris
Inauguració de la jornada a càrrec del Sr. Josep Ginesta, secretari general del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies**

Cloenda amb la consellera de Treball, Afers Socials i Famílies, Dolors Bassa

Presentació dels projectes d'impuls laboral de la reforma horària amb patronals, agents socials i escoles de negocis

Organitza: Departament de Treball, Afers Socials i Famílies
Auditori Palau Moja (carrer de la Portaferrissa, 1), Barcelona, de 12:30h a 13:40h

Cafè-tertúlia sobre la reforma horària amb Fabian Mohedano a Viladecavalls

Organitza: ERC Viladecavalls, Bar Punt Blau (carrer Antoni Soler i Hospital, 5), Viladecavalls de 19h a 20h

Dissabte, 17

2a. Festa del Temps

Organitza: Bancs del Temps, Parc de la Barceloneta (“de la Catalana”), Barcelona, de 10 a 21h

Dilluns, 19

Conferència de Salvador Cardús “Posem-nos a l'hora. Les raons d'una reforma horària a Catalunya”

Organitza: Aula d'Extensió Universitària de Les Corts, Aula d'Extensió Universitària de Les Corts (c/Dolors Masferrer, 33-35, Barcelona), 17:15h

Durant tota la Setmana

Presentació dels materials de la campanya “Temps dins el temps per a les dones”

Organitza: Institut Català de les Dones (ICD) i reforma horària
Campanya #tempsxterrassa sobre la reforma horària.

Durant la 4a. Setmana dels Horaris, les darreres sessions del cinema Catalunya (Terrassa) començaran a les 21:15h i a les 21:30h a cada sala (mitja hora abans de l'habitual).

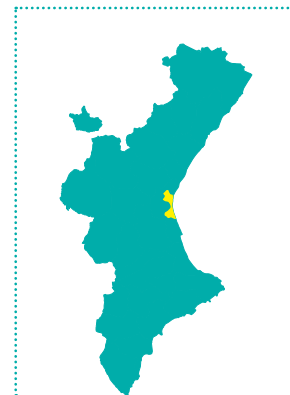
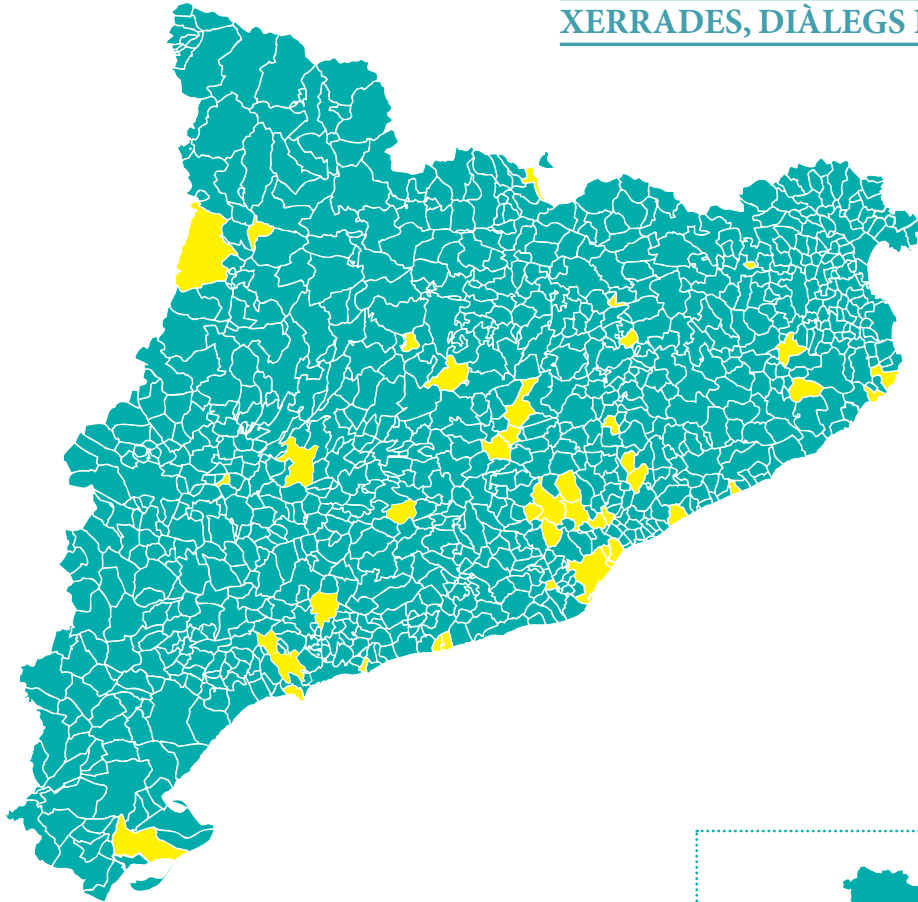
B. ACTES, CONFERÈNCIES I XERRADES

CIUTATS ON S'HA FET LA XERRADA

Altafulla (1)	Puigcerdà (1)
Ampostà (1)	Reus (3)
Badalona (1)	Rubí (1)
Barcelona (55)	Sabadell (1)
Besalú (1)	Sallent (1)
Calella (1)	Salou (1)
Cardona (1)	Sant Adrià de Besòs (1)
Cassà de la Selva (1)	Sant Fruitós de Bages (1)
Castellar del Vallès (1)	Sant Martí de Tous (1)
Centelles (1)	Sant Quirze de Besora (1)
Cunit (1)	Santa Coloma de Cervelló (1)
Cubelles (1)	Santa Coloma Gramenet (2)
El Aleixar (Baix Camp) (1)	Santa Perpètua de la Mogoda (1)
Girona (2)	Solsona (1)
La Garriga (1)	Tàrrrega (1)
La Pobla de Segur (1)	Tàrrrega (1)
Les Franqueses del Vallès (1)	Terrassa (7)
Manlleu (1)	Tremp (1)
Manresa (1)	Valls (1)
Mataró (1)	Viladecavalls (1)
Mollerussa (1)	
Mollet (1)	
País Valencià (1)	
Palafrugell (2)	
Palamós (3)	

109

TOTAL DE CONFERÈNCIES,
XERRADES, DIÀLEGS I DEBATS:



C. IMPACTES

IMPACTES TELEVISIÓ

- Programa Sindical CCOO, capítol 237, TV3, 15 de gener
- El món local i la reforma horària, TV3, 4 de març
- Taula d'actualitat política (2/2) sobre l'IVA cultural i la reforma horària, TV3, 31 de març
- Un pas més cap a la reforma horària, CCMA, 31 de març
- Les dones, TV3, 12 de juny
- La reforma horària es retarda al 2025, TV3, 12 de juny
- Niños en la oficina, La Vanguardia Youtube, 27 d'octubre
- La reforma horària posa rumb al 2025, Beteve TV, 17 de juliol
- Els horaris de Rodalies i els d'Europa, al comentari d'Empar Moliner, TV3, 17 de juliol
- Pacte per a la reforma horària, TV3, 18 de juliol
- Reconeixement Respon.cat 2017 a les bones pràctiques de reforma horària: Parlament de Catalunya, Youtube Respon.cat, 15 de novembre

IMPACTES TELEVISIÓ SETMANA DELS HORARIS

- Reforma horària: Comerç i Consum, Youtube Ajuntament de Terrassa, 9 de juny de 2017
- Reforma horària: Salut i Cronobiologia, Youtube Ajuntament de Terrassa, 9 de juny de 2017
- La reforma horària no arribarà, almenys, fins el 2025, Canal Terrassa, 13 de juny
- Reforma horària: Treball i economia, Youtube Ajuntament de Terrassa, 15 de juny
- Reforma horària: Serveis Públics i Administració, Youtube Ajuntament de Terrassa, 16 de juny
- Acte Cloenda reforma horària, Youtube Ajuntament de Terrassa, 16 de juny

IMPACTES PREMSA

- La reforma horària: proposta factible o etern desig?, Magda Gregori, raco-catala.cat, 4 de gener
- La indústria de la nit pone pegats a la reforma horària, hostaleria.cat, 4 de gener
- Fabian Mohedano parla a Valls sobre la iniciativa destinada a la reforma horària, El Portal Nou, 17 de gener
- Més de 100 municipis catalanes se conjuren per impulsar la reforma horària, El Periódico, 18 de gener
- Reforma horària, treballador motivat, El Periódico, 18 de gener
- Conesa reclama que s'adhereixin més municipis a la Xarxa per la reforma horària, Aldia.cat, 18 de gener
- ¿Nuevo horario en España?, Protección Laboral.com, 18 de gener
- Reforma horària, treballador motivat, El Periódico, 18 de gener
- Més de 100 municipis s'han adherit a la reforma horària, El Punt AVUI, 19 de gener
- Amb l'Inventari reforma horària s'aconsegueix un diagnòstic acurat de la situació de l'entitat i de la percepció de les persones que la integren, Xarxanet.org, 19 de gener
- Ni reunions ni e-mails a partir de les 18 hores. Més de cent municipis catalanes se adhiereixen a la Reforma Horària, La Vanguardia, 19 de gener
- Resultados 2016: A GAES se li salen los números, Audio en portada, 31 de gener
- Catalunya apuesta por el horario europeo, El Huffington Post, 2 de febrer
- El 82,3% de los españoles quiere una jornada laboral más europea, según el barómetro 'Ulises', 20minutos.es, 2 de febrer
- El comercio de Reus pide que otros sectores se sumen a la reforma horaria, Diari de Tarragona, 4 de febrer
- Eurofirms implanta nuevos horarios para contribuir al bienestar del equipo, Eurofirms.es, 10 de febrer
- Fabian Mohedano (reforma horària): "Hem de recuperar que les vuit del vespre sigui l'hora de sopar", iSabadell 15 de febrer
- La Reforma Horaria y las oportunidades para las familias, superhéroes.es, 16 de febrer
- Fabian Mohedano: "La conciliació de la vida laboral amb la familiar passa per la reforma horària", Petit Sabadell, 16 de febrer
- Foment prepara programa para facilitar el acceso de las de las mujeres a puestos directivos, CEOE.es, 16 de febrer
- Les oportunitats de les famílies amb la reforma horària, Fatec.cat, 19 de febrer
- Catalunya apuesta por el horario europeo, Huffington Post, 26 de febrer
- Caus i esplais ens acostem a la reforma horària, Diari de l'Educació, 29 de febrer
- Cinc criteris per la reforma horària a l'educació, Diari de l'Educació, 2 de març
- Jornada sobre la reforma horària: una oportunitat per a la igualtat, Igualtat Sant Boi, 2 de març
- Participem a la Xarxa Gironina per a la reforma horària, es presenta el pla de treball 2017, Iglésies.com, 3 de març
- La red NUST reflexiona sobre la Reforma Horaria, El Digital Barcelona, 4 de març
- Més del 60% de metges amb fills menors té dificultats per conciliar, Al Dia, 7 de març
- Cinc criteris per la reforma horària a l'educació, Diari de l'Educació, 7 de març

- Gare au dérèglement de notre horloge biologique avec le passage à l'heure avancée!, RCINET.ca, 7 de març
- Diez medidas concretas para racionalizar los horarios españoles, gaceta.es, 10 de març
- “Dejemos de perder el tiempo” la revolución en marcha de Ignasi Buqueras y Jorge Cagigas, foment.org, 20 de març
- 50 recomendaciones y líneas de actuación concretas para mejorar la conciliación, la corresponsabilidad y la igualdad en España, mamiconcilia.es, 21 de març
- Fabian Mohedano porta a Palamós el debat sobre el projecte de reforma horària, Palamós comunicació, 22 de març
- ¿Por qué algunos países no hacen el cambio de hora de marzo del 2017?, El Periódico, 22 de març
- Petición de suspender el cambio horario de verano y de invierno, El Periódico, 23 de març
- Millorar horaris demana que els empresaris valorin més el temps, La Vanguardia, 24 de març
- Prats de Lluçanès estudia implantar el curs que ve la reforma horària en l'àmbit de l'educació, Nació Digital, 24 de març
- ‘Si se cambian los horarios, habrá menos divorcios y fracaso escolar’, Diari de Tarragona, 25 de març
- El cambio de hora no sienta bien a todo el mundo, El Periódico, 25 de març
- El Gobierno estudia reconocer el derecho a la ‘desconexión digital’ una vez acabe la jornada de trabajo, Diario.es, 27 de març
- Un pas més cap a la reforma horària, CCMA, 31 de març
- Así sería un día en la reforma horaria, El Periódico, 31 de març
- Munté afirma que la reforma horària és necessària “per a la construcció d'un país millor, més just i més lliure”, prensa gencat, 31 de març
- Compactar la jornada, tancar botigues abans i menjar en hores saludables, El Punt AVUI, 31 de març
- Reforma horaria, de la revolució a la prudencia, La Vanguardia, 1 abril
- Dinar a les 13:00 i tancar el comerç a les 19:30 h algunes idees per a la reforma horària, Diario.es, 1 d'abril
- Els set punts per entendre la reforma horària, Social.cat, 1 d'abril
- La Generalitat no podrà obligar les empreses a controlar els horaris, Diari ARA, 7 d'abril
- Esther Sánchez: “Si tenim temps per cuidar-nos, tindrem una societat més sana i menys despesa sanitària”, Via Empresa, 8 d'abril
- La red de centros Eurofirms se adelanta a la reforma horaria, Diari de Terrassa, 13 d'abril
- Racionalizar el calendario escolar podría ayudar al alumnado en desventaja social, Diario de la educación, 24 d'abril
- “Cenar a las ocho de la noche nos permite dormir más, estar más sanos, ser más productivos, más creativos y más felices”, soycomosoy.com, 19 de maig
- Mohedano parlà a Cardona sobre la reforma horària, Nació Manresa, 1 de juny
- Pacto para la reforma horària: una oportunidad de mejorar la vida de niños, niñas y adolescentes, Institut infancia, 1 de juny
- ¿Reforma horaria en Cataluña? Estado de la cuestión, Elblogdecuchiaguilera.com, 1 de juny
- Els treballadors de comerç insten el Govern a aplicar la ‘reforma horària’ i no permetre obrir fins a les 10, Diari Treball, 6 de juny
- El Senado insta al Gobierno a adelantar el ‘prime-time’ de las televisiones, 20 minutos.es, 6 de juny
- Horaris més humans, El Punt AVUI, 6 de juny
- El ICD defiende los beneficios de la Reforma Horaria para la igualdad de género, El Mundo, 14 de juny
- ARAG se suma a la Reforma Horaria, contribuyendo a establecer las bases de un cambio en la gestión del tiempo en Cataluña, ARAG.es, 15 de juny
- El emprendimiento discrimina a la mujer, UOC.es, 30 de juny
- Revelados los ganadores de los Laus 2017, graffica.info, 30 de juny
- ARAG se suma al proyecto catalán para la reforma horaria, 15 de juliol
- Goodbye long lunches – Catalonia moves to shorter working days, The Guardian, 17 juliol
- La UGT de Catalunya signa el Pacte per a la reforma horària, UGT.cat, 17 de juliol
- L'Ajuntament de Barcelona signa el Pacte per a la reforma horària, Ajuntament de Barcelona, 17 de juliol
- Le “rythme à l'espagnole” serait néfaste pour la santé et la vie sociale, Ouest.france, 29 de juliol
- Objectiu 2025: El Pacte per a la reforma horària per una millora a la

- qualitat de vida, Pimealdia.com, 17 de juliol
- El Govern signa els acords per iniciar el procés de reforma horària, RAC 1, 17 de juliol
 - Cecot Comerç dona suport a la reforma horària però manté la demanda d'ampliació dels horaris comercials de 72 a 75 hores, Cecot.org, 25 de juliol
 - Call for Catalan workers to take shorter lunch breaks, político.euro.com, 17 de juliol
 - En què consisteix la reforma horària?, El Nacional, 17 de juliol
 - L'oposició en ple rebutja el Pacte per la reforma horària, El Periódico, 17 de juliol
 - L'Associació signa el Pacte per a la reforma horària, Aedipe Catalunya, 18 de juliol
 - L'Associació Salut i Família signa el Pacte per la reforma horària, Salutifamilia.es, 17 de juliol
 - Empreses de perfils diversos disposades a canviar els hàbits, Diari de Girona, 18 de juliol
 - Signat el Pacte per la reforma horària, ACEB.cat, 17 de juliol
 - La Generalitat signa el Pacte de la reforma horària, Segre.com, 17 de juliol
 - Catalunya camina cap a una nova cultura del temps, Mon Planeta, 17 de juliol
 - Més de cent organitzacions i entitats catalanes signen el Pacte per la reforma horària, e-colonies.cat, 17 de juliol
 - Més d'un centenar d'entitats signen el Pacte per a la reforma horària, consorci.org, 17 de juliol
 - Reforma horària: preparats, llestos, va!, Vilaweb, 17 de juliol
 - ACPRI signa juntament amb 110 organitzacions i entitats el Pacte per a la Reforma Horaria, ACPRI, 17 de juliol
 - La UIC, entre les entitats signants del Pacte per a la reforma horària, Cugat.cat, 17 de juliol
 - Catalunya también quiere independencia horària, La Razón, 17 juliol
 - L'alcalde de les Franqueses signa el Pacte per a la reforma horària, lesfranqueses.cat, 17 de juliol
 - Pacte per a la reforma horària, gnomótica.com, 17 de juliol
 - C's, PSC, CSQP i PP decideixen no signar el Pacte per la reforma horària, El Món, 17 de juliol
 - Unos horarios más europeos en Cataluña, Ser Cataluña, 17 de juliol
 - La CCMA firma el Pacte per a la reforma horària, CCMA, 17 de juliol
 - El Govern y la CUP firman la reforma horaria de Cataluña, Crónica Global, 17 de juliol
 - 110 actores económicos y sociales secundan la Reforma Horaria con una macrofirma, Diari de Tarragona, 18 de juliol
 - Reforma horària: Pagar amb temps, produir més, Diari de Girona, 18 de juliol
 - La Unió signa el Pacte per la reforma horària promogut per la Generalitat de Catalunya, uch.cat, 18 de juliol
 - El 'procés' avanza, la reforma horaria puede esperar, El País, 18 de juliol
 - FANOC signa el Pacte per a la reforma horària, FANOC.org, 24 de juliol
 - Cecot apoya la reforma horaria y la ampliación comercial de 72 a 75 horas, La Vanguardia, 25 de juliol
 - La Taula del Tercer Sector se suma al Pacte per la reforma horària, Taula Entitats del Tercer Sector, 26 de juliol
 - «Merlí» canviarà el seu horari d'emissió, adolescents.cat, 27 de juliol
 - La reforma horària ja és una política pública, Social.cat, 7 d'agost
 - ¿Cuál es el horario ideal para un sanitario?, Redacción Médica, 13 d'agost
 - Comercio catalán deberá cerrar a las 21 horas como máximo a partir de mañana, invertia.com, 30 de setembre
 - Comercio catalán deberá cerrar a las 21 horas como máximo a partir de mañana, aldia.es, 30 de setembre
 - Comienza el horario de invierno para el comercio catalán, El Economista.es, 30 de setembre
 - A partir de octubre se inicia el horario comercial de invierno, corhorta.com, 6 d'octubre
 - El nuevo horario comercial en Cataluña reduce las horas de apertura de las tiendas, idealista.com, 6 d'octubre
 - La conciliación imposible, La Vanguardia, 4 d'octubre
 - La implicación masculina en la crianza aumenta, pese al escaso apoyo legal, El periódico, 13 d'octubre
 - Este es el tiempo que mujeres y hombres dedican a trabajar y a cuidar, ElDiario.es, 17 d'octubre
 - Las redes sociales, los cafés y las largas comidas alargan el horario laboral, Cinco Días, 17 d'octubre
 - El Pacte per a la reforma horària farà que el tercer sector també tingui uns

horaris més europeus, Xarxanet.org, 27 d'octubre

- Canvi d'hora de l'octubre del 2017: ¿Quan és i en què t'afectarà?, El periòdic, 27 d'octubre
- Vivimos en un jetlag permanente y un desfase de dos horas respecto a Europa, La Vanguardia, 29 d'octubre
- Els bons hàbits de 100 entitats socials s'usaran per impulsar la reforma horària al tercer sector, Social.cat, 6 de novembre
- Ceremonia de entrega de los Premios Respon.cat 2017, corresponsables.es, 7 de novembre
- Com serà la vida dels adolescents si es fa la reforma horària?, Adolescents.cat, 9 novembre
- El Fòrum del Talent debat sobre la reforma horària, Regió 7, 11 de novembre
- Más de la mitad de los niños barceloneses creen que no tienen suficiente tiempo libre, ElDiario.es, 13 de novembre
- Més de la meitat dels nens creuen que no tenen prou temps lliure, El Diari de l'Educació, 13 de novembre
- Més temps lliure i més autonomia: les demandes dels nens barcelonins, CCMA, 13 de novembre
- El codi per als nous sistemes horaris, El País.cat, 19 de novembre
- ¿Cambian los horarios y ferias en la Justicia?, Misiones Cuatro, 19 de novembre
- ¿Como afecta la falta de sueño a tu estado de salud?, centrojuliafarre.es, 23 de novembre
- The Making of Reforma Horaria. The Process Behind the Animation, Magoz.com, 23 de novembre

- Resumen programa electoral 21-D: ERC, publicitika, 8 de desembre
- ERC promete rebajar los impuestos a las rentas bajas, El Correo de Burgos, 12 de desembre
- Los niños piden más tiempo con sus padres, Diari de Tarragona, 18 de desembre
- Estar en el trabajo... pero sin estar: el presentismo, un fenómeno en auge en España, El Mundo, 19 de desembre
- ¿Qué proponen los partidos catalanes para el 21D?, blog de asuntos públicos.com, 18 de desembre

IMPACTES PREMSA SETMANA DELS HORARIS

- Pacte per a la reforma horària: una oportunitat de millorar la vida d'infants i adolescents, Elena Sintés, Institut Infància i adolescència, 1 de juny
- "Creiem que els horaris amb els que vivim són normals i no ho són gens, de fet són força irracionals", entrevista a Jordi Ojeda, L'escriva, 5 de juny
- La ley (non nata) de la reforma horaria, Fabian Mohedano, El Nacional, 9 de juny
- La necessitat de menjadors a l'ESO uneix pares i oenagés, La Vanguardia, 9 de juny
- 4a Setmana dels Horaris, Via empresa, 11 de juny
- #tempsxterrassa, El mon.cat, Món

Terrassa, Meritxell Lluís, 11 de juny

- La educación y la reforma horaria, Fabian Mohedano, El Periòdic, 12 de juny
- Els Bancs de Temps celebren la 2a Festa del Temps a la Barceloneta, El mundo empresarial, 12 de juny
- El Pacto por la Reforma Horaria se firmará en julio con el objetivo en 2025, La Vanguardia, 12 de juny
- El Govern firmará en julio el pacto por la Reforma Horaria para alcanzarla en 2025, Europa Press, 12 de juny
- El Govern signarà al juliol el pacte per la reforma horària per aconseguir-la el 2025, Vilaweb, 12 de juny
- La reforma horària no arribarà, almenys, fins el 2025, terrassadigital.cat, 12 de juny

- El Pacte Nacional per a la reforma horària se signarà al juliol i s'aplicarà el 2025, Empordà.info, 12 de juny
- Catalunya aprovarà su reforma horària en julio, Crónica Global, 12 de juny
- El millor horari perquè tanquin les botigues. Article de Fabian Mohedano, Via Empresa, 12 de juny
- El embrujo de despertar cada día, Josep M. Espinàs, El Periódico de Catalunya, 12 de juny
- Els promotors de la reforma horària volen començar a aplicar-la el 2025, Nació Digital, 12 de juny
- La Generalitat preveu adaptar Catalunya als horaris europeus en vuit anys, El País.cat, 12 de juny
- Reforma horària i competències, Fabian Mohedano, Nació Digital, 12 de juny
- Las dudas no resueltas de la reforma horària, El Periódico de Catalunya, 12 de juny
- El Govern se da ocho años para aplicar una inconcreta reforma horària, El Periódico, 12 de juny
- El Govern firmará en julio el pacto por la Reforma Horaria para alcanzarla en 2025, 20Minutos.es, 12 de juny
- El Govern signarà al juliol el pacte per la reforma horària per aconseguir-la el 2025, Al Dia, 12 de juny
- Deixem de perdre el temps, Via Empresa, 12 de juny
- Metges de Catalunya s'adhereix a la "Setmana dels Horaris" per promoure la salut de la ciutadania, Metges de Catalunya, 12 de juny
- 2025: l'any zero de la reforma horària a Catalunya, Diari ARA, 12 de juny
- El Pacte Nacional per a la reforma horària se signarà al juliol per tal que es pugui aplicar al 2025, La Manyana, 12 de juny
- La reforma horària: el canvi d'horaris et pot canviar la vida, CCMA 3/24, 13 de juny
- La reforma horària: entrar a la feina a les vuit, dinar a la una i plegar a les cinc, Diari de Girona, 13 de juny
- La reforma horària s'aprovarà al juliol, però es farà esperar fins al 2025, social.cat, 13 de juny
- #termedelasetmana: trastorn primari del son, termcat.cat, 13 de juny
- El Govern se da 7 años para cambiar de horarios: comer a la una, cenar a las ocho, La Razón, 13 de juny
- La Champions canviarà més els horaris laborals que mil reformes, Diari de Girona, 13 de juny
- Cultura, oci, democràcia..., reforma horària, Fabian Mohedano, El Punt Avui, 14 de juny
- El teixit productiu, el primer accelerador de la reforma horària, Fabian Mohedano, Diari ARA, 14 de juny
- L'Institut Català de les Dones i la reforma horària presenten la campanya "Trobar temps dins del temps per a les dones", ICD, 14 de juny
- La reforma horària: el canvi d'horaris et pot canviar la vida, CCMA, 14 de juny
- L'ICD defensa els beneficis de la reforma horària per a la igualtat de gènere, Vilaweb, 14 de juny
- El ICD defiende los beneficios de la Reforma Horaria para la igualdad de género, El Mundo, 14 de juny,
- El Govern anuncia que el futur Pacte per la reforma horària es compromet a assolir l'Objectiu 2025, Govern.cat, 15 de juny
- ARAG se suma al proyecto catalán para la reforma horaria, Grupo Aseguradora, 15 de juny
- ARAG se suma a la Reforma Horaria, adndelseguros.es, 15 de juny
- Finalitza la 4a. Setmana dels Horaris amb el compromís de sindicats i patronals d'aplicar des d'aquest any mesures per a la reforma horària, Bloc reforma horària, 16 de juny
- Bassa insta a agentes sociales y económicos a implementar la reforma horaria, finanzas.com, 16 de juny
- Tres de cada quatre empreses farien horari europeu si en fes la competència, Diari ARA, 16 de juny
- Girona és un dels municipis que impulsen canvis en el teixit productiu, Diari ARA, 16 de juny
- Els Bancs del temps, una eina més viva que mai, Públic, 16 de juny
- Televisió, empreses i escoles: els grans esculls per a la reforma horària, Nació Digital, 18 de juny
- Temps dins del temps, Cristina Sánchez Miret, La Vanguardia, 18 de juny
- La reforma horària a les empreses: una realitat o una utopia?, Pimealdia.org, 19 de juny
- Educar en la lentitud, Opinió, Fabian Mohedano, Diari ARA, 19 de juny

IMPACTES RÀDIO

- Mohedano: “La reforma horària necessita un gran pacte social”, Ràdio Sant Fruitós, 2 de febrer
- “Desperta Sabadell”, Ràdio Sabadell, 25 de març
- El pacte nacional per la reforma horària se signarà al juliol, però els canvis no s’aplicaran fins al 2025, RAC 1, 12 de juny
- “La linterna”, Cope Catalunya, 13 de juny
- “La ciutat”, Onda Cero, 20 de juliol
- El Matí de Barcelona, Beteve Ràdio, 28 de novembre
- “La conciliació familiar”, El Matí de Barcelona, Betevé Ràdio, 21 de desembre

IMPACTES RÀDIO SETMANA DELS HORARIS

- El Pacte Nacional per a la reforma horària se signarà al juliol per tal que es
- pugui aplicar al 2025, ACN, 12 de juny
- Canvi d’hora del ple municipal del mes de juny a la Seu, Radio Seu, 9 de juny
- La reforma horària es retarda al 2025, CCMA, Informatius Catalunya Ràdio, 13 de juny
- Programa “El meu carrer” a Radio Palau, a Palau-solità i Plegamans, Jordi Ojeda, 14 de juny

F. XARXES SOCIALS


LES 10 NOTÍCIES QUE MÉS HAN INTERESSAT A LA COMUNITAT REFORMA HORÀRIA A FACEBOOK

- 1. (arxiu) Una empresa barcelonina, premiada per tenir un responsable de la felicitat en plantilla, Btv.cat, 27 de gener
- 2. (arxiu) “No tengo ni idea del horario que hacen mis trabajadores”, El Periódico, 12 de març
- 3. La reforma horària: entrar a la feina a les vuit, dinar a la una i plegar a les cinc, Diari de Girona, 12 de juny
- 4. Así sería un día en la reforma horaria, El Periódico, 12 de març
- 5. Deixar-ho tot per anar a viure a la muntanya, Diari ARA, 26 de setembre
- 6. En què consisteix la reforma horària?, El Nacional, 17 de juliol
- 7. (arxiu 2015) Moledano: “Les dones d’aquest país són les més estressades d’Europa”, El Nacional, 10 de juny
- 8. Cuando la flexibilidad en el trabajo empieza por el CEO, Expansion.com, 15 de maig
- 9. Compactar la jornada, tancar botigues abans i menjar en hores saludables, El Punt AVUI, 28 d’abril
- 10. La Generalitat preveu adaptar Catalunya als horaris europeus en vuit anys, El País.cat, 13 de juny

LES NOTÍCIES MÉS REFERENCIADES A TWITTER

- Así sería un día en la reforma horaria, El Periódico, 31 de març
- Tancar abans, reduir el temps per dinar i compactar la jornada: les propostes de la reforma horària, Nació Digital, 31 de març
- Compactar la jornada, tancar botigues abans i menjar en hores saludables, El Punt AVUI, 28 d'abril
- La reforma horària: entrar a la feina a les vuit, dinar a la una i plegar a les cinc, Diari de Girona, 12 de juny
- La Generalitat preveu adaptar Catalunya als horaris europeus en vuit anys, El Pais.cat, 13 de juny
- En què consisteix la reforma horària?, El Nacional, 17 de juliol
- Acabemos con el timo del tiempo de calidad con los hijos. Luchemos Columna, El País, 25 de juliol
- Así sería un día en la reforma horaria, El Periódico, 12 de setembre
- Los descubridores del 'reloj interno' del cuerpo, Nobel de Medicina de 2017, El País, 2 d'octubre
- Cataluña apuesta por el horario europeo, Huffington post, 13 d'octubre
- La implicación masculina en la crianza aumenta, pese al escaso apoyo legal, El Periódico, 13 d'octubre
- Canvi d'hora de l'octubre del 2017: Quan és i en què t'afectarà?, El Periódico, 28 d'octubre
- Vivimos en un jetlag permanente y un desfase de dos horas respecto a Europa, La Vanguardia, 29 d'octubre
- Més temps lliure i més autonomia: les demandes dels nens barcelonins, CCMA, 13 de novembre
- Més de la meitat dels nens creuen que no tenen prou temps lliure, El Diari de l'Educació, 14 de novembre
- El codi per als nous sistemes horaris. La Generalitat vol tenir llestes el 2018 les normes per aplicar la reforma horària, El Pais.cat, 20 de novembre
- En Valencia se plantea una jornada con clase de 9 a 12.30 y de 14 a 15.30 horas, con hora y media de comedor entre ambas franjas y extraescolares hasta las 17 horas, El Mundo, 21 de novembre
- This is what happens to your brain when you don't get enough sleep, Weforum.org, 21 de novembre

LA REFORMA HORÀRIA EN 50 TUIT



REFORMA HORÀRIA
@ReformaHoraria

▼

El #18G us esperem per conèixer experiències d'ajuntaments amb la #reformahoraria a l'Espai Francesca Bonnemaïson (de 8.30-12.30), Barcelona

CAFE-NETWORKING (8:30-9:15)

INAUGURACIÓ (9:30-10:00)

Benvinguda a càrrec de **Lluís Reales**, periodista, director de Terricols i Deuwatts a BTV i professor de la UAB. Conductor de l'acte

- **Jaume Collboni**, segon tinent d'alcalde de l'Ajuntament de Barcelona
- **Miquel Bach**, president de l'Associació Catalana de Municipis (ACM)
- **Xavier Amor**, president de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
- **Anna Ginés**, professora de Dret del Treball d'ESADE-URL i membre del Consell Assessor per a la Reforma Horària (CARH)

INVENTARI REFORMA HORÀRIA: L'ENA D'AUTOAVALUACIÓ PER A AJUNTAMENTS (10:00-10:30)

- **Sara Berbel**, psicòloga social, experta en polítiques de gènere, directora general de Barcelona Activa i membre del CARH i **Xavier Peraltà**, consultor i psicòleg organitzacional

ELS AJUNTAMENTS EN LA LLEI DE LA REFORMA HORÀRIA (10:30-11:00)


- **Fabian Moledano**, ponent-relator de la Llei al Parlament de Catalunya i membre del CARH

L'HORA DELS MUNICIPIS (11:00-12:00)

- **ARGENTONA**, **Carles Martínez**, cinquè tinent d'alcalde i regidor de Promoció Econòmica de l'Ajuntament d'Argentona
- **BARCELONA**, **Jordi Via**, comissionat d'Economia Cooperativa, Social i Solidària i Consum de l'Ajuntament de Barcelona
- **CARDEDEU**, **Enric Olivé**, alcalde de Cardedeu
- **ESPLUGUES DE LLOBREGAT**, **Pilar Díaz**, alcaldessa d'Esplugues de Llobregat
- **GIRONA**, **Glòria Plana**, tinenta d'alcalde de l'Àrea de Promoció Econòmica, Desenvolupament Local i Turisme de l'Ajuntament de Girona
- **LLEIDA**, Campaña "Toms per a tot, per a tothom. Lleida per la Reforma Horària"
- **PRATS DE LLUÇANÈS**, **Isaac Peraltà**, alcalde de Prats de Lluçanès
- **REUS**, **Montserrat Flores**, regidora de Participació, Ciutadania i Transparència de l'Ajuntament de Reus
- **SANT BOI DE LLOBREGAT**, **Sònia Guerra**, directora de l'Àrea d'Igualtat i Drets Socials de l'Ajuntament de Sant Boi de Llobregat
- **SANT CUGAT DEL VALLÈS**, **Merçè Conesa**, alcaldessa de Sant Cugat del Vallès
- **TERRASSA**, **Miriam Ulls**, regidora de Ciutadania i Qualitat Democràtica, Capacitats Diverses i Accessibilitat i Usos del Temps de l'Ajuntament de Terrassa
- **TORTOSA**, **Ferran Bel**, alcalde de Tortosa
- **VILAFRANCA DEL PENEDÈS**, **Josep Maria Flores**, cap de la campanya de comunicació "Canvia el xip, canvi l'hora. Vilafranca per uns horaris europeus" organitzada per les associacions de comerciants Centre Vila, Comerç Espiral i Associació de Comerciants de la Girada i la Unió Empresarial del Penedès

19:15 - 16 ene. 2017

1 Retweet 1 Me gusta



Ana Vega
@biscayenne

Seguir

▼

Sobre las costumbres culinarias españolas en 1907. Desayuno o almuerzo fuerte, comida entre las 12 y la 1 y la cena entre las 7 y las 8.

**IV
COMIDAS**


1. La mayor parte de los españoles hace tres comidas al día. El desayuno ó almuerzo, la comida y la cena. Los habitantes de los pueblos, especialmente si trabajan al aire libre, también meriendan.

El Desayuno

Media hora después de levantarme del lecho tomo el desayuno; generalmente una taza grande de café con leche, pan y manteca de vaca. La primera operación es, naturalmente, echar en el café el azúcar que considero suficiente para hacer desaparecer el amargo del café. Tres ó cuatro cuadradillos bastan. Si el azúcar está en polvo, pongo dos cucharaditas. El café solo no me gusta mucho, y como soy un poco nervioso, los médicos me recomiendan

20:06 - 22 feb. 2017

152 Retweets 168 Me gusta

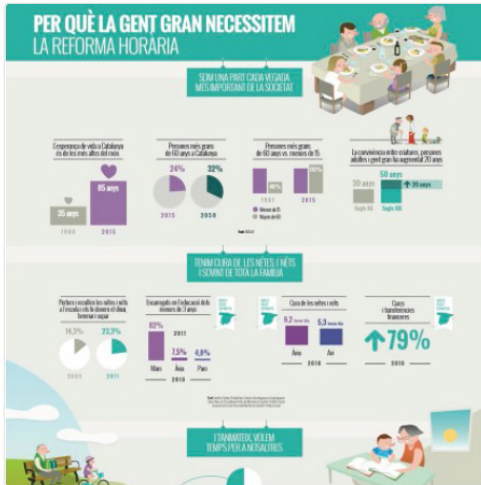


20
152
168
✉



REFORMA HORÀRIA
@ReformaHoraria

Per què la gent gran necessita la #reformahoraria. Un 23% porten i recullen els neta a l'escola i els hi donen el dinar, berenar i sopar



10:35 - 9 mar. 2017

13 Retweets 13 Me gusta



REFORMA HORÀRIA
@ReformaHoraria

#Sabiesque el @govern ja ha analitzat els informes del Procés de concertació i Procés participatiu que portaran al Pacte Nacional RH



19:10 - 31 mar. 2017

5 Retweets 4 Me gusta



REFORMA HORÀRIA
@ReformaHoraria

CAP AL PACTE NACIONAL PER A LA REFORMA HORÀRIA

Jornada de retorn del procés de concertació i participació #31març

Dijous 31 de març, de 8:30 h. a 10:45 h.
Palau de la Generalitat
(Carrer Sant Sever 12, Barcelona)

CAFÈ-NETWORKING (8:30 h.)

OBERTURA (9:00 h.)

- Naus Munté, consellera de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
- Esther Sánchez, presidenta del Consell Assessor per a la Reforma Horària

INFORME FINAL DEL PROCÉS PARTICIPATIU (9:30 h.)

- Jordi Feix, secretari de Transparència i Govern Obert del Govern de la Generalitat de Catalunya

CONCLUSIONS DE LES TAULES QUADRANGULARS. DOCUMENT DE BASES PER A L'IMPULS DEL PACTE NACIONAL (9:40 h.)

Javier Albarca, metge especialista en medicina del son
Assumpta Balaguer, metgessa. Associació Salut i Família
Sara Berbel, psicòloga social. Ajuntament de Barcelona
Lluís Casadó, consultor. Grupo Mediterraneo Consultores
Trinitat Cambra, professora. Universitat de Barcelona
Núria Chamblin, professora. IESE Business School
Anna Giné, professora. ESADE - Universitat Ramon Llull
Elvira Méndez, directora general. Associació Salut i Família
Fabián Meléndez, investigador. Parlament de Catalunya
Mareó Otero, professora. Ca la Dona
Elena Simas, sociòloga. Institut Infància i Adolescència / Fundació Buñuel

RECOMANACIONS DEL CONSELL ASSessor PER A LA REFORMA HORÀRIA PER A L'IMPULS DEL PACTE NACIONAL (10:30 h.)

Cristina Sánchez-Miret, sociòloga. Universitat de Girona
Salvador Cardús, sociòleg. Universitat Autònoma de Barcelona

FINALITZACIÓ (10:45 h.)

12:10 - 28 mar. 2017

1 Retweet



REFORMA HORÀRIA
@ReformaHoraria

.@salvadorcardus: El Pacte Nacional per a la Reforma Horària ha de ser un pacte sobre decisions concretes



10:38 - 31 mar. 2017

11 Retweets 1 Me gusta





.@neusmunte: Tenim moltes ganes de fer-ho i ens comprometem a continuar fent-ho i avançar cap el Pacte Nacional per a la Reforma Horària



9:27 - 31 mar. 2017

4 Retweets 2 Me gusta



Aquí us deixem el cartell de la 4a #SetmanaHoraris d'aquest any, que serà del 12 al 18 de juny. Esperem que us agradi!

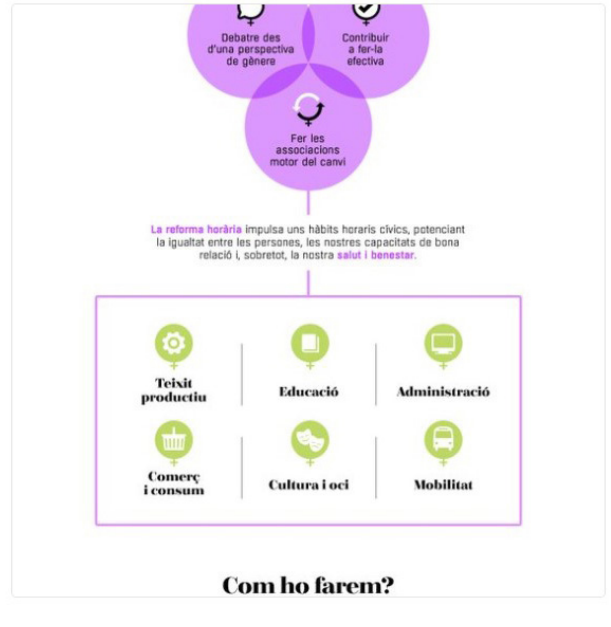


11:30 - 31 mar. 2017

15 Retweets 13 Me gusta



La campanya a favor de la Reforma Horària "Temps dins el temps per a les dones" #TempsDones pretén:

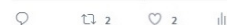


.@mariusserra: 'Jo sempre miro què faré demà. Sóc molt conscient del temps que tinc. Està passant amb el temps que tothom li dona ara valor'



12:26 - 12 jun. 2017

2 Retweets 2 Me gusta



Retwitteado por ti
 324.cat @324cat · 14 jun. 2017
 La @ReformaHoraria ens pot capgirar els àpats, el son, la feina i l'oci bitly /2sgeXUg

0.52 22,4 K reproducciones

15 313 294

REFORMA HORÀRIA
 @ReformaHoraria

.@dolorsbassac: 'El canvi de model és un canvi de mentalitat de tota la societat cap a la @ReformaHoraria' #SetmanadelsHoraris

13:50 - 16 jun. 2017

9 Retweets 18 Me gusta

Fabian Mohedano, Autònoms PIMEC y UGT Catalunya

9 18

REFORMA HORÀRIA
 @ReformaHoraria

Des d'ara i en els propers anys l'objectiu 2025 ens ha de portar a equiparar a la mitjana europea els següents indicadors #Objectiu2025

13:51 - 10 jul. 2017

21 Retweets 20 Me gusta

Ass. Salut i Família, Raul Sanchez Flores, Jordi Ojeda y 3 más

21 20

REFORMA HORÀRIA
 @ReformaHoraria

#Objectiu2025 és el compromís dels promotors del Pacte per a la #reformahoraria per

11:55 - 12 jul. 2017

6 Retweets 6 Me gusta

6 6

REFORMA HORÀRIA
@ReformaHoraria

Avui, 110 organitzacions signen el Pacte per a la @ReformaHoraria. Gairebé 4 anys de treball intensos. Ara a assolir #objectiu2025 @govern

Generalitat de Catalunya | REFORMA HORÀRIA
reformahoraria.gencat.cat

0:00 - 17 jul. 2017

124 Retweets 104 Me gusta

Fundació Joia @FundacioJoia · 19 jul. 2017

Aquesta setmana s'ha signat el #PacteReformaHorària. @ReformaHoraria = #conciliació. Mira les diferències en aquest gràfic!

	Fundació Joia	Clubs Sociats Fundació Joia	Apunts	Espanya	Itàlia	França	Alemanya	Suècia
0h-6h	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir
6.30h	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir	Dormir
7.00h	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar
7.30h	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar
8.00h	*Flex entrada	Esmorzar	*Flex entrada	Esmorzar		Temp personal		
8.30h	*Flex entrada	Esmorzar	*Flex entrada	Esmorzar		Temp personal		
9.00h	Feina	Temp personal/família/loci	*Feina (segons inici del torn)	*Flex entrada	Feina	Feina	Feina	Feina
9.30h	*Flex pausa màxim 15 minuts	Temp personal/família/loci	*Feina (segons inici del torn)	*Flex entrada	Feina	Feina	Feina	Feina
10.00h	*Flex pausa màxim 15 minuts	Temp personal/família/loci	*Feina (segons inici del torn)	*Flex entrada	Feina	Feina	Feina	Feina
10.30h	Feina	*Flex entrada	Feina	Feina		Temp personal		
11.30h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
12.00h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
12.30h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
13.00h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
13.30h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
14.00h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
14.30h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
15.00h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
15.30h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
16.00h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
16.30h	Feina	Feina	Feina	Feina		Dinar	Dinar	Dinar
17.00h	*Flex sortida	*Flex pausa màxim 15 minuts	*Flex sortida segons torn	Feina		Temp personal		Temp personal/família/loci
17.30h	*Flex sortida	*Flex pausa màxim 15 minuts	*Flex sortida segons torn	Feina		Temp personal		Temp personal/família/loci
18.00h	*Flex sortida	*Flex pausa màxim 15 minuts	*Flex sortida segons torn	Feina		Temp personal		Temp personal/família/loci
18.30h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
19.00h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
19.30h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
20.00h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
20.30h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
21.00h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
21.30h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
22.00h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
22.30h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
23.00h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
23.30h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
24.00h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV
00.30h	Temp personal/família/loci	Feina	Temp personal/família/loci	Temp personal/família/loci	Internet TV	Internet TV	Internet TV	Internet TV

3 2

Marta Jové i Sentelles retweeted

Jordi Del Río @Jordidelrio · 18 jul. 2017

Merescut reconeixement a una feina d'ampli consens @ReformaHoraria @fabianmohedano #110diuenSi

IMPULSOR DE LA REF
Fabian Mohedano
110 diuen

Un total de 110 entitats signen el pacte per a la reforma horària impulsat d'aquí al 2017 per racionalitzar els horaris i fer-los més saludables i conciliadors. Tot un repte que cal

Més de cent entitats i institucions van firmar ahir el Pacte Nacional per la Reforma Horària.

7 21

Xavier Ginesta indicó que le gusta

Alba Carmona @albacarmona · 20 jul. 2017

Visca la @ReformaHoraria: a les 20h l'exhumació de Dalí i demà a les 8 del matí roda de premsa al museu. Els periodistes dormiran al ninxol.

5

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 20 jul. 2017

Video del @govern sobre el Pacte per a la @ReformaHoraria
youtu.be/ao4A6nDDvnQ via @YouTube

Per què cal una Reforma Horària?
L'Objectiu 2025 ha de permetre que a Catalunya, en els propers anys, ens equiparem amb una sèrie d'indicadors europeus, i aconseguir així que les persones pu...

youtube.com

7 3

Fabian Mohedano @fabianmohedano · 27 jul. 2017

Fins i tot amb qui has tingut diferents punts de vista en la concertació, et reconeixen la feina feta. @ReformaHoraria

Sr. Fabian Mohedano Morales
Grup Parlamentari de Junts pel Si
PARLAMENT DE CATALUNYA
Parc de la Ciutadella, s/n
08003 Barcelona

Barcelona, 27 de juliol de 2017

Benvolgut Fabian,

De part dels representants de les Associacions que vam participar en la Taula Quadrangular d'OCI i Cultura (Indústria), i volem fer arribar aquest petit detall que esperem que t'agradi.

Deformar els horaris és fàcil, ja ho va fer un geni com Salvador Dalí.

Ho difícil és donar-los forma i que puguin ajustar-se a tots els canells.

EL SECTOR DE L'OCI I LA CULTURA TREBALLAREM PERQUÈ SIGUI AIXÍ

Gràcies per tot i fins aviat!

1

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 14 ago. 2017

Uneix-te a la Reforma Horària i descobreix la vida que t'espera. Aviat podrem afegir més temps a la nostra vida. #Objectiu2025



Uneix-te a la Reforma Horària i descobreix la vida que t'espera. Aviat podrem afegir més temps a la nostra vida. Amb la recent signatura del Pacte per la Reforma Horària, les associacions, institucions i organitzacions de Catalunya es comprometen a assolir un objectiu.

2 20 27

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 16 ago. 2017

La campanya de RH als Laus:
Or per Publicitat en premsa
Plata per Il·lustració
Bronze per Spot
Bronze per Animació
de @Usted_TW il. @magoz_



1

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 28 ago. 2017

.@fabianmohedano explica per què @ReformaHoraria és imprescindible #SocialEstiu social.cat/opinio/7011/la... vía @socialpuntcat

social.cat

“La reforma horària proposa l’impuls de canvis horaris perquè puguem gaudir de més llibertat en la gestió del nostre temps”

 **Fabian Mohedano**
Promotor de la Reforma Horària i diputat

La Reforma Horària ja és una política pública
[Opinió] Fabian Mohedano: El Pacte per a la Reforma Horària ja és una realitat. El 17 de juliol 110 organitzacions van signar el Pacte per a la Re... social.cat

13 14

Retwitteado por ti

 **El matí de CatRàdio** @maticatradio · 7 sept. 2017

.@fabianmohedano i els horaris al @parlament_cat: "Hem tingut puntes de feina però ens ho prenem amb humor"

catradio.cat/directe



1 7 11

Retwitteado por ti

Fabian Mohedano @fabianmohedano · 8 sept. 2017

Ara que es parla al #parlament sobre menjadors escolars, recordem a quina hora haurien d'anar a dormir els infants. Va molt lligat.

Maestros, Profesores, Docentes (Experiencia Docente)

Ayer a las 12:52 · 🌐

A qué hora deben acostarse los niños para ir a la escuela según su edad

edad escolar		Hora a la que se despierta						
	6 am	6:15 am	6:30 am	6:45 am	7 am	7:15 am	7:30 am	
Edad	Hora a la que debe acostarse							
5 años	18:45	19 h	19:15	19:30	19:30	20 h	20:15	
6 años	19 h	19:15	19:30	19:30	20 h	20:15	20:30	
7 años	19:15	19:15	19:30	20 h	20:15	20:30	20:45	
8 años	19:30	19:30	20 h	20:15	20:30	20:45	21 h	
9 años	19:30	20 h	20:15	20:30	20:45	21 h	21:15	
10 años	20 h	20:15	20:30	20:45	21 h	21:15	21:30	
11 años	20:15	20:30	20:45	21 h	21:15	21:30	21:45	

👍 1 🔄 12 ❤️ 14 ✉️

Retwitteado por ti

Fabian Mohedano @fabianmohedano · 8 sept. 2017

Ara que s'acaba el ple, agraïment a totes les conyegs que m'heu fet pels horaris. Heu tingut present la @ReformaHoraria #parlament



👍 3 🔄 18 ❤️ 76 ✉️

Retwitteado por ti

Fabian Mohedano @fabianmohedano · 25 sept. 2017

Deixar-ho tot per anar a viure a la muntanya, potenciant per exemple el teletreball ara.cat/_6fd1ad88?s=t via @ARAsocietat



09/09/2017 10:02

Deixar-ho tot per anar a viure a la muntanya

Neix un programa per ajudar els urbanites a trobar feina o crear una empresa i establir-se al món rural

ara.cat

👍 🔄 10 ❤️ 18 ✉️

Retwitteado por ti

Comerç i artesanía @ccamcat · 30 sept. 2017

A partir del 2/10, nou horari d'hivern en els establiments comercials LLEI 18/2017, de comerç, serveis i fires goo.gl/Z2gfsh



👍 🔄 5 ❤️ 1 ✉️

luis jiménez @luisj61 · 19 oct. 2017

Llei de Comerç, Avui tanquem a les 21h. Sis plau, no vinguis 5' abans . Volem conciliar 🙏 cal una campanya @ReformaHoraria @ccoo_serveiscat



11 6

Retwitteado por ti

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 28 oct. 2017

1/1 El novembre el Parlament Europeu votarà una moció de resolució per posar fi al canvi d'hora 2 cops l'any reformahoraria.blogspot.com.es/2017/10/el-nov...



5 90 103

Seguido por Josep M. Pep Vilalta y 3 más

Digna Couso @DignaCouso · 20 oct. 2017

Doncs sí, jo no podria "tweejar" tant de dones, ciència, STEM, i educació sense la iaia dels meus fills. @ReformaHoraria per ella també.



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria

Per què la gent gran necessita la #reformahoraria. Un 23% porten i recullen els nets a l'escola i els hi donen el dinar, berenar i sopar

2

Retwitteado por ti

Xarxanet Actualitat @xarxanetorg · 31 oct. 2017

[OPINIÓ] - @fabianmohedano: 'A la recerca de 100 bones pràctiques de reforma horària' xarxanet.org/opinio/en-la-r...



Tú y Afers socials.gencat

5 4

Helena Martínez @jaleturu · 22 oct. 2017

@fabianmohedano si el cap de setmana vinent som independents, seguirem amb el canvi d'hora? #reformahoraria

Seguido por malasmadres

Callustrellena @pensantenGroc · 22 oct. 2017

Si divendres ja som definitivament independents, dissabte no caldrà canviar l'hora oi? #reformahoraria

Seguido por Partit Demòcrata

Luke Skywalker @LukeSW7 · 21 oct. 2017

@ReformaHoraria @fabianmohedano Avui es retrassa l'hora, passem de 2017 a 1936

Seguido por Anem a mil y 17 más

Josep M. Porta @porabajo · 31 oct. 2017

#ReformaHoraria

Josep Rull i Andreu @joseprull

Ara mateix, a les 22:44, han vingut a casa a notificar-me la citació davant l'Audiència Nacional per a dijous 2 a les 9:00. Estat de Dret...

5

Seguido por ACPRI y 2 más

nathalie pares @nathaliepares · 26 oct. 2017

#compareixença Puidgoment. Això sí la #reformahoraria és una urgència. 1)Reforma Horaria, 2)DI, 3)Republica, 4)#canviclimatic o al revés.

Dave Walsh @davewalshphoto

Plus, it's lunchtime. És hora de dinar.

Mostrar este hilo

1 3

Retwitteado por ti

Xarxanet Actualitat @xarxanetorg · 2 nov. 2017

El Pacte per a la @ReformaHoraria farà que el tercer sector també tingui uns horaris més europeus



El Pacte per a la Reforma Horària farà que el tercer sector també tingui...
Un dels objectius 2025 és recuperar les dues hores de desfasament horari en relació a la resta del món.

xarxanet.org

3 replies 5 likes

Retwitteado por ti

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 13 nov. 2017

Més temps lliure i més autonomia: les demandes dels nens barcelonins



Més temps lliure i més autonomia: les demandes dels nens barcelonins
Són dades de la primera enquesta que ha fet mai l'Ajuntament de Barcelona preguntant directament a nens de 10 a 12 anys

ccma.cat

19 replies 16 likes

Retwitteado por ti

ADOLESCENTS.CAT @adolescents_cat · 9 nov. 2017

Com serà la vida dels adolescents si es fa la reforma horària? Ens ho explica @fabianmohedano

adolescents.cat/noticia/36200/...



Tú, Fabian Mohedano y Ester A Cárdenas

6 replies 6 likes

1 reply 26 replies 20 likes

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 13 nov. 2017

2. Aquestes mesures es van vertebrar amb la creació d'un Consell Assessor per a la Reforma Horària ja fa dos anys i amb la redacció d'un Pacte per a la Reforma Horària, al juliol d'aquest any.



7 replies 6 likes

Mary O. Solé @LadyMerypous · 14 nov. 2017

Creo que voy a hacer una siestecilla hasta que empiece #BuenaConductaTNT...
¡Avanzarlo un poco, @canaltnt, que tenemos vida! @ReformaHoraria
#GoodBehaviour



1 4

Roger Buch indicó que le gusta

Quico Sallés @QuicoSalles · 28 nov. 2017

Foto de familia de la llista @Esquerra_ERC falta en@fabianmohedano "té un problema d'horaris", diuen



1 10 23

Neus [sic] sempre!!! @NeusPo11 · 14 nov. 2017

En resposta a @Carlescolomer @ReformaHoraria @tv3cat
Jajaja...q bo!!! Acaba tard i ens aconsella q anem a dormir aviat!!! En qué quedem??

1 2

Seguido por Diari Català y 4 más

Carles Colomer @Carlescolomer · 14 nov. 2017

#Dellitenlilit un programa de @tv3cat que aconsella anar a dormir d'hora perque descansar és clau per rendir, i acaba a les 23:45h!! #etfelicitofill
@ReformaHoraria #sensesentit

1 5 10

Fabian Mohedano indicó que le gusta

Xavier Hervás @xavierhervas · 28 nov. 2017

Reforma horaria: una cosa que no es broma, sencilla, transversal y que deberíamos cambiar en España para mejorar muchas cosas, en lo personal y socialmente. Quién ríe sin sueño, ríe mejor! #OTDirecto28N @rtve pic.twitter.com/aZTDUSaTjK



Twitter Moments en Español @MomentsES

⚡ ¿Con sueño porque te quedaste hasta tarde viendo @OT_Oficial? No estás sol@ 🤔 #OTDirecto28N

1 3

Retitteado por ti

Carme Forcadell @ForcadellCarme · 15 nov. 2017

Recollim en nom del #Parlament el premi @respon_cat a les bones pràctiques en #ReformaHorària i lliurem el premi a les bones pràctiques de comunicació no sexista de l'@ADPCdones al periodista @xgraset.




78 363 1,6K

Retwitteado por ti

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 1 dic. 2017

Amb motiu de les properes eleccions al Parlament de Catalunya del #21D, la Reforma Horària demana als partits polítics que s'hi presenten que incorporin al seu programa electoral la implementació del Pacte per a la Reforma Horària [premsa.gencat.cat/pres_fsyp/docs...](#)



REFORMA HORÀRIA

Demanda als partits la incorporació en els programes electorals de la implementació del Pacte per a la Reforma Horària

Amb motiu de les properes eleccions al Parlament de Catalunya del #21D, la Reforma Horària demana als partits polítics que s'hi presenten que incorporin al seu programa electoral la implementació del [Pacte per a la Reforma Horària](#).

El Pacte estableix un acord per aconseguir que les persones puguin viure amb uns horaris més racionals i saludables i que Catalunya s'equipari a la mitjana europea en els àmbits de la salut, organitzacions, serveis públics, educació, cultura i oci, comerç i consum i mobilitat.

[Signat el passat 17 de juliol](#) per 110 actors institucionals i organitzacions, el Pacte per a la Reforma Horària és el resultat de tres anys i mig de treballs d'experts i de l'acord de tots els agents implicats de diferents àmbits com el comerç, l'administració, el teixit productiu, els serveis sanitaris, la mobilitat, la cultura, l'educació o l'àudiovisual. Amb la signatura del Pacte per a la Reforma Horària, el govern i les organitzacions signants es van comprometre a assumir l'[Objectiu 2025](#), que ens ha de portar, a partir de la signatura i durant els propers anys, a assolir els indicadors de la mitjana europea.

Socialistes (PSC), PP Català, Ciutadans y 3 más

2 20 26

Retwitteado por ti

Promoció Girona @Promocio_gi · 4 dic. 2017

Més de 150 bones pràctiques recollides amb la Xarxa Gironina per a la Reforma Horària. D'aquestes el 20% van orientades a impulsar un lideratge estratègic basat en una direcció per valors i objectius. [bit.ly/2A185JQ](#) @GloPlanaYanes @empresa_gi @turisme_gi



XARXA GIRONINA PER A LA REFORMA HORÀRIA

3 4

Retwitteado por ti

Mary O. Solé @LadyMerypous · 15 dic. 2017

19:37, el sopar és a punt. #ReformaHoraria @ReformaHoraria



2 2

Retwitteado por ti

Fabian Mohedano @fabianmohedano · 15 dic. 2017

Notícia importantíssima per al futur de la @reformahoraria

Les organitzacions patronals i sindicals més representatives anuncien el relançament del diàleg social a Catalunya



Les organitzacions patronals i sindicals més repre...

Les organitzacions sindicals i patronals més representatives de Catalunya, CCOO de Catalunya, UGT de Catalunya, Foment del Treball, Pimec i Fepl...
ccoo.cat

6 9

Seguido por Junts pel Sí y 12 más

Mary O. Solé @LadyMerypous · 24 dic. 2017

Comencem bé el tema del #Nadal. No podem sopar a una hora decent??? La gent no pot ser puntual??? No es pot avisar perquè els meus fills puguin sopar abans de les 10??? Em mataaaaaa!!!!!! Jo sóc pro #ReformaHorària. @ReformaHoraria

1 7

Seguido por Iluc saelles i vilar y 82 más

Elisenda RoviraOlivé @elisendarovira · 23 dic. 2017

Que bé que es treballa de nit, per favor! Quin silenci tan necessari. (En aquest món del postreo de la productivitat i d'executius americans que es lleven a les 4am, és gairebé revolucionari portar la contrària a allò del "llevar-se ben d'hora ben d'hora" i a la **reforma horària**)

2 17

Marc Serrano i Össul indicó que le gusta

Àlex Hinojo @AlexHinojo · 31 dic. 2017

Campanades a migdia. Això de la @ReformaHoraria se'n està anant de les mans.



1 13

EL TUIT MÉS IMPORTANT DE CADA MES

Gener

Jan 2017 · 31 días

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal tuvo 5.816 impresiones

La reforma horària només serà possible si la fem tots alhora: Empresa, Educació, Administració, Oci i Cultura, Comerç
pic.twitter.com/73zppLBXVn



↳ 56 ❤️ 41

Febrer

Feb 2017 · 28 días

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal tuvo 6.723 impresiones

Per a un adolescent, dormir 2h menys pot arribar a suposar reduir a la meitat el seu rendiment en matemàtiques

@adolescents_cat
pic.twitter.com/RuZvWZBdik



↳ 34 ❤️ 22

Març

Mar 2017 · 31 días

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal tuvo 5.682 impresiones

La Reforma Horària demana a les instàncies europees competents la supressió del canvi d'hora d'estiu i d'hivern
reformahoraria.blogspot.com/2017/03/la-ini...

↳ 1 ↳ 51 ❤️ 46

Abril

Apr 2017 · 30 días

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal tuvo 6.970 impresiones

Dones i Reforma Horària: Un 22% de les dones treballen a temps parcial; dels homes, un 7%. @icdones
pic.twitter.com/6xGQfjnoVQ



↳ 2 ↳ 53 ❤️ 31

Maig

Tweet con contenido multimedia principal

tuvo 3.354 impresiones

#Semblavaimpossible:

- posar-se el cinturó de seguretat
- deixar de fumar als bars, restaurants
- fer recollida selectiva
- canvi a l'euro pic.twitter.com/ddvkcxzbZE2



↩ 25 ❤️ 25

Juny



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 4 jun. 2017

Uns horaris més humans via @elpuntavui



Horaris més humans

Els experts insten a avançar el dinar d'escolars i treballadors i tancar les botigues a 2/4 de 8 Són les principals propostes dels assessors del govern El pacte...
elpuntavui.cat

🗨️ 38 ❤️ 30

Juliol

Jul 2017 · 31 días

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal

tuvo 14 K impresiones

Avui, 110 organitzacions signen el Pacte per a la [@ReformaHoraria](https://twitter.com/ReformaHoraria). Gairebé 4 anys de treball intensos. Ara a assolir [#objectiu2025](https://twitter.com/objectiu2025) [@govern](https://twitter.com/govern) pic.twitter.com/H1XIO5LC5S



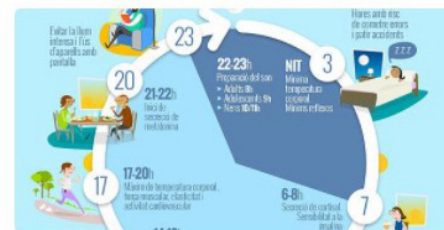
↩ 9 ↪ 124 ❤️ 104

Agost

Tweet principal

tuvo 5.669 impresiones

[#Sabiesque](https://twitter.com/Sabiesque) De 9-13h és quan tenim una alta capacitat cognitiva i disposem de millor memòria pic.twitter.com/QuerToKz6u8



↩ 34 ❤️ 23

[Ver toda la actividad del Tweet](#)

[Ver la Actividad del Tweet](#)

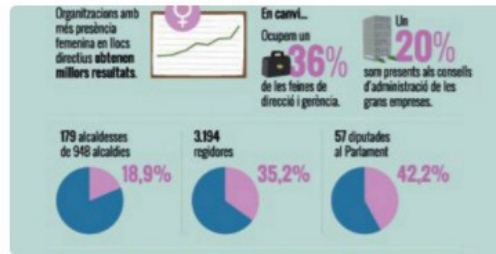
Setembre

Sep 2017 · 30 dies

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal tuvo 4.180 impresiones

Dones i **#reformahoraria**: Un 22% de les dones treballen a temps parcial; dels homes, un 7% **@icdones** **@donesdempresa** **@odecambra** pic.twitter.com/6WZnDwnbmA



46 35

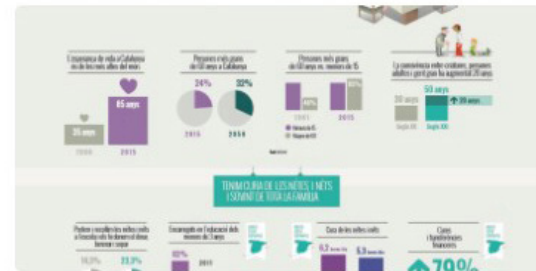
Octubre

Oct 2017 · 31 dies

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal tuvo 7.251 impresiones

Per què la gent gran necessita la **#reformahoraria**. Un 23% porten i recullen els nets a l'escola i els hi donen el dinar, berenar i sopar pic.twitter.com/xlpKMRJOD6



1 54 70

Novembre

Nov 2017 · 30 dies

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal tuvo 3.712 impresiones

Les dones catalanes són les més estressades de tota Europa i ocupen el cinquè lloc en el mateix rànquing a nivell mundial **♀♀♀♀♀** pic.twitter.com/viLLLhWB13



46 25

Desembre

Dec 2017 · 31 dies

DATOS DESTACADOS DEL TWEET

Tweet principal tuvo 3.326 impresiones

Avui us deixem aquesta bona pràctica d'horaris més humans. Es tracta de la Llibreria **@Espolsada**, a **@lesfranqueses**. Si en teniu més exemples, ens els passeu i fem tuit? Moltes gràcies! pic.twitter.com/6ZpWBlyPU9



15 19

MENCIONS MÉS IMPORTANTS PER MESOS

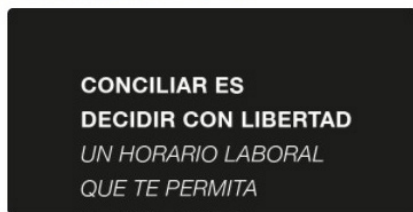
Gener

Mención principal tuvo 276 interacciones



malasmadres
@malasmadres · 25 ene.

Hoy 'De comprar en domingo, de horarios, de vivir y conciliar' wp.me/p4iyva-5t3
[@Tetxues](#) [@ARHOE_enhora](#)
[@ReformaHoraria](#) [@masfamilia](#)
pic.twitter.com/3hHqi3Ukxa



↳ 4 ↻ 19 ❤️ 29

Febrer

Mención principal tuvo 503 interacciones



Quim Monzó
@QuimMonzo · 22 feb.

Horaris dels àpats a Espanya fa 110 anys,
[@ReformaHoraria](#), [@fabianmohedano](#)
twitter.com/biscayenne/sta...

↳ 10 ↻ 71 ❤️ 71

Març

Mención principal tuvo 593 interacciones



Miquel Sàmper
@miquelsamper · 3 mar.

Comença a treballar a les 6, i veuràs que de 6 a 9, sense interferències, la productivitat es dispara! Tots amb la [@ReformaHoraria](#)
pic.twitter.com/psJeHMqyjx



↳ 1 ↻ 18 ❤️ 25

Abril

Mención principal tuvo 171 interacciones



Àuria Caus Rovira
@auriacaus · 4 abr.

MOLT d'acord amb la [@ReformaHoraria](#)
Dinar tard, fixar reunions al vespre i arribar a casa i sopar a la nit NO és saludable, ni conciliador pic.twitter.com/bieJjkbkjU



↳ 1 ↻ 15 ❤️ 29

Maig

Mención principal tuvo 356 interacciones



Fabian Mohedano

@fabianmohedano · 15 may.

Les xifres de la Xarxa de Ciutats i Pobles per la [@ReformaHoraria](#)
pic.twitter.com/a4mjgcOvyF

Municipis

284 habitants

les 43 capitals de comarca

s 64 municipis amb més de 20.000 habit

s 10 municipis amb més població de Ca

s 25 municipis amb més població de Ca

s 50 municipis amb més població de Ca

↩ 6 ❤️ 3

Juny

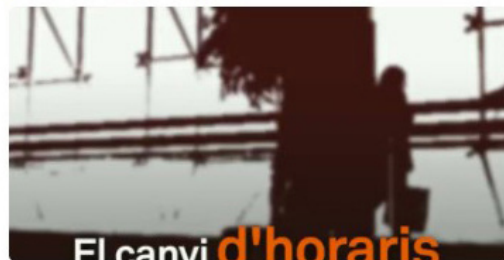
Mención principal tuvo 1.572 interacciones



324.cat

@324cat · 14 jun.

La [@ReformaHoraria](#) ens pot capgirar els àpats, el son, la feina i l'oci bit.ly/2sgeXUg
pic.twitter.com/WpHx6h3W3b



↩ 15 ↻ 313 ❤️ 294

Juliol



Carles Puigdemont

@KRLS

Следване

Al [@guardian](#) informen molt bé de la [@ReformaHoraria](#): Goodbye long lunches – Catalonia moves to shorter working days

🗣️ Преведи от английски



Goodbye long lunches – Catalonia moves to shorter working days
Employers and unions sign social pact against Spain's stretched hours at work, which affect family life and health
theguardian.com

9:18 - 18.07.2017 г.

655 репюита 788 харесвания



🗨️ 39 ↻ 655 ❤️ 788

Agost

Mención principal tuvo 263 interacciones



Vero

@vcapir · 15 ago.

[@ReformaHoraria](#) Estem vivint a canada, llevar-se a les 7, dinar a les 12, berenar a les 15 i a les 18 sopar! Increible! Tant per nens com adults genial l'horari

↩ 2 ↻ 28 ❤️ 47

Setembre

Mención principal tuvo 301 interacciones



Fabian Moledano

@fabianmoledano · 24 sept.

D'acord amb vosaltres, les cassolades, amb la [@ReformaHoraria](#), seran a les 20h. Tot arribarà!

↳ 6 ↻ 41 ❤️ 134

Octubre

Mención principal tuvo 698 interacciones



Fabian Moledano

@fabianmoledano · 15 oct.

A l'atenció dels eurodiputats catalans. Cal suprimir el canvi d'hora d'estiu i d'hivern.

[@ReformaHoraria](#)

pic.twitter.com/c3LsawHodE



Press conference

STOP THE BIENNIAL CLOCK CHANGE

↳ 8 ↻ 82 ❤️ 112

Novembre

↳ ALFONS TIÑENA y 1 más retwitteron



Fabian Moledano @fabianmoledano · 5 nov. 2017

Molt trist, és impossible fer política en aquest país. [@ReformaHoraria](#)



El Gobierno ultima el recurso ante el Constitucional por la ley catalan...

El Ejecutivo pedirá suspender artículos como el que fija el cierre de las tiendas a las 21.00 horas

elperiodico.com

↳ 4 ↻ 52 ❤️ 39

Desembre

↳ ACPRÍ y 4 más retwitteron



Fabian Moledano @fabianmoledano · 22 dic. 2017

Educació a temps complet. Construïm l'educació 360. [@FundacioBofill](#) [@diba](#) [@ElenaSintes](#) [@ReformaHoraria](#) educacio360.cat/programa/?form...



↳ 15 ❤️ 19

E. REFLEXIONS CIUTADANES

SOBRE UN NOU HORARI A LES EMPRESES

ANNA RUBAU GELI

El dia té 24 hores i el més lògic seria dividir-lo en tres blocs intensius: 8 hores de treball, 8 hores de lleure, 8 hores de son. Apostar per les jornades intensives i, quan no sigui possible, les compactes no haurien pas de durar més de 8,5 hores seguides.

FEOLA VAN HEUVELEN

Si la política fomentés el treball a temps parcial per a homes i dones, aniríem molt més bé! Treballant 32 hores, per exemple, cadascú podria dedicar un dia a la família i la casa.

LAIA BONET JULIÀ

(Sobre horaris administracions) Sant Cugat avança plens i permet que als seus pavellons els clubs facin entrenar nenes de 13 i 14 anys fins les 11 de la nit, vulguin o no, perquè el club així ho diu! Si no t'agrada, te'n vas. I aguantes perquè creus que un adolescent ha de fer esport. Es preocupen per ells, però no per la seva joventut. Me'n ric d'aquestes mesures!

VANESSA SANCHEZ RODRIGUEZ

Doncs nosaltres que som pares i autònoms amb fills petits de 20 mesos i 10 anys i no tenim ajuda per part dels avis... ni t'explico! Malabars hem de fer tant a l'estiu com a l'hivern. A l'estiu un dels dos fa menys hores i ens ho combinem, però tot i això quan estan malalts (que és sovint) tornem a tenir el mateix

problema. Les llars d'infants no tenen un horari gaire extens i són cares, les extraescolars, menjadors, casals etc... també. El problema és que si baixo d'hores ingreso menys del que hauria d'ingressar i si treballo més, quedo encara pitjor per l'augment de les despeses. Jo crec que haurien de millorar la situació dels autònoms i amb la mateixa urgència la conciliació, modificant horaris laborals. Necessitem més temps amb els fills sense que això comporti deixar d'ingressar diners o augmentar despeses. Ara mateix és com un cercle viciós!

SANDRA MARTORELL MÜLLER

Jo opino que no és un problema exclusiu dels autònoms. Juntament amb la reforma horària s'hauria d'incloure un canvi en el sistema de vacances. S'haurien de fer vacances esglaonades i no concentrar-les a l'agost. En comparació amb 20 anys enrere ha millorat un xic, però el país es continua paralitzant el mes d'agost i és vergonyós. Les vacances esglaonades per comunitats autònomes, províncies, regions, sigui el que sigui, només aporta beneficis.

SANDRA MARTORELL MÜLLER

Dic que no és una problemàtica exclusiva dels autònoms perquè hi ha moltes zones, poblacions, on es viu del turisme, on és impossible fer vacances ni juliol ni agost. I segons com ni juny ni setembre. Ja ens explicareu què fem. Doncs casals juliol i agost, no hi ha més opció!

MIRIAM AGUDO CANTERO

Estic a un càmping envoltada de francesos que estaven sopant a les 19 h i m'han fet molta enveja. A aquesta hora aquí encara estàs a la feina. Ens queda tant...

SOBRE ELS HORARIS A L'ESCOLA

SUSANA MARTÍNEZ

Si els infants surten entre les 16:15 -16:30 i per als adults es proposen horaris de sortida a les 18:00 (en el millors dels casos), com s'assoleix l'objectiu de compartir temps en família? Mitjançant una política de flexibilitat i no presentisme? Creieu factible aquest canvi cultural a les pimes?

JOSE A. SANTOS

(A València es proposa avançar l'horari de les escoles a la tarda) La casa per la teulada. Sort dels avis i les àvies. L'única llei que ens ha canviat la vida els darrers anys és la de prohibir fumar als espais públics... No ens atrevim a regular els horaris laborals? Quan una llei que tanqui comerços a les 19 h? Que prohibeixi les dues hores per dinar a les oficines? Per quan les 35 hores setmanals? Necessitem lleis que permetin fer possible la vida familiar i laboral! Lleis que ens regulin a tots, i no només als funcionaris.

SILVIA DEL POZO

El problema es que, en la mayoría de casos, las dimensiones del comedor de las escuelas obliga a hacer varios turnos de comida. En estos casos, una hora y media de pausa para comer hace inviable el servicio de comedor, por desgracia.

ISABEL MARCOS

Es comença la casa per la teulada. Primer s'haurien de reformar els horaris laborals, perquè si no no hi haurà pares ni mares a casa per rebre les criatures. I al final s'haurà de carregar nens i nenes amb extraescolars, que a sobre encara suposaran una despesa extra.

LAURA MORENO DINARET

Amb el menjador escolar com a assignatura es podria conciliar tant la reforma horària com la salut dels més petits. El meu ideal seria: 8:30 a 12h escola; 12h a 14h menjador; 14h a 15:30 escola. 15:30-17:30 extraescolars i/o acollida tarda. Els professionals del menjador podrien ser els mateixos que els de l'acollida a la tarda i així ampliar les seves hores laborals (12h a 17:30; amb l'hora i mitja per dinar i recollir menjador).

ANNA RUBAU GELI

Això que de 14:00 a 16:00 hi ha una lleugera disminució de l'atenció ho canviaria per una disminució considerable. Sobretot es nota als centres educatius on encara es fa jornada partida; els docents han de fer equilibris per programar activitats que hi puguin anar bé. Parlant clar: temps perdut que es podria guanyar avançant l'horari convertint-lo en intensiu.

ANNA VILARÓ

Treballo en una llar d'infants des de fa 25 anys, on fem tot el possible i més per acompanyar els infants i les famílies, on ens desvivim per fer feliç a tothom... :D , però no estic gens d'acord en avançar l'edat d'incorporació a l'escola als dos anys, sinó que penso que caldria endarrerir-la fins als 4 o 5. Abans d'aquesta edat, els infants haurien d'estar en un ambient de família i en un cercle social proper, penso que ja tenen temps de "socialitzar-se", la vida dona per molt i els 3 primers anys de vida són uns anys de dura fragilitat.

Tinc claríssim que cal reflexionar sobre aquest tema i sobre el tema de fons, el tema més important que cal revisar: la disponibilitat horària, laboral, etc., de les famílies. No és just que, perquè els adults hàgim construït una societat en què els horaris i les feines siguin poc racionals, els infants tan petits (i els més grandets, és clar) hagin de avançar etapes vitals.

XÈNIA DELER TRULL

Em sembla exagerat haver d'esperar fins el 2025!!! Fa temps que el petit comerç estem esperant la reforma horària. I d'altra banda, tancar a les 20h no suposa cap mena de conciliació. Desengany!! :(

GERARD NESTA LLOP

Per què coi hem d'aplicar-ho el 2025? Tenim pressa, no tenen sentit els horaris que fem avui en dia... Fa temps que espero la reforma...

SOBRE OBJECTIU 2025

SOBRE ELS HORARIS AL COMERÇ

EVA SEGURA GOLBANO

Del 2018 hem passat al 2025? Molt decebuda!!! I jo que us defensava davant dels incrèduls i ara sent justa els he de donar la raó. Molt soroll per res!!!!

LAIA PLA BERMEJO

Però hauré d'esperar fins que les meves filles siguin grans i ja no parin per casa?? La perspectiva en el comerç no la veig gaire esperançadora. Si fins ara plegava a les 20:30h no em servirà de res plegar 1h abans. Jo el q vull és estar amb la família sense renunciar al meu sou per una reducció de jornada, perquè primer hem d'arribar a final de mes per poder menjar!

LIDIA VINOS AMIGÓ

Iels centres comercials?? Supermercats??? Si ja hi ha gent que fins i tot volen que obrim diumenges!! Si diguéssim de fer-ho amb aquest horari es posarien dels nervis!!! Volem conciliació **PERÒ PER A TOTS/ES**.

BASHARAT CHANGUE

Si l'horari de les oficines és fins les 5, les botigues i supermercats haurien de tancar com a molt a les 7. Els horaris van en cadena, no? O com a mínim aquesta és l'excusa a la qual s'agafen per mantenir els horaris quasi de 24h dels comerços...

ALBERT PEBRÀS

Hauríem de pensar en jornades laborals més curtes, p. ex. de 5-6 h., i diferents torns de treball. Així els comerços poden estar oberts en una franja horària àmplia sense cremar els treballadors fent-los estar tot el dia a la feina. Tindríem la feina repartida entre més gent, s'optaria a més equilibri entre els ciutadans.

CONCEPCIÓ AY

Botigues tancades a les vuit? Les botigues petites normalment tanquen a les 8 h. Només es pensa en les grans empreses o franquícies? Quin horari us sembla que hauria de fer una botiga petita al centre d'una ciutat? No es pot tancar abans? També volem conciliar la vida laboral amb la familiar!

GUILLEM GARCIA

Els meus pares tenen botiga i tanquen a les 8 h. Fan de 9:30 h a 13:30 h i de 16:30 h a 20 h. Jo proposo fer de 9:30 h a 13:30 h i de 16 h a 19 h. I els grans centres de 9 h a 20 h.

JUDIT ROCA CALAF

Quan plegues de la feina a les 19 h (com a mínim), és complicat anar a comprar abans de les 19.30 h.

CLARA RUIZ DELGADO

Si us organitzeu o ho podeu fer, als migdies és obert i els dissabtes també!! **S**A les que treballem en súpers també ens agrada arribar a casa a una hora decent, no a les 10 del vespre. Tampoc no cal anar a comprar cada dia si us organitzeu. Amb un o dos dies entre setmana n'hi ha prou. El costum d'anar-hi sempre a última hora corrents i els dies festius i diumenges és molt egoista perquè no penseu mai en les persones a qui no ens ho paguen i no podem gaudir de la vida familiar, només en les vostres necessitats. S'ha de fer entre tots. No val l'excusa de "si no estigués obert no hi aniríem", no!!!! Això es la solució fàcil. Ho hem de fer entre tots. La realitat és que si ningú no hi anés festius i diumenges i no es fes caixa no s'obriria. No s'acaba el món si un dia no es va a comprar, eh!!!! Que sembla que el consumisme està tornant a tothom una mica boig.

VANESSA OSTÁRIZ GARCÍA

Fomentar la feina d'autònom. Canviar la llei fiscal per als emprenedors individuals. Que es basi en la millora personal i la qualitat de la feina i no la quantitat. És una manera de lluitar amb la competència xinesa i amb la mediocritat en tots els àmbits. Si hi ha qualitat, un pot decidir com i quan fa la feina.

Crear prosperitat sense creixement.

SUSANA MARTÍNEZ

Demanar la racionalització d'horaris a la feina, millorar la nostra organització personal pel que fa a les compres i no anar-hi més tard de les 20 h ni en dies festius...

GENEVIÈVE CAMILLE MARIE

Els metges, dentistes i altres especialistes també haurien d'evitar d'omplir massa l'agenda i fer esperar els pacients durant hores...

MARIA ANTÒNIA FONT FERNÁNDEZ

Sens dubte, hem de viure. Però si tothom fa els mateixos horaris fomentarem depressions en les persones que no tenen fills o que tenen fills grans que encara no donen néts. Anem amb compte, encara que sé que no és fàcil. Ah, la gent que plegarà a les sis, què pot fer si a les vuit ja ha de sopar, criar un fill rere l'altre? Insisteixo, no és fàcil i els comerciants són persones, però n'ha de sortir beneficiat tothom.

HÉLÈNA JULIÀ MÜLLERAT

La qüestió no passa per tenir fills o no. Fer uns horaris sostenibles beneficia a tothom. Plegar d'hora de la feina implica sopar amb els teus fills, poder sopar amb les amigues entre setmana a hores normals, anar a passejar, poder cuinar a foc lent un plat elaborat... Mica en mica hem de treballar plegats per fer uns horaris més sostenibles.

EVA MOLINA

Per què no comencen amb el comerç per exemple? És dels sectors amb més dificultat per conciliar.

SOBRE CANVI HORA ESTIU/HIVERN

ANNA RUBAU GELI

Una cosa són els horaris racionals respecte als horaris laborals i socials, i l'altre són els horaris que tenim de llum solar. Té poc sentit establir horaris racionals si no podem aprofitar hores de llum per fer activitats a l'aire lliure. Tanqueu-vos a casa i baixeu les persianes, mentrestant hi ha gent que volem gaudir de l'entorn tal i com fem ara a l'estiu. A més a més, què en traiem de tenir molta llum quan anem a treballar? Per a mi, com si fos fosc fins a les 10:00 del matí, el més important és poder aprofitar la llum a la sortida. Si hi ha d'haver algun canvi, és que l'horari actual d'estiu s'apliqui també a l'hivern.

JORDI FRIGOLA FONT

Estic totalment d'acord que si s'ha de deixar algun horari sigui el d'estiu. És molt millor tenir llum a la tarda que no pas anar a treballar amb fosc! La gent ho agraeix més.

MERCÈ AF

Això es cosa de les elèctriques, que encara volen enriquir-se més a compte del poble.

F. INFOGRAFIES, IMATGES I MAPES

1. Gent gran i reforma horària
2. Campanya “Trobar temps dins del temps”
3. Trobar temps dins del temps per a les dones
4. Bases Impuls Pacte reforma horària
5. Pacte per a la reforma horària
6. Objectiu 2025
7. Cartell Setmana dels Horaris

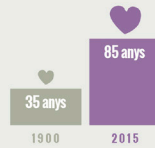
1. Gent gran i reforma horària

PER QUÈ LA GENT GRAN NECESSEM LA REFORMA HORÀRIA

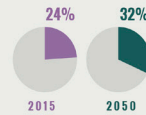


SOM UNA PART CADA VEGADA MÉS IMPORTANT DE LA SOCIETAT

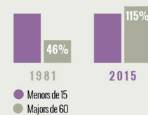
L'esperança de vida a Catalunya es de les més altes del món.



Persones més grans de 60 anys a Catalunya



Persones més grans de 60 anys vs. menors de 15

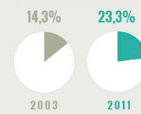


La convivència entre ciutadans, persones adultes i gent gran ha augmentat 20 anys

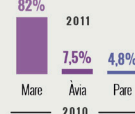


TENIM CURA DE LES NÉTES I NÉTS I SOVINT DE TOTA LA FAMILIA

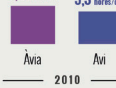
Portem i recollim les nétes i néts a l'escola i els hi donem el dinar, berenar i sopar



Encarregats en l'educació dels menors de 3 anys



Cura de les nétes i néts



Cures i transferències financeres



Font: Institut Català d'Estadística, Centre d'Investigacions Sociològiques, Libro Blanco de Envejecimiento Activo, del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad y el Libro Verde del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.

I TANMATEIX, VOLEM TEMPS PER A NOSALTRES

El 54% de persones havia iniciat alguna activitat en arribar a la jubilació.

27%



12%



9%



I també...

Estem compromesos i compromeses amb el coneixement a través de les Aules Grans, Seniors o d'Extensió Universitària, uniques al món.

Volem aprofitar els espais públics de relació i aprenentatge que ens ofereixen les institucions públiques.

Ets sentim útils en les organitzacions de voluntariat, tan si són culturals, assistencials o fins i tot de compromís polític.

Font: Libro Blanco de Envejecimiento Activo del Ministerio de Sanidad i Política Social

Per una nova cultura del temps, per una nova mesura de la llibertat

Generalitat de Catalunya
Departament de Treball,
Afers Socials i Famílies

INICIATIVA PER A LA REFORMA HORÀRIA

@ReformaHoraria
www.facebook.com/reformahoraria

2. Campanya “Trobar temps dins del temps”

Trobarem temps dins del temps.



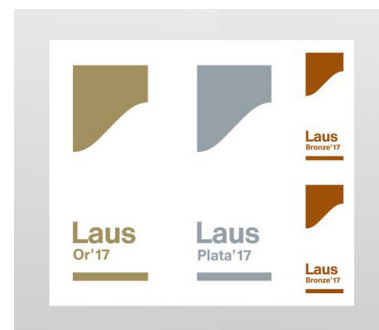
Uneix-te a la Reforma Horària i descobreix la vida que t'espera.

Aviat podrem afegir més temps a la nostra vida. Amb la recent signatura del Pacte per la Reforma Horària, les principals institucions i organitzacions de Catalunya es comprometen a assolir una nova cultura del temps el 2025. Perquè ja és hora que tornem a gaudir del nostre temps amb llibertat.

012
gencat.cat

reformahoraria.gencat.cat
#reformahoraria

 Generalitat
de Catalunya



3. Trobar temps dins del temps per a les dones

TEMPS DINS EL TEMPS PER A LES DONES

campanya a favor de la  REFORMA HORÀRIA

Què pretén?



La reforma horària impulsa uns hàbits horaris cívics, potenciant la igualtat entre les persones, les nostres capacitats de bona relació i, sobretot, la nostra salut i benestar.



Com ho farem?

abril
25

Presentació i debat dels materials de campanya
CONSELL NACIONAL DE DONES DE CATALUNYA (CNDC)



Presentació d'aportacions online a
infoareformahoraria.cat

juny

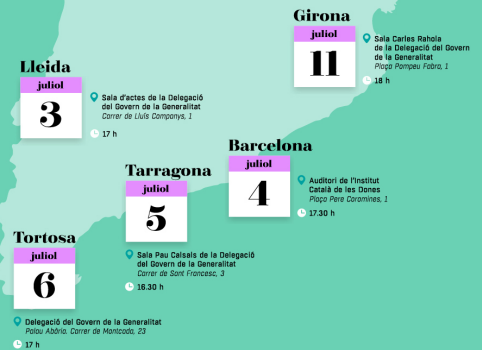
13

Presentació dels materials de campanya

4a Setmana dels Horaris

del 12 al 18 de juny de 2017

Sessions de formació de formadores



Per una nova cultura del temps, per una nova mesura de la llibertat

 REFORMA HORÀRIA

@Reformahoraria

facebook.com/reformahoraria

 Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones

@ICDones

facebook.com/icdones

4. Bases Impuls Pacte reforma horària

govern.cat

2'
En dos
minuts

El Govern es compromet a assolir l'objectiu 2025 a través del Pacte per la Reforma Horària

#210

Juny
2017

XI legislatura



Neus Munté anuncia que la voluntat del Govern és signar el Pacte per la Reforma Horària el juliol

Què és l'objectiu 2025?

L'Objectiu 2025 és el compromís dels promotors del Pacte per la Reforma Horària per:

- 1 Recuperar les dues hores de desfasament horari en relació amb la resta del món
- 2 Impulsar una nova cultura del temps a les organitzacions a favor de models més eficients i més flexibles per atendre les noves necessitats socials
- 3 Consolidar el factor temps com a nova mesura de llibertat, equitat i benestar

A què contribueix?

- Augmentar els nivells de benestar social de la ciutadania i protegir-ne la salut
- Fer una distribució més racional del temps en la vida quotidiana
- Millorar la conciliació de la vida familiar, laboral i personal
- Afavorir la pràctica d'activitats que comporten hàbits més saludables
- Millorar el rendiment escolar
- Incrementar el temps per al descans
- Assolir els objectius de corresponsabilitat i d'equitat de gènere
- Afavorir la participació ciutadana en iniciatives i organitzacions de la societat civil i en la gestió dels afers públics
- Millorar la productivitat i la competitivitat de les empreses
- Incrementar el rendiment laboral, afavorir la millora en la presa de decisions i reduir la sinistraltat laboral
- Aconseguir estalvi d'energia derivat de la compactació d'horaris i per la reducció dels desplaçaments al lloc de treball

Propostes per aconseguir-ho

- Compactar la jornada laboral per avançar l'hora de sortida de la feina
- Introduir horaris laborals més flexibles d'entrada i sortida
- Avançar les hores dels àpats, tant del dinar com del sopar
- Sincronitzar els horaris de les empreses, institucions i actors socials i culturals

Indicadors L'Objectiu 2025 ens ha de portar en els propers anys a equiparar els següents indicadors dels àmbits de la salut, organitzacions, serveis públics, educació, cultura i oci, comerç i consum i mobilitat amb la mitjana europea:

Salut

- Avançar l'hora d'anar a dormir
- Recuperar el temps de son perdut
- Reduir l'estrès de les persones treballadores, especialment el femení

Organitzacions

- Augmentar els mecanismes de flexibilitat laboral pactada
- Incrementar el teletreball
- Reduir a un màxim d'una hora la pausa per dinar
- Avançar la finalització de la jornada laboral
- Augmentar la productivitat per hora treballada
- Millorar la competitivitat de les organitzacions
- Reduir l'absentisme laboral injustificat
- Aplicar la bossa d'hores
- Reduir la rotació
- Augmentar el nombre de treballadors que fan els àpats en un horari saludable

Serveis públics

- Avançar el tancament dels equipaments i edificis públics
- Augmentar els pactes del temps als municipis
- Augmentar les gestions administratives realitzades en línia
- Avançar l'horari de finalització de l'activitat pública

Educació

- Incorporar el dinar en l'horari dels instituts
- Avançar els horaris de l'activitat extraescolar
- Avançar l'horari de finalització de les activitats extraescolars
- Avançar l'horari de finalització dels estudis superiors

Cultura i oci

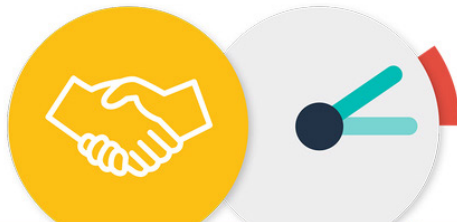
- Equiparar l'hora punta televisiva
- Avançar l'horari dels espais informatius a la televisió
- Avançar l'hora de finalització de l'activitat física esportiva
- Eliminar l'oferta televisiva destinada a infants i adolescents en horari nocturn

Comerç i consum

- Augmentar la compactació horària dels comerços
- Consolidar una franja horària de consum responsable

Mobilitat

- Disminuir el temps en desplaçaments de casa a la feina
- Reduir l'accidentalitat in itinere
- Incrementar l'oferta de transport públic i col·lectiu en els horaris de màxima afluència



Generalitat de Catalunya

5. Pacte per a la reforma horària



6. Objectiu 2025

Objectiu 2025

 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 més flexibles** per atendre les noves necessitats socials.

 Consolidar el factor temps com a nova **mesura de llibertat, equitat i benestar.**

REFORMA HORÀRIA

Generalitat de Catalunya

Objectiu2025

REFORMA HORÀRIA



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 més flexibles** per atendre les noves necessitats socials.



Consolidar el factor temps com a nova **mesura de llibertat, equitat i benestar.**

REFORMA HORÀRIA

Generalitat de Catalunya

Objectiu2025



Beneficis

- ✓ Augmentar el nivell de benestar social de la ciutadania i protegir-ne la salut, especialment la dels col·lectius més vulnerables.
- ✓ Fer una distribució més racional del temps en la vida quotidiana.
- ✓ Assolir uns nivells més alts de conciliació de la vida familiar, laboral i personal.
- ✓ Afavorir la pràctica d'activitats que contribueixin a l'adopció d'hàbits més saludables.
- ✓ Millorar el rendiment escolar.
- ✓ Incrementar el temps per al descans.
- ✓ Assolir els objectius de coresponsabilitat i d'equitat de gènere.
- ✓ Afavorir la participació ciutadana en iniciatives i organitzacions de la societat civil i en la gestió dels afers públics.
- ✓ Millorar la productivitat i la competitivitat de les empreses.
- ✓ Incrementar el rendiment laboral, afavorir la millora en la presa de decisions i reduir la sinistraltat laboral.
- ✓ Fer possible la sostenibilitat energètica per l'estalvi d'energia derivat de la compactació d'horaris i per la reducció dels desplaçaments al lloc de treball.

REFORMA HORÀRIA

Generalitat de Catalunya

Objectiu2025



Com

Compactar la jornada laboral per avançar l'hora de sortida de la feina.

Introduir horaris laborals més flexibles d'entrada i sortida.

Avançar les hores dels àpats, tant del dinar com del sopar.

Sincronitzar els horaris de les empreses, institucions i actors socials i culturals.

REFORMA HORÀRIA

Generalitat de Catalunya

Objectiu2025



Salut

Avançament de l'hora d'anar a dormir

Recuperació del temps de son perdut

Reducció de l'estrès de les persones treballadores, especialment el femení



Objectiu2025



Organitzacions

- ✓ Augment dels mecanismes de flexibilitat laboral pactada
- ✓ Increment del teletreball
- ✓ Reducció a un màxim d'una hora la pausa per dinar a les organitzacions
- ✓ Avançament de la finalització de la jornada laboral

- ✓ Augment de la productivitat per hora treballada
- ✓ Millora de la competitivitat de les organitzacions
- ✓ Reducció de l'absentisme laboral injustificat
- ✓ Aplicació de la bossa d'hores

- ✓ Reducció de la rotació a les organitzacions
- ✓ Augment del número de persones treballadores que fan els àpats en una franja horària saludable



Objectiu2025



Serveis públics

Avançament del tancament dels equipaments i edificis públics

Augment dels pactes del temps als municipis

Augment de les gestions administratives realitzades online

Avançament de l'horari de finalització de l'activitat pública



Objectiu2025



Educació

Incorporació del dinar en l'horari dels instituts

Avançament dels horaris de l'activitat extraescolar

Avançament de l'horari de finalització de les activitats extraescolars

Avançament de l'horari de finalització dels estudis superiors



Objectiu2025



Cultura i oci

Equiparació de l'hora punta televisiva

Avançament de l'horari dels espais informatius a la televisió

Avançament de l'hora de finalització de l'activitat físic-esportiva

Eliminació de l'oferta televisiva destinada a infants i adolescents en horari nocturn



Objectiu2025



Comerç i consum

Augment de la compactació horària dels comerços

Consolidació d'una franja horària de consum responsable



7. Cartell Setmana dels Horaris



ALTAVEU

A. CONSELL ASSESSOR PER A LA REFORMA HORÀRIA

Javier Albares, metge especialista en medicina del son [Clínica del Son Teknon]

Assumpta Baig, mestra [Associació Salut i Família]

Sara Berbel, psicòloga social [Ajuntament de Barcelona]

Salvador Cardús, sociòleg [Universitat Autònoma de Barcelona]

Lluís Casado, consultor [Grupo Mediterráneo Consultores]

Trinitat Cambras, professora [Universitat de Barcelona]

Nuria Chinchilla, professora [IESE Business School]

Anna Ginés, professora [ESADE - Universitat Ramon Llull]

Josep Ginesta, treballòleg [Govern de la Generalitat de Catalunya]

Elvira Méndez, directora general [Associació Salut i Família]

Fabian Mohedano, treballòleg i diputat [Parlament de Catalunya]

Jordi Ojeda, professor [Universitat de Barcelona]

Mercè Otero Vidal, professora [Ca la Dona]

Cristina Sánchez-Miret, sociòloga [Universitat de Girona]

Esther Sánchez, manager de recursos humans i presidenta [Consell Assessor per a la reforma horària]

Elena Sintes, sociòloga [Fundació Bofill]

B. COL-LABORACIONS

Maria Bermejo, estratègia financera

Núria Galán, administració i secretaria

Cristina González, xarxes socials

Xavier Peralta, consultoria en projectes

Idoia Vallverdú, disseny gràfic Col·lecció reforma horària

Enric Vaquer, correcció de textos

C. LES PERSONES AMB QUI HEM DIALOGAT

- **Adrià Comella**, secretari general del Departament de Justícia del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Agnela Domínguez**, directora de Comunicació i Activitats de la Societat General d'Autors i Editors (SGAE)
- **Agustí Colomines**, director de l'Escola d'Administració Pública de Catalunya (EAPC) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Agustí Guillén**, secretari tècnic Federació Catalana de Centres d'Ensenyament (FCCE)
- **Aina Santiago**, arquitecta a CODI Estudi
- **Alba Garcia**, secretària de la Dona i Cohesió Social CCOO de Catalunya
- **Albert Alemany**, CEO a AlteregoWeb
- **Albert Boadella**, director de MIKSo
- **Albert Carner**, director de RSC del Banc Sabadell
- **Albert Llop**, president de la Coordinadora d'Usuaris de la Sanitat, Salut, Consum i Alimentació
- **Albert Serra**, secretari general del Departament de Salut del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Albert Toda**, secretari de sector de Gràfiques i Comunicació UGT de Catalunya
- **Alejandro Adán**, assessor Jurídico-Laboral FeSMC-UGT de Catalunya
- **Alejandro Goñi**, president de PIMEC Comerç

- **Àlex Casanovas**, president de l'Associació d'Actors i Directors Professionals de Catalunya (AADPC)
- **Àlex Garrido**, alcalde de Manlleu i president de l'Àmbit de Cultura, Joventut i Esports de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
- **Àlex Mañas**, tinent d'alcalde de l'Ajuntament de Badalona, i vice-president de l'Àmbit de Desenvolupament Econòmic i Ocupació de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
- **Alex Rivera**, director INDESCAT, Clúster de la Indústria de l'Esport
- **Alexandre Juanola**, president de la Federació Empresarial Catalana d'Autotransport de Viatgers (FECAV)
- **Alexia Pérez**, gerent del Col·legi de Llicenciats en Educació Física i Ciències de l'Activitat Física i l'Esport del Departament de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Alfons Bielsa**, president del Col·legi Oficial d'Òptics Optometristes de Catalunya (COOOC)
- **Alicia Àvila**, subdirecció General d'Ordenació i Desenvolupament Professional del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Àngel Cortadelles**, director de Serveis del Departament de Justícia del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Àngels Chacón**, directora general d'Indústria de la Conselleria d'Empresa i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Àngels Cuadrada**, subdirectora general de Relacions Laborals i Qualitat en el Treball del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Anna Berga**, vicerectora de Relacions Internacionals i Estudiants (2010-2012) i secretària general Universitat Ramon Llull (URL)
- **Anna Beriain**, secretària general Universitat Abat Oliba CEU
- Anna Bertrana, directora executiva a DCU Advance Tecnològic
- **Anna Fornés**, directora de la Fundació Factor Humà
- **Anna Pruna**, presidenta del Cluster de la Indústria de l'Esport (INDESCAT)
- **Anna Suades**, directora de l'agència Minimilks
- **Anna Tardà**, presidenta de l'Organització de Consumidors i Usuaris de Catalunya (OCUC)
- **Antoni de Ribera**, secretari general del Consell d'Empreses Distribuïdores d'Alimentació de Catalunya (CEDAC)
- **Antoni Diaz**, director general d'Alimentació, Qualitat i Indústries Agroalimentàries del Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació de la Generalitat de Catalunya
- **Antoni Escudero**, gerent de l'Associació d'Empreses de Teatre de Catalunya (ADETCA)
- **Antoni Herrera**, subdirector general de Protecció i Promoció de la Cultura Popular i Tradicional del Departament de Cultura del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Antoni Iglésies**, soci de Iglesias Associats
- **Antoni M. Brunet**, president de la Cambra Oficial de Comerç, Indústria i Serveis de Sabadell
- **Antoni Molons**, secretari de Difusió i Atenció Ciutadana del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Arnau Queralt**, director general del Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Arola Sacristán**, responsable de Gestió de Persones i Processos del Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya
- **Assumpta Barbens**, Secretaria d'Acció Sindical Intersindical Alternativa de Catalunya (CATAC-IAC)
- **Beatriz Fernández-Tubau**, vicepresidenta d'ACEE & Fepime Catalunya
- **Betona Comin**, presidenta de la Federació de AMPAs de l'Agrupació Escolar Catalana (AFAEC)
- **Camil Ros**, secretari general de la UGT de Catalunya
- **Camilo Tarrazón**, president del Gremi d'Empresaris de Cinemes de Catalunya
- **Carles Barba**, vicepresident Relacions Institucionals i Comunicació a Fundesplai
- **Carles Puigdemont**, president del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Carles Ribera**, coordinador de l'àrea tècnica del Consell d'Empreses Distribuïdores d'Alimentació de Catalunya (CEDAC)
- **Carles Villalante**, secretari de Política Institucional i Programes de la UGT de Catalunya
- **Carme Bertral**, presidenta de la

- Comissió Sectorial de Salut del Departament de Salut del govern de la Generalitat de Catalunya
- **Carme Forcadell**, presidenta del Parlament de Catalunya
 - **Carme Ortoll**, directora general d'Educació Infantil i Primària del Departament d'Ensenyament del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Carme Rubió**, subdirectora general de Desenvolupament Turístic Territorial del Departament d'Empresa i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Carme Sabater**, presidenta a la Coordinació d'Usuaris de la Sanitat, Salut, Consum i Alimentació (CUS)
 - **Carmen Cabezas**, subdirecció general de Promoció de la Secretaria de Salut Pública del Departament de Salut del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Carmen ERCILLA**, vicepresidenta del Col·legi de Llicenciats en Educació Física i Ciències de l'Activitat Física i l'Esport de Catalunya (COPLEFC)
 - **Carmen Zapata**, gerent de l'Associació de Sales de Concerts de Catalunya (ASACC)
 - **Carolina Isern**, tècnica de Màrqueting a Eurofirms SSSC
 - **Cèsar Puig**, secretari general del Departament d'Interior del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **César Sánchez**, secretari general de FEPIME
 - **Cesc Iglésies**, secretari d'Afers Socials i Famílies del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Conxi Martínez**, presidenta de la Federació d'Entitat d'Atenció a la Infància i Adolescència (FEDAIA)
 - **Conxita Mayos**, cap del Servei d'Ordenació Curricular de l'Educació Secundària Obligatoria i el Batxillerat del Departament d'Educació del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Cristina Bundó**, presidenta de l'Associació de Comerciants de Vilafranca del Penedès- Centre Vila
 - **Cristina Escudé**, membre del Comitè Executiu de la patronal CECOT i de la junta Unió d'Entitats de Retail de Catalunya, RETAILcat (Retail.cat)
 - **Cristina Realp**, secretaria general de la Universitat Ramon Llull (URL)
 - **Dani Hernández**, cap de gabinet del president del Consell de l'Audiovisual de Catalunya (CAC)
 - **Daniel Fernández**, cap del Servei d'Inspecció de la Direcció General de Transports i Mobilitat de la Generalitat de Catalunya
 - **David Alquezar**, alcalde de Sant Martí de Tous
 - **David Arribas**, secretari de Finances del Sindicat Metges de Catalunya
 - **David Carbajales**, secretari d'Acció Sindical del Sindicat d'Infermeria SATSE - Catalunya
 - **David Carbonés**, director de Ribas Àlbarz Assessors i Consultors
 - **David Elvira**, director del Servei Català de la Salut del Departament de Salut del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **David Mascort**, secretari general del Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Dolors Llobet**, secretària de Comunicació i Xarxes Socials CCOO de Catalunya
 - **Elena Ramos**, responsable d'Organització i Recursos Humans de la Diputació de Girona
 - **Elisa de Frutos**, secretària de Comunicació de Metges de Catalunya
 - **Elisabet Vilalta**, directora general de Comertia
 - **Elsa Artadi**, directora general de Coordinació Interdepartamental del Departament de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Elvira Bisbe**, vicepresidenta del Col·legi Oficial de Metges de Barcelona
 - **Emiliano Maroto**, president de l'Agrupament de Botiguers i Comerciants de Catalunya (ABCCAT)
 - **Encarna Fernández**, secretària general de la Federació d'Empleats i Empleades dels Serveis Públics (FeSP) de la UGT de Catalunya
 - **Enric Fossas**, rector de la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC)
 - **Enric Mangas**, president de la Unió Catalana d'Hospitals
 - **Enric Vinaixa**, director general de Relacions Laborals i Qualitat en el Treball del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Enrich Enrech**, president del Col·legi Oficial d'Agents Comercials de Barcelona (COACB)
 - **Esteban Sanabria**, secretari de negociació col·lectiva a la Federació de Serveis de CCOO de Catalunya
 - **Ester Benach**, cap de Responsabilitat

- Social Corporativa del Clubs Claror
- **Esther Pujol**, alcaldessa de Tiana i membre del Comitè executiu de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
 - **Esther Salat**, vocal de la Comissió d'Ensenyament de l'Associació Catalana de Municipis (ACM)
 - **Esther Vidal**, directora de Serveis d'Economia Cooperativa, Social i Solidària de l'Ajuntament de Barcelona
 - **Eva Gajardo**, secretària d'Igualtat i Formació Professional UGT de Catalunya
 - **Eva Guijarro**, responsable de Comunicació de l'Associació comarcal d'empresaris Berguedà
 - **Eva Sánchez**, directora de l'Àrea de Patrimoni i Inversions i Recursos Humans del Servei Català de la Salut
 - **Ferran Falcó**, secretari general del Departament de Territori i Sostenibilitat del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Francesc Esteve**, secretari general del Departament de Governació, Administracions Públiques i Habitatge del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Francesc Pena**, conseller delegat de la Xarxa Audiovisual Local (XAL)
 - **Francesc Robert**, secretari general de l'Associació Catalana de Ràdio
 - **Francesc Vilaró**, cap del Gabinet Tècnic del Departament de Cultura del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Frederic Udina**, director de l'Institut d'Estadística de Catalunya (IDESCAT)
 - **Gabriel Jané**, vicepresident de

- la Unió d'Entitats de Comerç de Catalunya (Retail.cat)
- **Gerard Esteve**, president de la Unió de Federacions Esportives de Catalunya i del Comitè Olímpic Català
 - **Gerard Figueras**, secretari general de l'Esport del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Gloria Cabrera**, directora de Comunicació de la Federació Catalana de Locals d'Oci Nocturn (FECALON)
 - **Glòria Jodar**, vicepresidenta del Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Barcelona (COIB)
 - **Glòria Plana**, regidora de Promoció Econòmica de l'Ajuntament de Girona
 - **Glòria Sánchez**, secretària d'Organització i Formació de la Federacion de Comercio, Hostelería-Turismo y Juego (CHTJ-UGT)
 - **Helena de la Campa**, directora de relacions laborals i negociació col·lectiva de PIMEC
 - **Ignasi Buqueras**, president d'honor d'ARHOE
 - **Ignasi Velasco**, president de l'Associació Joves Dirigents Catalans (JODIC)
 - **Imma Alsina**, subdirectora general de Recursos Humans, Organització i Relacions Laborals del Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **M. Luz Bataller**, directora general de la Inspecció de Treball i Seguretat Social del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Isaac Peraire**, alcalde de Prats de

- Lluçanès
- **Isaac Sunyer**, consultor SEO Alchimiaweb SL
 - **Isabel Pérez**, secretària de la Junta de la Unió de Federacions Esportives de Catalunya
 - **Isabel Sánchez**, directora de l'Escola Rius i Taulet i presidenta d'Axia-Associació de Directius de l'Educació Pública de Catalunya
 - **Isabel Vidal**, secretària de l'Associació d'Empreses de Teatre de (ADETCA)
 - **Itziar Ruedas**, advocada del Departament Jurídic de PIMEC
 - **Joaquim Boadas**, secretari general i cap dels serveis jurídics de la Federació Catalana d'Associacions d'Activitats de Restaurants i Musicals (FECASARM)
 - **Jaume Aguilar**, president de la Federació de Moviments de Renovació Pedagògica de Catalunya (FMRPC)
 - **Jaume Casals**, rector de la Universitat Pompeu Fabra (UPF)
 - **Jaume Domingo**, president de la Unió de Consells Esportius de Catalunya (UCEC)
 - **Jaume Francesc Garcés**, vicepresident segon del Col·legi de Graduats Socials de Catalunya
 - **Jaume Padrós**, president del Col·legi Oficial de Metges de Barcelona
 - **Jaume Peral**, director de TV3
 - **Javier Ibars**, director de Relacions Laborals de Foment del Treball
 - **Jesús Martín**, Federació de Treballadors de l'Ensenyament - UGT de Catalunya
 - **Jesús Poza**, vicepresident del sector cultural de l'Associació

- Catalana d'Empreses del Lleure, l'Educació i la Cultura (ACELEEC)
- **Joan Carles Calbet**, president de Retailcat, Unió Entitats de Comerç de Catalunya
 - **Joan Casanovas**, direcció general de Mitjans de Comunicació del Departament de la Presidència del Govern de la Generalitat
 - **Joan Guitart**, director Equip Vendes a ATRESMEDIA Publicidad
 - **Joan Josep Omella**, president Fundació Escola Cristiana de Catalunya (FECC)
 - **Joan Manuel Parisi**, gerent del Secretariat d'Entitats de Sants, Hostafrancs i la Bordeta
 - **Joan Pineda**, secretari del Col·legi Professional de l'Audiovisual de Catalunya
 - **Joan Ribas**, CEO i soci fundador de GNA
 - **Joan Sala**, director general del Sistema d'Emergències Mèdiques (SEM)
 - **Joan Segarra**, director de la Federació de Cooperatives d'Ensenyament de Catalunya i President de la Patronal del Tercer Sector Social de Catalunya
 - **Joan Vila**, cap de Recursos Humans de la Diputació de Girona
 - **Joaquim Gay de Montellà**, president de Foment del Treball
 - **Joaquim Sangrà**, cap de l'Àrea de Comissions de l'Associació Catalana de Municipis (ACM)
 - **Jordi Balot**, vocal de voluntariat Federació Catalana de Voluntariat Social (FCVS)
 - **Jordi Casas**, membre del Col·legi Oficial de Farmacèutics de Barcelona
 - **Jordi Cruz**, president del Sindicat de Metges de Catalunya
 - **Jordi del Rio**, director general de Mitjans de Comunicació del Departament de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Jordi Escayola**, coordinadora d'Usuaris de la Sanitat, Salut, Consum i Alimentació (CUS)
 - **Jordi Fabrellas**, degà del Col·legi d'Enginyers Tècnics Industrials de Girona
 - **Jordi Giró**, president de la Confederació d'Associacions Veïnals de Catalunya (CONFAVC)
 - **Jordi Gratacós**, director de l'Associació Professional de Representants, Promotors i Mànagers de Catalunya (ARC)
 - **Jordi Jardí**, director general d'Administració de Seguretat del Departament d'Interior del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Jordi Miró**, director general d'Atenció a la Família i Comunitat Educativa del Departament d'Ensenyament del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Jordi Roco**, coordinador d'Hisenda, Recursos Humans, Processos i Societat de la Informació de la Diputació de Barcelona
 - **Jordi Sans**, director de la Unió de Federacions Esportives de Catalunya (UFEC)
 - **Jordi Solà**, director de l'Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (INEFC)
 - **Jordi Tarruella**, vicepresident de l'Associació d'Impositors de bancs i caixes d'estalvi de Catalunya (AICEC)
 - **Jordi Tous**, vicerector Universitat Rovira i Virgili (URV)
 - **José Luis Casero**, president d'ARHOE
 - **José Luis Díaz**, vocal de la Federació Catalana de Centres d'Ensenyament
 - **José Luis Nueno**, vocal de FACUA, Consumidors en Acció
 - **José Manuel Jurado**, responsable de Sostenibilitat de CCOO de Catalunya
 - **Josep Anton Ferré**, rector Universitat Rovira i Virgili (URV)
 - **Josep Anton Planell**, rector de la Universitat Oberta de Catalunya (UOC)
 - **Josep Caníció**, president de la Comissió de Llengua del Consell de l'Advocacia Catalana
 - **Josep Diaz**, president de la Federació Catalana de Centres d'Ensenyament
 - **Josep Ginesta**, secretari general del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Josep Lluís Navarro**, director executiu del Col·legi Oficial d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya
 - **Josep López**, president de la Federació d'Associacions de Mares i Pares d'Alumnes d'Ensenyament Secundari (FAPAES)
 - **Josep M. Jové**, secretari general de la Vicepresidència i d'Economia i Hisenda del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Josep M. Marquès**, director de

Desenvolupament Organitzatiu de Barcelona Activa

- **Josep M. Vergés**, president de l'Associació de Marxants de les Comarques Gironines
- **Josep Maldonado**, assessor de l'Esport Català
- **Josep Manuel Prats**, president de FAPEL
- **Josep Maria Fortuny**, subdirector general de Transports del Departament de Territori i Sostenibilitat de la Generalitat de Catalunya
- **Josep Maria Gascón**, director de l'Àrea d'Estratègia i Intel·ligència Competitiva d'ACCIÓ
- **Josep Maria Recasens**, subdirector general d'Atenció al Consumidor de l'Agència Catalana del Consum del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Josep Maria Romagosa**, president de la Confederació Cristiana d'Associacions de Mares i Pares d'Alumnes de Catalunya (CCAPAC)
- **Josep Maria Sallán**, secretari general de la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC)
- **Josep Panadès**, secretari de l'Organització de Consumidors i Usuaris de Catalunya (OCUC)
- **Josep Solà**, president de l'Associació Catalana de protocol i Relacions Institucionals (ACPRI)
- **Josep Vilà**, gerent de l'Institut d'Educació Física de Catalunya (INEFC)
- **Josep Vilajoana**, degà del Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya
- **Josep Vilaplana**, consell del Col·legis de Metges de Catalunya (CCMC)

- **Juan Ignacio Soto**, secretari general de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
- **Juana Ibañez**, subdirectora general d'Espectacles Públics i Activitats Recreatives del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Juan José Bravo**, membre del secretariat Interuniversitari de CCOO de Catalunya
- **Juanjo Serrán**, cap de gabinet de la presidència de la Diputació de Girona
- **Laia Grabulosa**, directora de la Confederació Patronal del Tercer Sector Social de Catalunya
- **Laura Baladas**, defensora de l'Audiència i cap del Servei d'Atenció de TV3
- **Laura Domingo**, experta Universitat de Vic (UVIC)
- **Laura López**, directora de RETAILcat, Unió d'Entitats de Retail de Catalunya
- **Lloç Villaplana**, secretari d'Acció Sindical de la Unió Sindical Obrera de Catalunya (USOC)
- **Lluís Alegre**, director tècnic a l'Autoritat del Transport Metropolità (ATM)
- **Lluís Arnáiz**, president Federació Catalana de Locals d'Oci Nocturn (FECALON)
- **Lluís Blanco**, portaveu Intersindical Alternativa de Catalunya (IAC)
- **Lluís Font**, president del Consell Escolar de Catalunya
- **Lluís Rovira**, director de la Institució dels Centres de Recerca de Catalunya
- **Lluís Vendrell**, membre del Consell General de les Cambres Oficials de Comerç, Indústria i Navegació de

Catalunya

- **Louise Monally**, professora del Departament de Traducció i Ciències del Llenguatge Universitat Pompeu Fabra (UPF)
- **Luigi Bugualla**, membre de la Junta Directiva de Associació de Consumidors de Mitjans Audiovisuals de Catalunya (TAC)
- **Luis Jiménez**, Secretari general de la Federació de Serveis CCOO de Catalunya
- **Luis Torrents**, president de l'Associació de Sales de Concerts de Catalunya (ASACC)
- **M. Àngels Crusellas**, doctora en Ciències Físiques Universitat de Vic (UVIC)
- **M. Carme Navarro**, secretària general de la Federació de Sanitat de CCOO de Catalunya
- **Manel Bardavio**, adjunt a la Direcció de l'Escola d'Administració Pública de Catalunya (EAP)
- **Manel Domingo**, degà del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya
- **Manel Ferré**, president del Consorci de Salut i Social de Catalunya
- **Manuel Fagés**, secretari general de la Federació de Serveis a la Ciutadania de CCOO de Catalunya
- **Manu Galindo**, director del programa d'Usos del Temps i Memòria Històrica Ajuntament de Terrassa
- **Manuel Pulido**, secretari general de la Federació d'Educació de CCOO de Catalunya
- **Marc Barbens**, secretari general de l'Associació Catalana de Municipis (ACM)
- **Marc Pifarré**, secretari general

- a l'Associació Catalana de Municipis (ACM)
- **Marc Noelle**, soci fundador de Softmachine
 - **Marc Viñas**, subdirector general de Cooperació Social i Voluntariat del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Marga Carballo**, coordinadora tècnica de Recursos Humans del Consorci de Salut i Social de Catalunya
 - **Margarita Arboix**, rectora de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB)
 - **Margarita Gómez**, cap del Servei de Control d'Espectacles Públics i Activitats Recreatives
 - **Mari Carme Sabater**, responsable de la Coordinadora d'Usuaris de Sanitat, Salut, Consum i Alimentació
 - **Mari Carmen Altabella**, responsable de Màrqueting i Comunicació de Robotics
 - **Maria Boada**, directora general de Turisme. Servei d'Informació i Difusió del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Maria Genescà**, vicegerent d'organització de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB)
 - **Maria Jesús Mier**, secretària general del Departament d'Ensenyament del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Maria José Gómez**, responsable de l'Àmbit LGTBI de CCOO de Catalunya
 - **Maria Llongueras**, responsable de comunicació d'ARAG
 - **Maria Pilar Espelt**, membre del consell de Col·legis d'Infermeres i Infermers de Catalunya
 - **María Recuero**, secretària general de la Unió Sindical Obrera de Catalunya (USOC)
 - **Maria Teresa Sambola**, cap de l'àrea d'educació de l'Hospitalet de Llobregat, comissió mixta de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
 - **Maria Victòria Tondo**, membre de l'Associació d'Empresaris de Clubs Catalans de Fitness (ADECAF)
 - **Maribel Pleguezuelos**, àmbit de Drets Socials de la Federació Catalana de Municipis
 - **Marina Garcia**, cap de gabinet de la Presidència del Parlament de Catalunya
 - **Marlen Minguell**, cap d'organització i gestió de la Diputació de Lleida
 - **Marta Vilalta**, directora general de Joventut del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Martí Vallès**, alcalde de Cassà de la Selva
 - **Matilde Torralba**, presidenta de l'Associació de Consumidors de la província de Barcelona (ACPB)
 - **Màxim Pujade**, coordinador del Sector Mitjans Comunicació, Oci, Cultura i Esport de CCOO de Catalunya
 - **Mercè Jou**, secretaria general del Consell Interuniversitari de Catalunya
 - **Meritxell Masó**, secretària d'administració i funció pública del Departament Governació, Administracions Públiques i Habitatge del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Miquel Àngel de Garro**, assessor de PIMEC Comerç
 - **Miquel Desoi**, director de recursos humans de Laboratoris Hipra
 - **Miquel Mateo**, secretari general de la Fundació Escola Cristiana de Catalunya
 - **Mireia Cabero**, psicòloga i coach
 - **Mireia Tenorio**, tècnica en gestió de persones de Càritas Girona
 - **Mireia-Júlia Ruíz**, directora de la Federació Empresarial Catalana d'Autotransport de Viatgers (FECAV)
 - **Mònica Laencuentra**, directora de Talento del Col·legi d'Arquitectes de Catalunya (CAC)
 - **Mònica Martínez**, advocada membre de la Federació Unió Cívica de Consumidors i Mestresses de Casa de Catalunya (UNAE)
 - **Mònica Nadal**, directora del Departament d'Investigació Fundació Jaume Bofill
 - **Montse Gallardo**, subdirectora general de Comerç del Departament d'Empresa i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Montse Hidalgo**, delegada de la Xarxa Audiovisual Local de CCOO de Catalunya
 - **Montse Peña**, secretària autonòmica de Catalunya del Sindicat d'Infermeria (SATSE – Catalunya)
 - **Montserrat Llobet**, directora de serveis territorials del Departament d'Ensenyament del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Montserrat Mas**, presidenta de Gestiona, Associació Catalana de Gestors d'Equipaments Esportius

- Públics de Catalunya
- **Montserrat Milán**, responsable de Formació Professional de la Federació d'Ensenyament CCOO de Catalunya
 - **Montserrat Payés**, cap de servei d'Ordenació Curricular d'Educació Infantil i Primària
 - **Montserrat Ribera**, directora de l'Agència Catalana de Consum del Departament d'Empresa i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Montserrat Teixidor**, degana del Consell de Col·legis d'Infermeres i Infermers de Catalunya
 - **Muntsa Vilalta**, directora general de Comerç del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Natàlia Garriga**, directora de Serveis del Departament de la Vicepresidència i d'Economia i Hisenda del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Neus Bonet**, presidenta del Col·legi de Periodistes de Catalunya
 - **Neus Munté**, consellera de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Noemí Mascaraque**, presidenta de l'Associació de Consumidors Federació Unió Cívica de Consumidors i Mestresses de Casa de Catalunya (UNAE)
 - **Nuri Salvador**, directora executiva de Gironina de Traduccions, SL / LINK
 - **Núria Gavarró**, regidora Transparència, TIC, Participació Ciutadana i Igualtat de l'Ajuntament de Valls
 - **Núria Gómez**, vocal de CCOO de Catalunya
 - **Núria Llorach**, vicepresidenta de la Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals (CCMA)
 - **Ole Thorson**, president de l'Associació per la Prevenció d'Accidents de Trànsit
 - **Olinda Anía**, experta en polítiques de la reforma de l'Administració del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Oriol Blancher**, vicepresidenta Agrupació Escolar Catalana (AEC)
 - **Oriol Carbonell**, vicepresident de l'Associació Catalana d'Empreses del Lleure, l'Educació i la Cultura (ACELLEC)
 - **Oriol Junqueras**, vicepresident del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Oriol Marcé**, subdirector general d'Activitats Esportives i Infraestructures
 - **Oriol Rivera**, coordinador del Consell d'Estudiants de Catalunya
 - **Oriol Rovira**, gerent del Consell Nacional de la Joventut de Catalunya (CNJC)
 - **Oriol Rusca**, president del Consell de l'Advocacia Catalana
 - **Oscar Bermejo**, soci fundador de Softmachine
 - **Pau Villòria**, secretari general del Departament de Cultura del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Pedro de Haro**, gerent de l'Associació Cases Colònies i Albergs Catalunya (ACCAC)
 - **Pep Montes**, gerent de l'Associació Catalana d'Empreses del Lleure, l'Educació i la Cultura (ACELLEC)
 - **Pep Prat**, advocat de Prat Sàbat Advocats
 - **Pere Cornellà**, director general de Cafès Cornellà
 - **Pere García**, membre de l'Associació d'Autocars Discrecionals de Catalunya
 - **Pere Manuel**, president del Col·legi de Llicenciats en Educació física i Ciències de l'activitat Física i l'Esport de Catalunya (COPLEFC)
 - **Pere Ribes**, vocal d'AEDIPE Catalunya
 - **Pierina Segalà**, subdirectora general de Recursos Humans, Organització i Règim Interior del Departament de la Presidència, Economia i Hisenda del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Pilar Gargallo**, presidenta de la Federació de Moviments de Renovació Pedagògica de Catalunya (FMRPC)
 - **Pilar Marqués**, directora de la Càtedra Cambra de l'Empresa Familiar de la Universitat de Girona
 - **Pilar Sierra**, gerent del Gremi d'Empresaris del Cinema de Catalunya
 - **Pilar Sorribas**, subdirectora general de Relacions Sindicals i Polítiques Socials del Departament de Governació, Administracions Públiques i Habitatge del Govern de la Generalitat de Catalunya
 - **Pol Mena**, membre del Secretariat del Consell Nacional de la Joventut de Catalunya
 - **Quim Sabater**, president de l'Observatori Tercer Sector (OTS)
 - **Rafael de Yzaguirre**, tècnic jurídic

de l'Associació Catalana de Municipis (ACM)

- **Rafael Espejo**, secretari general de Comerç i Hostaleria del Vallès Occidental CCOO de Catalunya
- **Rafael Olmos**, subdirector general de Seguretat Viària del Servei Català de Trànsit del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Ramon Augé**, coordinador comarcal Unió de Pagesos
- **Ramon Felip**, vicepresident FEPIME
- **Ramon Font**, portaveu USTEC-STEs, Intersindical Alternativa de Catalunya (IAC)
- **Ramon Fornell**, soci de L'ARADA sccl
- **Ramon Mas**, secretari general del Gremio de Discoteques de Barcelona
- **Ramon Muntaner**, director SGAE zona Mediterrània
- **Ramon Nogareda**, delegat de la Asociación Nacional de Grandes Empresas de Distribución (ANGED)
- **Ramon Terrassa**, director del Centre d'Alt Rendiment (CAR) de Sant Cugat del Vallès
- **Ricard Riol**, president de l'Associació per a la Promoció del Transport Públic (PTP)
- **Roberto Fernández**, rector de la Universitat de Lleida (UdL)
- **Roger Loppacher**, president del Consell de l'Audiovisual de Catalunya (CAC)
- **Roger Pallarols**, director general del Gremi de Restauració de Barcelona i de Catalunya
- **Rosa Eritja**, presidenta de la Federació de Comerç de Lleida (FECOM)
- **Rosa M. Cadenas**, presidenta de

DINCAT-FAMPADI

- **Rosa M. Piqué**, cap de l'àrea educativa de la Fundació Escola Cristiana de Catalunya (FEEC)
- **Rosa Maria Agustí**, agent oficial de la companyia d'assegurances Allianz
- **Rosa Terradellas**, professora a la Càtedra responsabilitat social UdG
- **Rosa Vila**, directora de Recursos Humans Grup Fundació Plataforma Educativa
- **Roser Bosser**, directora general de Planificació en Salut del Departament de Salut del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Salva Vendrell**, vicepresident d'Unió d'Entitats de Comerç de Catalunya (Retail.cat)
- **Salvador Clarós**, coordinador del Departament de Sostenibilitat de CCOO de Catalunya
- **Salvador Gausa**, director del Gabinet de la Presidència de la Diputació de Barcelona
- **Salvador Domínguez**, comissió permanent de la Unió de Consumidors de Catalunya (UCC)
- **Salvador Valls**, president de la Unió de Consells Esportius de Catalunya (UCEC)
- **Santi Lapeira**, president del Col·legi de Directors i Directores de Cinema de Catalunya
- **Santiago Pagès**, president del Grup de Treball de Retail del Col·legi d'Economistes de Catalunya
- **Sergi Bonet**, rector de la Universitat de Girona (UdG)
- **Sergi Martínez**, director tècnic de l'Autoritat de Transport Municipal
- **Sergi Mingote**, vicepresident

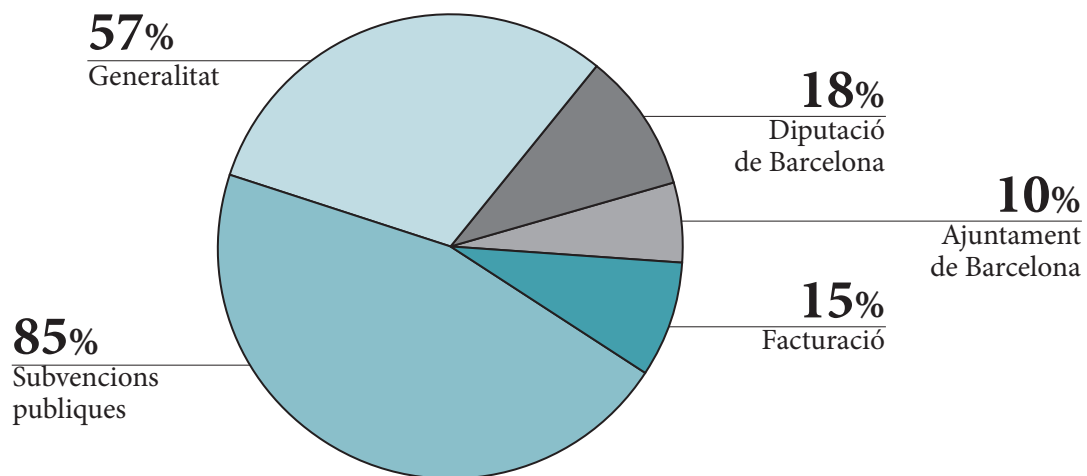
primer de la Federació Catalana de Municipis (FMC)

- **Sergi Palay**, director gerent d'Unió de Pagesos
- **Sergi Teruel**, coordinador de la Unió de Consells Esportius de Catalunya (UCEC)
- **Silvia Cruz**, directora de Planificació i Recursos Humans d'ARAG
- **Sílvia Folch**, vicepresidenta de l'Àmbit de Serveis Econòmics de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC)
- **Silvia Gómez**, personal d'Administració i Serveis del Gabinet d'Innovació i Comunitat de la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC)
- **Silvia Muñoz**, directora del Consell Nacional de la Cultura i de les Arts (CoNCA)
- **Sílvia Solé**, sòcia de Pedrosa Lagos
- **Sònia Recasens**, regidora de l'Ajuntament de Barcelona
- **Susana Bouis**, directora general de Funció Pública del Departament de Governació, Administracions Públiques i Habitatge del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Teresa M. Pitarch**, presidenta de l'Institut Català de les Dones (ICD) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Toni Brocal**, president de l'Associació d'Empresaris de Clubs Catalans de Fitness
- **Toni Mora**, responsable de Política Territorial, Acció Social i Migracions de CCOO de Catalunya
- **Toni Vallory**, gerent d'Egg Gastronomia i president de Girona Bons Fogons

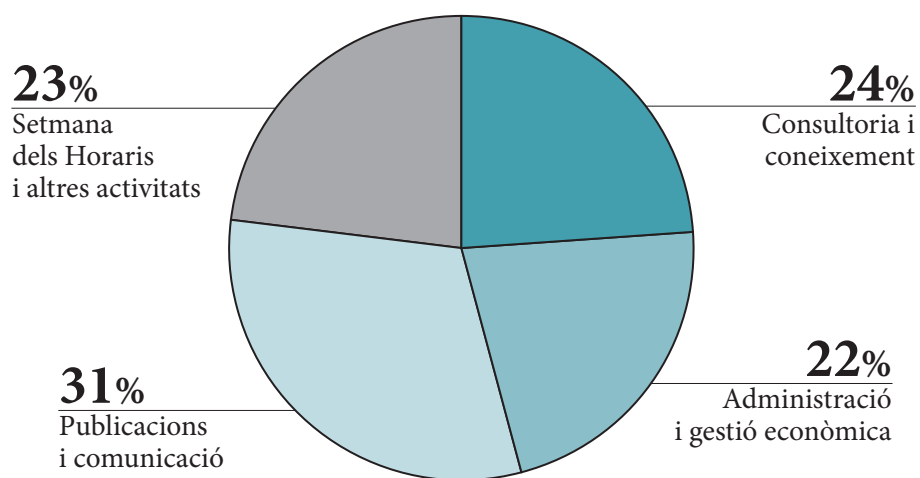
- **Vanessa Cid**, responsable d'organització de Roberlo SA
- **Vicenç Gasca**, president de la Fundació Barcelona Comerç
- **Vicenç Segura**, cap del servei de gestió acadèmica i estudiants de la Universitat de Girona (UdG)
- **Vicenç Tarrats**, secretari de Política Territorial i del Barcelonès de CCOO de Catalunya
- **Xavier Baró**, director de Relacions Laborals, Corporatives i Institucionals de La Unió, Associació d'Entitats Sanitàries i Socials
- **Xavier Borrajo**, responsable del Gabinet de Seguretat i Salut en el Treball de la Federació de Serveis Públics de la UGT de Catalunya
- **Xavier Forcadell**, coordinador general de la Diputació de Barcelona
- **Xavier Gibert**, secretari general del Departament d'Empresa i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Xavier Marcet**, president de l'Associació d'Empreses Teatre de Catalunya (ADETCA)
- **Xavier Olmo**, responsable a FETE-UGT de Catalunya d'Universitats privades i centres de recerca
- **Xavier Rodríguez**, director de Serveis del Departament de Salut del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Xavier Trabado**, vocal de la Federació Salut Mental Catalunya
- **Yésika Aguilar**, tècnica del Departament de Relacions Laborals de Foment del Treball Nacional
- **Yolanda Lejardi**, representant del Departament de Salut del Govern de la Generalitat de Catalunya

ECONOMIA

FONTS DE FINANÇAMENT



DISTRIBUCIÓ DE LA DESPESA



LA INICIATIVA EN XIFRES

2	reunions del Consell Assessor per a la reforma horària (CARH)	192	impactes en premsa, ràdio i televisió	7.296	persones seguidores a Facebook
7	persones col·laboradores	250	actors públics, privats i del tercer sector implicats	14.401	abast de les publicacions a Facebook
16	persones expertes membres del CARH	360	reunions de contacte, diàleg i interlocució	15.501	sessions al web
109	actes, conferències i xerrades	1.254	propostes i reflexions ciutadanes	42.779	pàgines vistes al web
155	ajuntaments, consells comarcals i diputacions adherides	3.900	persones i institucions reben el butlletí	44.081	euros de pressupost
		8.054	persones seguidores a Twitter		

