

Los diez NO de la Mujer Trabajadora

- Con motivo del Día Internacional de la Mujer Trabajadora, la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles ha preparado un Decálogo con los diez NO aconsejables que las mujeres deben decir para que puedan conciliar mejor la vida laboral, personal y familiar.

Madrid, 8 de marzo de 2009.- La Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles y ARHOE, con motivo del Día Internacional de la Mujer Trabajadora, ha preparado un Decálogo de pautas a modo de negativa con el objetivo de ayudar a las mujeres trabajadoras españolas a lograr una mejor conciliación de la vida laboral, personal y familiar.

Según Ignacio Buqueras y Bach, Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles, y de ARHOE: *“Es hora de que la mujer se plante y diga ¡basta! La mujer hoy en día es la principal perjudicada, junto a los niños, por los actuales usos horarios españoles, y para que esto cambie la sociedad debe mentalizarse de que hombres y mujeres deben ser iguales en todos los ámbitos”*.

Los diez NO de la Mujer Trabajadora:

1. **NO renuncies a tu vida privada a favor de tu vida profesional o viceversa.** Poder conciliar ambas es un objetivo irrenunciable. Hay que desterrar el tópico de que una mujer sólo puede progresar en su carrera profesional si descuida su vida privada y familiar. Conciliar no es trabajar menos, es hacerlo de manera más eficaz y productiva.
2. **La casa NO es un segundo trabajo.** Las tareas domesticas NO son el segundo trabajo de la mujer, ni algo que se espera que haga. Erradica de tu cabeza y de la de los demás esa idea. La casa forma parte de tu vida personal y las responsabilidades que acarrea deben ser compartidas.
3. **NO aceptes el concepto “mi marido ayuda en casa”.** En lo concerniente a las tareas de la casa y a los hijos, el hombre no debe ayudar ni colaborar, debe compartir las tareas con la mujer, en igualdad de condiciones.
4. **NO asumas sola la educación de tus hijos.** Los hijos son tanto tuyos como de tu pareja. Es importante que el niño/a pase tiempo con los dos y tenga presente que ambos jugáis el mismo papel junto a él. NO que papá trabaja y mamá se ocupa de las cosas de la casa.
5. **Aprende a decir NO en el trabajo.** Es muy importante saber decir NO a los superiores y compañeros de trabajo ante determinadas peticiones que no corresponden a tus funciones o bien suponen un incremento en tus horarios laborales.

6. **NO estamos en el siglo XX.** En la época de nuestros padres y abuelos, los roles de hombre y mujer se repartían de otro modo. El hombre trabajaba fuera de casa y la mujer lo hacía en la casa, con lo que su tiempo se ocupaba de diferente manera. Hoy ese reparto ya NO tiene sentido.
7. **Los hijos NO son un lujo sino un derecho y una gran responsabilidad.** Tener hijos es un derecho natural de todas las mujeres, así como atenderlos y dedicarles el tiempo necesario. NO permitas que nadie insinúe que son un lujo o un capricho.
8. **La conciliación NO es un favor que hacen las empresas.** Ni la mujer tiene que justificarse cuando reclama tiempo para conciliar, ni las empresas le están haciendo ningún favor cuando se lo conceden.
9. **NO permitas que tu jornada laboral se incumpla.** Exige que tu jornada laboral acabe a su hora, y que los permisos especiales y reducciones de jornada que te corresponden se cumplan rigurosamente según lo estipulado.
10. **NO des tu causa por perdida.** NO te canses en reclamar tus derechos en cualquier circunstancia y situación al tiempo que cumples con tus deberes. Sólo de esta manera se logrará que las empresas, las administraciones y la sociedad tengan presente la desigualdad que tiene la mujer frente al hombre en todos los ámbitos de la sociedad.

Por unos horarios más racionales

La necesidad de unos horarios racionales tiene como objetivos prioritarios: conciliar nuestra vida personal, familiar y laboral; favorecer la igualdad; aumentar la productividad; disminuir la siniestralidad; facilitar la globalización; mejorar nuestra calidad de vida; cuidar y mantener hábitos saludables; dormir el tiempo suficiente; apoyar el rendimiento escolar; y, en definitiva, dar mayor valor al tiempo. Todo esto pasa, ineludiblemente, por racionalizar nuestros horarios, humanizarlos, para hacerlos convergentes con los países de economías más avanzadas.

Sobre ARHOE

La Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles es una entidad sin ánimo de lucro cuyos fines son concienciar a la sociedad sobre el valor del tiempo y la importancia de su gestión, y promover medidas que faciliten una racionalización de los horarios en España. La Comisión Nacional está integrada por los representantes de 112 instituciones y entidades; 7 ministerios, 10 comunidades autónomas, empresarios, sindicatos, universidades, sociedad civil, etc., etc. La Comisión Nacional tiene un brazo ejecutor que es ARHOE -Asociación para la Racionalización de los Horarios Españoles- y el Observatorio de los Horarios Españoles.

Aconsejamos visite la página web www.horariosenespana.es, y la Revista Digital "España en Hora", que podrá encontrar en ella.

Para más información de prensa sobre ARHOE contacte con 5CERO2 Comunicación:

Ramón Oliver / Raquel Lombas. 91 590 15 82 / 686 573 555. roliver@502com.net