

ESPAÑA EN HORA

Revista digital de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles



EDITORIAL

[Carta del Presidente](#)



ENTREVISTA

[Entrevista a Pedro Duque, Director General de Deimos Imaging](#)



TRIBUNA

[¿Qué "tiempo" tenemos para la salud?](#)



NOTICIAS

[Las Administraciones y las empresas son agentes claves para facilitar la conciliación de la vida laboral, personal y familiar.](#)

[La Vanguardia, Iberdrola y la Fundación Alares los más racionales](#)

[Los horarios llegan al Congreso de los Diputados](#)

[Plan de Actuación para el 2009](#)

[La Ministra de Igualdad se implica en la cuestión de los horarios](#)

[Valencia acogerá el IV Congreso Nacional](#)



CALENDARIO DE EVENTOS

[Pleno de la Comisión Nacional en el Senado](#)

[La Reina Sofía recibe al Comité Ejecutivo del III Congreso Nacional](#)



INICIATIVAS

[Fundación ALARES: Compromiso con la conciliación](#)



APARICIONES EN MEDIOS

[La Comisión en los medios de comunicación](#)

[Últimas apariciones](#)

Si desea puede colaborar con "España en Hora" mandando exposiciones breves, preguntas claras, experiencias motivadoras, sugerencias enriquecedoras, etc...



[Buzón de mensajes](#)



[Ir a la siguiente página](#)

Carta del Presidente

Ignacio Buqueras y Bach. Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles y de ARHOE

La revista digital *'España en Hora'*, cuyo primer número ve ahora la luz, supone un nuevo paso, sin duda importante, en el camino que la **Comisión Nacional**, la cual presido desde hace ya cerca de seis años. Nuestro objetivo es sensibilizar a la sociedad española sobre la necesidad y las ventajas de modificar nuestros usos horarios y hábitos, y tender progresivamente a unos horarios más racionales y flexibles, más humanos, más parecidos a los de otros países europeos.



El título de esta publicación es, en sí mismo, una declaración de intenciones. *'España en Hora'* significa, en primer lugar, ajustar los relojes españoles a los europeos; pero también algo más profundo, el dar valor al tiempo, saber priorizar, y aprender a gestionarlo. También conlleva una voluntad de modernizarse, de no quedarse atrás. Ineludiblemente, la modernización de **España** pasa por la adopción de horarios racionales.

España no puede ser una nación plenamente moderna cuando un día de trabajo dura más que en otros países y, sin embargo, tenemos uno de los índices de productividad más bajos de la **Europa** desarrollada. Cuanto más largos son nuestros horarios, mayor es el deterioro que provocan en

"España en Hora' significa, en primer lugar, ajustar los relojes españoles a los europeos; pero también algo más profundo, el dar valor al tiempo, saber priorizar, y aprender a gestionarlo"

las personas, y menor su rendimiento; es decir, y por paradójico que parezca: a más jornada, menos productividad. No somos máquinas, ni robots. Tampoco podemos seguir a la cabeza de Europa en accidentes laborales y de tráfico, motivados en gran parte por la fatiga y el sueño derivados de la prolongación de las jornadas. Sin olvidarnos de dos temas prioritarios como son: la necesidad de conciliar la vida personal, familiar y laboral, y de igualdad. Hemos dicho muchas veces que la conciliación y la igualdad precisan de horarios racionales, sino son palabras y demagogia. No deben sorprendernos el elevado porcentaje de rupturas familiares, nuestro bajo índice de natalidad, nuestro liderazgo en fracaso escolar, que durmamos por término medio cincuenta minutos menos cada día que nuestros vecinos... Temas muy diversos con un denominador común: nuestros singulares usos del tiempo.

La **"Entrevista"** que en este número incluimos con el astronauta **Pedro Duque**, que ha vivido muchos años fuera de España, es un buen reflejo de hasta qué punto nos perjudican nuestros horarios. **Carmen Gallardo**, Secretaria General de ARHOE y Vicerectora de la **Universidad Rey Juan Carlos**, expone sus reflexiones en la Sección de **"Tribuna"**, a la que siguen las de **"Noticias"**, **"Calendario de Eventos"**, **"Iniciativas"**—donde destacamos en esta ocasión las de la **Generalitat de Catalunya** y la **Fundación Alares**—y presencia en los **"Medios"**.

Tanto nuestras actividades más recientes—el último Pleno de la Comisión Nacional, que se desarrolló el pasado 16 de diciembre en el **Congreso de los Diputados**; el **III Congreso Nacional** celebrado en **Tarragona**; la entrega de los **Premios de Horarios Racionales**; intervenciones en los medios de comunicación...— como las futuras, a través de un avance de la estrategia que vamos a adoptar hasta 2010, tienen cabida en el n° 1 de *'España en Hora'*. Deseamos que ustedes conozcan nuestro mensaje y, si están de acuerdo con él, nos apoyen. Para ello, desde este número abrimos un espacio, que deseamos sea interactivo de **"Cartas al Presidente"**. Sugerimos: exposiciones breves, preguntas claras, experiencias motivadoras, sugerencias enriquecedoras... De los 46 millones depende que nuestros usos horarios sean más vivibles y gratificantes.

Queremos impulsar el uso de las nuevas tecnologías en nuestra actividad y aprovechar al máximo sus potencialidades. Ya lo veníamos haciendo—los Congresos Nacionales para Racionalizar los Horarios Españoles fueron seguidos en directo por miles de ciudadanos a través de Internet, por ejemplo—, pero vamos a insistir aún más. Prueba de ello es no sólo *'España en Hora'*, sino también la reestructuración y potenciación que estamos acometiendo en la página web www.horariosenespana.com

Espero que *'España en Hora'* contribuya a ampliar la difusión y proyección de nuestras propuestas. Les doy la bienvenida y les anuncio que seguiremos esforzándonos por conseguir lo antes posible unos horarios mejores para todos los españoles, que nos permitan alcanzar una mayor calidad de vida, un trabajo más satisfactorio, unas relaciones familiares y sociales más ricas y, en definitiva, unas mayores cotas de felicidad. Vivir la vida debe dejar de ser nuestra asignatura pendiente para convertirse en la más importante.



ir al índice

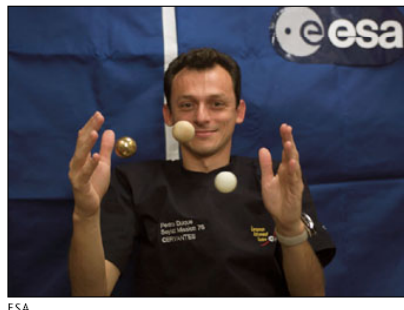


ir a la siguiente
página

Entrevista a Pedro Duque, Director General de Deimos Imaging



Pedro Duque (Madrid, 14 de marzo de 1963), por todos conocido por ser el primer astronauta de nacionalidad española, se licenció en 1986 en la ETSI Aeronáuticos de la UPM. Ese mismo año comenzó a trabajar en el grupo empresarial español GMV, donde fue destinado al ESOC en Darmstadt (Alemania) para realizar trabajos en el marco de la Agencia Espacial Europea (ESA). En 1992, fue seleccionado en uno de los concursos que realizó la ESA con el fin de encontrar a una persona que pudiera llegar a ser astronauta. Su primera misión espacial fue la STS-95 del transbordador espacial Discovery, entre octubre y noviembre de 1998. En octubre de 2003, Duque participó en otro viaje, en el cual fue lanzado en una nave Soyuz TMA. De noviembre de 2004 a octubre de 2006 trabajó en la ETSI Aeronáuticos de la UPM como Director de Operaciones del USOC español. Actualmente se encuentra en la empresa Deimos Imaging, una empresa situada en el Parque Tecnológico de Boecillo (Valladolid), donde sustenta el cargo de director general.



ESA

El pasado mes de octubre se cumplieron 10 años de su primer viaje al espacio, ¿Cómo recuerda aquel momento? Sin duda en lo profesional fue el momento más emocionante de mi vida. Se conjugan en un momento así la gran emoción de la actividad en sí, la tensión del peligro posible, la gran responsabilidad del trabajo que está en frente de uno y por supuesto también la gran expectación que causa en toda la gente. Esto último conlleva una gran responsabilidad también, uno representa involuntariamente pero inevitablemente a mucha gente, al país entero, a la profesión de ingeniero aeronáutico, etc.

Recientemente casi 800 españoles han cumplimentado todos los requisitos fijados por la Agencia Espacial Europea para un proceso de selección de astronautas -el primero fue en 1992 y entre los elegidos estuvo usted-, lo que supone cerca del 10% del número total de las más de 8.400 solicitudes. ¿Cómo valora este dato? Creo que la preparación de los estudiantes españoles es muy buena ya desde

hace tiempo. Es difícil mantener este nivel, y hay indicios de que se pierde, sobre todo en los conocimientos que se consiguen impartir durante los años de colegio. Por lo tanto de momento tenemos gente de buen nivel, pero hay que tener muy presente que no se puede bajar el nivel en las enseñanzas técnicas y científicas en el colegio, porque eso es la base de la innovación futura y en definitiva del nivel de vida del país a medio plazo.

¿Cree que ha creado usted escuela? Sólo pienso que he aportado algo a fomentar en la juventud: el estudio de las materias científicas y técnicas. Me ha sido bastante fácil ya que el entusiasmo que los jóvenes muestran de forma natural por las aventuras en mi caso está intimamente ligado al estudio. Necesitamos complicadísimos ingenios que requieren mucho esfuerzo de estudio previo, y luego trabajo de diseño y fabricación. Estamos también cerca de una serie de disciplinas científicas para las cuales el hacer los experimentos y el tener una aventura están totalmente unidos.

Su profesión le ha llevado a tener que residir muchos años en el extranjero. ¿Cómo ven a los españoles fuera de nuestras fronteras? Ya hace unos pocos años que se pasó la sorpresa en Europa: antes ver a un español en áreas de alta tecnología, o pisando fuerte en finanzas, o compitiendo con buenos productos, era motivo de sorpresa y admiración en Europa y se consideraba una excepción.

¿Y a nuestros horarios? Cuando uno vive en otro país europeo suele ocurrir que la gente nos pregunta la razón de que no encuentren nunca a nadie en España en la oficina, siempre al móvil. Y claro, si las personas llegan a las 10 y no cogen llamadas hasta las 11, si toman un café a las 12 y media y luego trabajan a destajo mientras en todo el resto de Europa es la hora de la comida, luego se reincorporan casi a la hora de salir europea y trabajan mientras en otros países cenan, es difícilísimo coordinar los asuntos urgentes por teléfono. Se ha arreglado mucho con los móviles, pero entonces los españoles parecen siempre estar de fiesta y atendiendo llamadas, porque a las horas que les llaman siempre están en un bar o restaurante en un enorme estruendo.

¿Y qué ocurre a la inversa? ¿Nos adaptamos bien los españoles a los horarios europeos cuando salimos a trabajar fuera? En Europa los españoles nos adaptamos en seguida a los horarios de los demás y no tenemos mayor problema. Siempre queda una tendencia a hacer las cosas un poco más tarde, pero dentro de los márgenes normales. Por ejemplo, en una organización internacional como la sede central técnica de la Agencia Europea del Espacio el horario de entrada es como de 7 a 9, el de salida de 4 a 6 de la tarde y la cantina está abierta de 11:30 a 13:30. Los españoles nos solemos acercar a los horarios más tardíos pero ninguno cree que haya que ampliarlos.

¿Cree que nuestros horarios afectan negativamente a nuestra imagen en el exterior? A la imagen sí, pero en realidad no del todo negativamente, ya que en otros países se piensan que los españoles deben ser extraordinariamente inteligentes para sacar adelante lo que hacen con lo poco que parece que trabajan (nadie llama después de las 5-6 de la tarde desde Europa para cosas de trabajo).

¿Y a nuestra competitividad? A la competitividad podría afectar, aunque es cierto que la gente saca las cosas adelante a base de quitarle tiempo a la familia, las aficiones, la salud. Sin embargo, si se contaran las horas que uno pasa de verdad en el trabajo o muy cerca de él como horas de trabajo desde luego en España se rinde la mitad que en otros sitios.

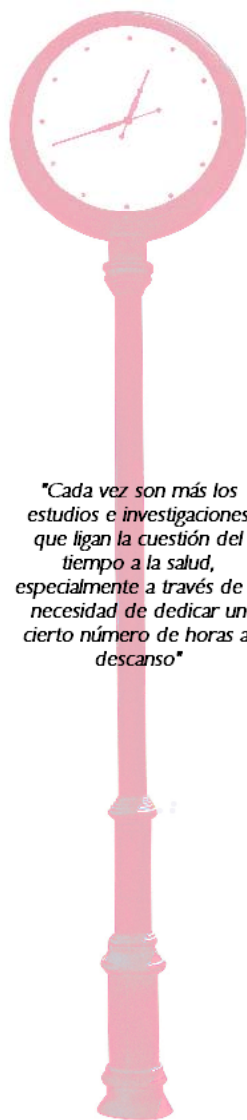
¿Qué hace falta para que se produzca un verdadero cambio en materia de horarios en España? ¿Veremos ese cambio hacerse efectivo a corto/medio plazo? Poco a poco la interacción constante con otros países obliga a adaptarse. Las teleconferencias con Holanda o Alemania son entre las 9 y las 11, o entre las 14 y las 16, con lo que si toca coordinarse toca comer pronto. De todas maneras, hay también influencias contrarias, porque por ejemplo quien tenga sobre todo negocios con América hace mal en madrugar, solo podrá coordinarse con sus clientes o filiales a partir de la tarde. Y al revés el que tenga que coordinarse con Asia.

En la actualidad, usted es director general Deimos Imaging, una empresa española que está desarrollando un nuevo satélite de cooperación con una compañía inglesa especializada. ¿Puede hablarnos brevemente de este proyecto? Se trata de crear un sistema completo de observación de la tierra por satélite. En la utilización del espacio por parte de la sociedad en general nos hemos beneficiado de los desarrollos de tecnologías para el espacio para muchas áreas de la técnica, pero en particular y de forma tangible nos hemos beneficiado de dos aspectos: las comunicaciones por satélite y la navegación (GPS etc.) Hoy nadie concibe no tener imágenes de las noticias el mismo día ni tener que encontrar el camino desplegando mapas.

¿Qué características específicas tiene su satélite? Nuestro sistema Deimos Imaging consiste en un satélite propio, pero asociado a otros satélites adicionales compatibles, una estación de seguimiento y control con un centro de control y planificación propio, y un laboratorio muy capaz para poder ofrecer productos y servicios de uso inmediato por parte de los clientes. La idea es que pidiendo los productos a Deimos Imaging no se depende de ninguna otra empresa o institución, seremos fiables.

¿Qué veremos antes, a un hombre pisando Marte o a un español saliendo a las 17,30 de trabajar? Las costumbres y sobre todo las rutinas suelen ser muy reticentes al cambio. Lo más difícil será convencer a los españoles de que no se debe perder tanto el tiempo durante las horas de trabajo; eso es lo que en realidad retrasa todo, porque al final trabajar no se trabajan las horas que uno está fuera de casa. Tal como están los programas espaciales y la falta de inversión pública necesaria, creo que lo de Marte va bien para largo, ojalá me equivoque...





¿Qué "tiempo" tenemos para la salud?

Carmen Gallardo Pino. Profesora Titular de Medicina Preventiva y Salud Pública, Vicerrectora de Política Social, Calidad Ambiental y Universidad Saludable de la Universidad Rey Juan Carlos y Secretaria General ARHOE.

Cada vez son más los artículos que relacionan el uso del tiempo, los horarios y la calidad de vida de las personas, tema que nos preocupa y en el cual llevamos trabajando "tiempo".



sxc.hu

Si consideramos la calidad de vida como el resultado de la percepción individual de unas condiciones de vida (salud y otro tipo de circunstancias como alojamiento, ocio, trabajo y condiciones ambientales), y de la satisfacción que nos proporcionan cuando se comparan con las de otras personas, el individuo pasa numerosas horas en su lugar de trabajo, bajo determinadas condiciones de trabajo, dónde se incluyen una gran variedad de factores ligados a la tarea que realiza el trabajador, a los medios que utiliza y a la organización del proceso de producción, que influyen, sin duda alguna, en su salud, desde su definición integral a la que hace referencia la OMS. En este contexto, "el tiempo" es inherente a la propia definición de trabajo, mediante el cual el empleador paga al trabajador a cambio de una parte de su tiempo en el que desempeña una serie de actividades. Esta importancia como condición de trabajo se ve confirmada cuando se utiliza este criterio en la mayoría de las ocasiones como unidad de valoración de trabajo, y en otras muchas como base de un sistema retributivo complementario.

Pero ¿Qué tiempo? En el último siglo la esperanza de vida ha aumentado en España casi cincuenta años. **¿Esto es tiempo?** Tiempo de vida. En este sentido, el tiempo es muy democrático, porque entre amanecer y amanecer todos disponemos de la misma cantidad de horas, del mismo capital de tiempo. En lo que ya no es tan democrático el tiempo es en la cantidad de días o años que se nos entregan al nacer en forma de esperanza de vida. Pero la idea de que morimos antes o después, enfermamos o nos discapacitados de forma diferente, según nuestra posición en la escala social sigue siendo, por desgracia, un hecho sorprendente para el gran público.

La vida de las personas y por tanto de la sociedad se desarrolla en un marco temporal, de ahí que los análisis de tiempo desempeñen un papel importante en los estudios sociales, por lo que se decide y define la vida de las personas sin importar sexo, etnia, país... Esta característica le asigna al tiempo una gran importancia como parte de cada ser humano.

El empleo del tiempo se entiende como una categoría que expresa el tiempo que disponemos cada individuo, cada grupo y cada sociedad. Es el arco temporal de las actividades que la población realiza en la vida diaria, las cuales se distribuyen según un orden y una estructura que revelan el estado de desarrollo de las fuerzas productivas y de las relaciones sociales.

La vida diaria se estructura según una rutina que puede variar con el sexo, la edad, la ocupación, el nivel educacional, el grado de compromiso sociopolítico y los intereses de cada persona. El estudio del uso del tiempo precisa y evidencia científicamente su organización y estructura para cada persona, grupos fundamentales de población y a escala de toda la sociedad.

Cada vez son más los estudios e investigaciones que ligan la cuestión del tiempo a la salud, especialmente a través de la necesidad de dedicar un cierto número de horas al descanso, evitando así enfermedades como el stress o incluso consecuencias más graves de la falta de sueño, como la siniestralidad y los accidentes de todo tipo, entre otras.

Es aquí donde los horarios juegan un papel decisivo en la salud, es una respuesta integral que implica aspectos biológicos, psicoemocionales y sociales, así como una diferenciación entre lo individual y lo colectivo.

La salud está determinada por la sociedad donde se vive y la posición socioeconómica que se ocupa en ella. Asimismo existe un componente ambiental determinado por el medio social en el que vivimos. No se trata solamente del nivel económico, sino de un gradiente social muy marcado en el que el medio social y laboral, la familia y los hábitos de vida determinan el estado de salud. Las personas piensan que el exterior determina su vida y acciones, y esto repercute en la percepción de control sobre su propia vida, y por tanto en la salud, ya que estos factores influyen en la creación de unas condiciones de vida, en la que los horarios tienen efectos en la salud del individuo.

Hay que pensar en el tiempo de las personas. Y, en estos momentos sabemos que el tiempo - su uso, su gestión - está mal distribuido. Hay que situar el tiempo de las personas en el centro de un nuevo modelo de articulación social. Hay que pensar en términos de Políticas Públicas de los Usos Sociales del Tiempo, si queremos trabajar para que las personas tengan un mayor bienestar y poder conseguir un mayor grado de desarrollo económico y social.



[ir al índice](#)



[ir a la página anterior](#)



[ir a la siguiente página](#)



El Congreso se celebró los pasados 18 y 19 de noviembre en Tarragona.

Las Administraciones y las empresas son agentes claves para facilitar la conciliación de la vida laboral, personal y familiar

El **III Congreso Nacional** terminó el día 19 de noviembre con la lectura de las conclusiones finales, conclusiones extraídas de cada una de las cuatro mesas redondas que se celebraron esos días con la participación de diversas personalidades como **Sara Berbel**, Directora General de Igualdad de Oportunidades en el Trabajo; **Javier Clemente**, Director de Gestión y Administración de Recursos Humanos y Relaciones Internacionales de **Telefónica**; **Montserrat Dutch**, Vicerrectora de la **Universidad Rovira i Virgili**; **Carme Valls**, médica especializada en salud y género y ex Diputada en el Parlamento de Cataluña; **Nuria Chindilla**, Directora del Centro Internacional de Trabajo del **IESE**; **Joan Pi**, Vicepresidente del Suroeste Europeo de **IBM**; **Esther Sanchez**, profesora titular de **ESADE**; o **Carmen Gallardo**, Vicerrectora de Política Social, Calidad Ambiental y Universidad Saludable de la **Universidad Rey Juan Carlos**.



La clausura del Congreso corrió a cargo de **Ignacio Buqueras**, Presidente de la **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios en España** y la Consellera de Trabajo de la Generalitat de Cataluña, **Mar Serna**.

En su intervención final, Ignacio Buqueras señaló que *"Vivimos aún excesivamente anclados, en la cultura del 'presentismo'. Sin importar mucho si se hace bien o mal el trabajo. Las horas de presencia en el trabajo ya no pueden ser la vara de medir al trabajador y que lo que cuenta es su rendimiento"*. Además, fijó la fecha del 2010 como el año importante para que la racionalización de los horarios en España empiece a ser una realidad.

Las 10 conclusiones más destacadas son:

1. La conciliación es una cuestión de derechos humanos que garantiza la estabilidad de las personas y, por lo tanto, de la sociedad en su conjunto.
2. La mujer debe disponer de un tiempo propio para ella; que vale como mínimo, lo mismo que el de los demás.
3. El hombre tiene el deber de compartir con la mujer las tareas domésticas y el cuidado de los hijos y de las personas dependientes; y el derecho de optar a las medidas de conciliación.
4. Es preciso mejorar los servicios públicos de transporte para acortar los tiempos de desplazamiento, de manera que los trabajadores puedan ahorrar tiempo para disfrutarlo en familia.
5. Las Administraciones locales, autonómicas y nacionales deben realizar campañas dirigidas a concienciar a la población sobre la necesidad de utilizar más el transporte público, lo que descongestionaría el tráfico.
6. Alquilar una vivienda cerca del lugar de trabajo, rentabilizar mejor el tiempo evitando largos recorridos. La tendencia actual a cambiar varias veces de trabajo en el transcurso de una vida laboral, convierte el alquiler en una ventaja competitiva.
7. Disponer de tiempo para desarrollar las diferentes facetas de nuestras vidas se puede considerar un indicador de la salud de las personas.
8. Unas jornadas laborales con horarios más racionales que no sobrevaloren el presentismo aumentan las capacidades de desarrollo personal y contribuyen a situar nuestra sociedad en el nivel de desarrollo social, económico y cultural que le corresponde.
9. La corresponsabilidad es un hecho que repercute positivamente en la salud de las mujeres, dado que las descarga de la doble jornada laboral que vienen asumiendo en el mercado de trabajo y en el ámbito doméstico.
10. Las empresas públicas y privadas deben proponer y promover nuevas organizaciones del tiempo con horarios más racionales que permitan reducir las tensiones laborales, entendiendo que cuanto más se cuiden la salud física y emocional de las personas trabajadoras, mayor será su aportación al proyecto.



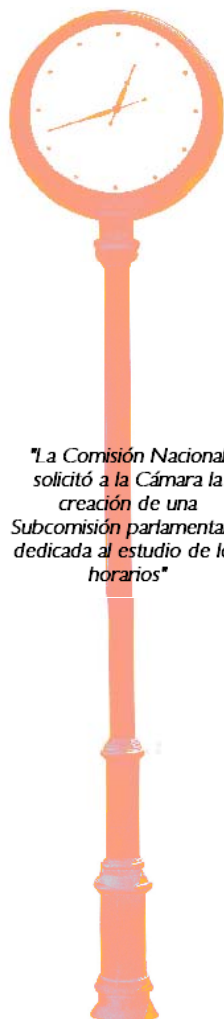
[ir al índice](#)



[ir a la página anterior](#)



[ir a la siguiente página](#)



"La Comisión Nacional solicitó a la Cámara la creación de una Subcomisión parlamentaria dedicada al estudio de los horarios"

Los horarios llegan al Congreso de los Diputados

El pasado 16 de diciembre tuvo lugar en la sala Clara Campoamor del **Congreso de los Diputados** el Pleno de la **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles**. La Comisión cerró así el 2008 en la **Cámara Baja** después de haberlo abierto, a principios del año (9 de enero), en Audiencia con **S.M. el Rey**.



Mª Dolores de Cospedal durante su intervención en el Pleno de la Comisión Nacional.

Con ésta han sido ya tres las ocasiones en que la Comisión Nacional celebra sus Plenos en el Congreso de los Diputados. Durante este acto, y aprovechando la presencia de los diversos parlamentarios y portavoces, la Comisión Nacional solicitó a la Cámara la creación de una Subcomisión parlamentaria dedicada al estudio de los horarios, algo que ya ocurrió en la anterior legislatura.

Durante este Pleno de la Comisión Nacional, último del 2008, se hizo balance de los cinco años de vida de la Comisión Nacional. Además se presentó y se aprobó el Plan Estratégico y de Actuación para el 2009. Entre las actuaciones que se presentaron y que posteriormente se aprobaron, se encuentran la reestructuración y la actualización de la página web, la creación de una revista digital y la continuidad de la línea de actuación y participación en eventos tal y como se ha estado realizando durante todo este quinquenio. Instituciones parlamentarias, Administraciones Públicas, organizaciones empresariales y sindicales, y televisiones son los cuatro ámbitos de actuación sobre los cuales la Comisión Nacional se propone incidir especialmente durante el 2009.

La Vanguardia, Iberdrola y la Fundación Alares los más racionales

El Congreso para la Racionalización de los Horarios en España, celebrado el **Tarragona** el pasado mes de noviembre, sirvió de marco para la ceremonia de entrega de galardones de la III edición del **Premio para Racionalizar los Horarios Españoles**, un distintivo que reconoce y premia las mejores iniciativas que desde diversos ámbitos como las instituciones, entidades, o las personas, la empresa, y los Medios de Comunicación se han desarrollado a lo largo del último año en materia de racionalización de nuestros horarios. En la presente edición, los distinguidos con este premio han sido **Iberdrola**, en la categoría de *empresas*; **La Vanguardia** en la categoría de medios de comunicación y la **Fundación Alares** en la categoría de *entidad*.

Estos premios constan de tres categorías. En la categoría de empresas, que premia a la compañía que más se haya destacado por la implantación de acciones que propicien unos horarios más racionales ha resultado ganadora Iberdrola. En la categoría de medio de comunicación social que, a través de artículos, entrevistas o reportajes, más se haya destacado en la sensibilización de la sociedad a favor de un cambio de nuestros horarios ha recaído en el diario La Vanguardia. Por último, el premio al ciudadano o entidad que más haya contribuido a la adopción de unos horarios más racionales ha correspondido a la Fundación Alares.

El jurado responsable del fallo de estos galardones ha estado integrado por **Nuria Chinchilla**, Directora del Centro Internacional Trabajo y Familia del **IESE**; **Rafael Fuertes**, Director General de la Fundación + Familia; **Magi Iglesias**, Presidenta de la **FAPE**; **Francisco Martín Frías**, Presidente Ejecutivo de **MRW**; y **Xavier Martínez i Serra**, Director General de **TQ TECNOL**.

Las personalidades encargadas de recibir este galardón fueron, **Ramón Castresana**, Director General Corporativo de Iberdrola, **Javier Benavente**, Presidente de la Fundación Alares y **Susana Cuadrado**, Redactora Jefe de la Vanguardia.



[ir al índice](#)



[ir a la página anterior](#)



[ir a la siguiente página](#)

Plan de Actuación para el 2009

La **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles** presentó el 16 de diciembre su plan de actuación para el año 2009. Año muy importante para la Comisión Nacional ya que se deben llevar a cabo un gran número de actividades con el fin de conseguir que se cumplan los objetivos marcados para 2010.



src.hu

Estos objetivos consisten en lograr que un gran número de españoles tengan horarios flexibles, comenzando su jornada de lunes a jueves entre las 7:30 y las 9:00 horas y terminando entre las 16:30 y las 18:00, con una interrupción entre 45 y 60 minutos para almorzar y el viernes trabajarían sólo por la mañana. Conseguir que sean numerosas las empresas que pongan a disposición de sus trabajadores salas para un descanso intensivo o siesta ligera de entre diez y quince minutos. Intentar que los horarios escolares y comerciales estén en consonancia con los laborales; y que la programación de radio y televisión, pases de cines y otros espectáculos adelanten sus horarios. Además la Comisión Nacional lucha porque crezca el número de empresas que ayuden a sus trabajadores a que su vivienda esté cerca del lugar de trabajo, y dar preferencia en los centros de enseñanza a la cercanía del domicilio de los alumnos. Igualmente, la Comisión cree que se deben mejorar los servicios públicos de transporte, y desarrollar una política realista de guarderías y centros de día para personas mayores y dependientes.

Para ello la Comisión se ha marcado unos objetivos para este 2009 entre los que se pueden destacar: la reestructuración y potenciación de los 9 grupos de Trabajo de la Comisión Nacional, Convocatoria del **IV Congreso Nacional**, el **III Cido de Horarios Racionales**, el **IV Premio Nacional de Horarios Racionales**, un **Concurso Escolar sobre Horarios**, la puesta en marcha de una Revista Digital, reestructuración de la Página Web, poner en marcha el **Observatorio de Horarios**, Producción de un nuevo Publireportaje, realización de cursos, y conferencias.

Para poder llevar a cabo este Plan Estratégico la Comisión Nacional hizo en pleno un llamamiento a todos los estamentos de la sociedad, Diputados y Senadores, Gobierno de España, Representantes de las Comunidades Autónomas, Organizaciones empresariales y sindicales, y Responsables de los medios de comunicación públicos y privados.

La Ministra de Igualdad se implica en la cuestión de los Horarios

La **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles**, representada por su presidente **Ignacio Buqueras** y dos de los miembros de su Comité Ejecutivo, se reunió el pasado día 22 de enero con la Ministra de Igualdad, **Bibiana Aído**.

Durante esta reunión, que tuvo lugar en la sede del nuevo Ministerio de Igualdad en un ambiente de gran cordialidad, la Ministra trasladó a sus invitados su apoyo en la labor que la Comisión Nacional está realizando para tratar de cambiar los hábitos horarios de la sociedad española. La Ministra de Igualdad manifestó su apoyo a los objetivos de la Comisión Nacional, ya que éstos son afines y consecuentes con los fines que se persiguen desde el Ministerio de Igualdad.

Por su parte, la Comisión Nacional le trasladó a la responsable de la Cartera de Igualdad su convencimiento de que Igualdad e Horarios son cuestiones que van de la mano y están indisolublemente ligadas. *"La igualdad no se concibe sin unos horarios racionales que la hagan posible, y sin esa premisa, todo lo que se diga o haga en materia de igualdad será muy difícil de llevar a la práctica"*, señaló Ignacio Buqueras al término de la reunión, que el presidente de la Comisión Nacional calificó de "fructífera".

De este encuentro salió un compromiso de colaboración entre Ministerio de Igualdad y la Comisión Nacional, colaboración que próximamente se verá materializada con cinco medidas concretas que pronto verán la luz en un documento. Además, la Ministra Bibiana Aído se comprometió a gestionar que la Comisión Nacional sea recibida en audiencia oficial por el Presidente del Gobierno próximamente.

Valencia acogerá el IV Congreso Nacional

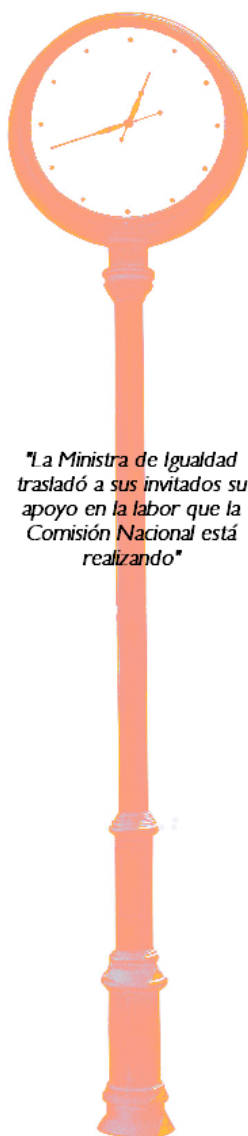
Valencia ha sido la ciudad elegida por la **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles** para la celebración de su **IV Congreso Nacional para Racionalizar los Horarios**. Dicho Congreso se celebrará bajo el título *"Conciliación por la Igualdad"* los días 17 y 18 de noviembre del año en curso en el **Museo Príncipe Felipe de la Ciudad de la Artes y las Ciencias**.

La elección de Valencia como sede fue anunciada ayer al término de una reunión de trabajo entre el **Ignacio Buqueras**, Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles, y **Juan Cotino**, Conseller de Bienestar Social y Vicepresidente Tercero del Consell de la Generalitat Valenciana.

De este modo la ciudad de Valencia sigue la estela de **Madrid** y **Tarragona**, sedes de las precedentes ediciones del Congreso Nacional. Para este IV Congreso Nacional, además de la Generalitat Valenciana, la Comisión Nacional contará con el apoyo de instituciones, empresas y de otros organismos. En palabras de Ignacio Buqueras, Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles, *"Para la Comisión Nacional es muy importante que el Congreso Nacional se realice en Valencia, debido al empuje y proyección que en los últimos años está teniendo esta Comunidad Autónoma. Estamos convencidos de que este Congreso de Valencia tendrá la misma o mayor repercusión si cabe que el III Congreso de Tarragona que contó con la colaboración de la Generalitat de Cataluña, y con el que conseguimos excelentes resultados"*.

Por su parte el Vicepresidente Socia Juan Cotino declaró *"Queremos que este Congreso suponga un verdadero cambio de cultura en el que se valore más la eficiencia y la productividad del trabajo, que el número de horas que el empleado pasa en su puesto de trabajo"*.

Por último, en la reunión celebrada ayer, 27 de enero se avanzaron algunos temas del Congreso Nacional como es la realización en el mismo de cuatro mesas redondas en las que se abordarán los temas: Responsabilidades familiares y trabajo; Empresas Sabias. Nuevos modelos de gestión empresarial; la Conciliación en las Administraciones Públicas y Conciliando por la igualdad.



"La Ministra de Igualdad trasladó a sus invitados su apoyo en la labor que la Comisión Nacional está realizando"





"La Reina Sofía recibirá al Comité Ejecutivo del III Congreso Nacional para la Racionalización de los Horarios"

Pleno de la Comisión Nacional en el Senado



sxc.hu

El próximo día 2 de febrero la **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios en España** celebrará su próximo Pleno, el que hace el número 41 y primero del año 2009, en el **Senado**. Concretamente será la Sala Manuel Giménez Abad el recinto que acogerá el evento, que como es preceptivo y habitual, se desarrollará con escrupulosa puntualidad de 17.00 a 19.00 horas.

De este modo, la Comisión Nacional es recibida por la **Cámara Alta**, completando así en el lapso de mes y medio su periplo por las **Cortes Generales**, tras haber celebrado en el **Congreso de los Diputados** su anterior pleno, último del año 2008. Con este gesto queda de manifiesto que los órganos de máxima representatividad de la democracia de nuestro país son sensibles y receptivos a las actividades y a las reivindicaciones de la Comisión Nacional.

Como es acostumbrado, uno de los puntos del día contempla la intervención, con el objeto de dar su testimonio, de diversos y destacados representantes del sector institucional, empresarial, sindical y social.

La Reina Sofía recibe al Comité Ejecutivo del III Congreso Nacional

Su Majestad la **Reina Sofía** recibirá al Comité Ejecutivo del **III Congreso de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios**, celebrado el pasado mes de noviembre en **Tarragona**. La recepción tendrá lugar el próximo día 11 de febrero en el **Palacio de la Zarzuela**, y en ella, miembros del Comité Ejecutivo del Congreso Nacional, formado por representantes de la Comisión Nacional y de la **Generalitat de Cataluña**, informarán a Su Majestad de las principales conclusiones de dicho Congreso. También aprovecharán la oportunidad para poner al tanto a la Reina de los logros que en materia de horarios se están consiguiendo en nuestro país.

Hay que recordar que la **Casa Real** ha manifestado en reiteradas ocasiones su sensibilidad y su apoyo por el mejor uso del tiempo y las propuestas de la Comisión Nacional. El año pasado, por estas mismas fechas, 9 de enero fue Su Majestad el **Rey Juan Carlos** quien tuvo la sensibilidad de recibir al Comité Ejecutivo, del **II Congreso Nacional** así como que el propio Rey presidió el Comité de Honor del III Congreso Nacional cuyo Comité Ejecutivo es ahora recibido en Zarzuela.



[ir al índice](#)



[ir a la página anterior](#)



[ir a la siguiente página](#)

Fundación ALARES: Compromiso con la conciliación

La última edición de los **Premios "Horarios Racionales"** decidió otorgar el máximo galardón en la categoría de Entidad a La **Fundación Alares**, una entidad cuyos principios fundacionales se sostienen sobre conceptos como la promoción e integración laboral de personas con discapacidad, la igualdad de oportunidades, la erradicación de cualquier discriminación, la atención a la dependencia, la conciliación de la vida familiar y laboral, la integración de los flujos migratorios y de la multiculturalidad, así como la sostenibilidad especialmente en lo referente a la cohesión social.



Esta entidad tiene por objetivo la investigación, aporte y desarrollo de propuestas y soluciones para las nuevas necesidades del Siglo XXI. Para ello, la Fundación realiza una serie de estudios, proyectos de investigación, debates, conferencias, seminarios, premios y acciones formativas que contribuyan a satisfacer las nuevas demandas ciudadanas y a la creación y desarrollo de nuevas oportunidades y yacimientos de empleo, dando así respuesta a las nuevas necesidades sociales y empresariales. Su finalidad, es por tanto, impulsar y colaborar en iniciativas encaminadas a la mejora general de las condiciones de vida de las personas y al fomento de la competitividad económica y la responsabilidad empresarial e institucional.

UNA CRUZADA POR LA CONCILIACIÓN

La labor que esta Fundación viene haciendo en materia de conciliación de la vida laboral y profesional ha sido una de las claves para la concesión del premio Horarios Racionales. Son muchas las iniciativas que esta entidad ha impulsado dentro de este campo. A través de sus actuaciones y servicios Alares promueve que las empresas y las administraciones desarrollen programas de conciliación de una manera eficaz. Por otro lado, la Fundación Alares ha impulsado numerosos seminarios y encuentros acerca de la implantación de programas de conciliación, los servicios que son necesarios en los mismos para satisfacer las necesidades de empresas y trabajadores, y la discusión sobre el futuro de la conciliación en España, impulsando además estudios e investigaciones sobre la aplicación de estas políticas en determinados sectores y sus resultados.

Uno de los mayores esfuerzos de la Fundación Alares ha sido dirigido hacia las PYMES a través de seminarios y actos de promoción por toda la geografía española. De otra parte, con el objetivo de favorecer y dar a conocer los resultados de las empresas que aplican políticas de conciliación, desde la Fundación Alares se han desarrollado los **Premios Nacionales Alares®** a la Conciliación, posiblemente los de mayor reconocimiento y prestigio en su campo. Gracias a estos premios las empresas que adoptan políticas de conciliación ven reconocida su labor públicamente en este campo. Igualmente desde la Fundación se edita la revista **Calidad de Vida y Competitividad Empresarial**, una publicación que cuenta con una distribución superior a los 30.000 ejemplares y que llega a todas las empresas españolas de más de 200 empleados, toda la administración pública, sindicatos, organizaciones empresariales, embajadas, etc. Una revista en la que el apartado de la conciliación Trabajo-Familia y su influencia en la competitividad de las empresas tiene una especial relevancia.

Para la Fundación Alares en España ha llegado el momento de asumir el compromiso con la conciliación ya que se han creado los marcos legales para propiciar ese tipo de políticas. Al mismo tiempo, dentro de estos marcos legales y en especial en lo referente a los procesos de igualdad, tanto las administraciones, como los agentes sociales y la sociedad española en general, han asumido que el tema de la conciliación es un tema relevante para la calidad de vida y la competitividad. Ello está propiciando que en las empresas más avanzadas, este tema, se considere como uno de los temas a integrar en las nuevas políticas de personal y en los nuevos sistemas de negociación colectiva.

En palabras de **Javier Benavente**, Presidente de la Fundación Alares, *"La conciliación es una oportunidad estratégica que las empresas deben aprovechar para diferenciarse y aumentar su competitividad. La Conciliación conlleva un aumento de la productividad, una reducción del absentismo, una menor rotación y una mejor imagen interna y externa. La Conciliación es una gran herramienta de diferenciación y mejora de la productividad de todas las empresas, pero especialmente es una gran oportunidad para las PYMES, empresas que hoy aún están muy alejadas en general de este tipo de políticas por falta de información suficiente"*

Si bien todavía mucho camino que recorrer en materia de conciliación. Nuestro país carga todavía con el lastre de algunos importantes déficit. La familia y las circunstancias derivadas de la incorporación masiva de la mujer al mundo del trabajo son dos de estas cuestiones todavía por resolver en materia de conciliación, dos retos que la Fundación Alares afronta de cara al futuro inmediato. *"Debemos entre todos propiciar servicios de atención a la familia que permitan esa conciliación trabajo-familia. Esta es una asignatura pendiente en España donde se hace necesario regular un nuevo sector, el Sector de Servicios a las Personas que tan buenos resultados está dando en otros países como Francia. En ese país, por ejemplo, la utilización de estos servicios por parte de las personas y la aportación de los mismos a los empleados por parte de las empresas suponen desgravaciones fiscales que permiten satisfacer estas necesidades, lo que hace que se convierta este problema en una responsabilidad de toda la sociedad y todos contribuyamos con nuestros impuestos a atender estas nuevas necesidades y realidades"*, señala Javier Benavente.

"La conciliación es una oportunidad estratégica que las empresas deben aprovechar para diferenciarse y aumentar su competitividad"



[ir al índice](#)



[ir a la página anterior](#)



[ir a la siguiente página](#)



En los últimos dos meses la Comisión ha estado presente en más de 50 medios de comunicación

Apariciones en medios **ARHOE**

La Comisión en los medios de comunicación. Últimas apariciones

PRENSA

[Diciembre. Periodistas \(Artículo\)](#)

[Diciembre. Crónica \(Artículo\)](#)

[2 de diciembre. Diario de León \(Breve\)](#)

[10 de diciembre. ADN \(Artículo\)](#)

[14 de diciembre. Expansión. "Expansión y empleo" \(Artículo\)](#)

[14 de diciembre. El Mundo. "Expansión y empleo" \(Artículo\)](#)

[15 de diciembre. El País \(Mención\)](#)

[16 de diciembre. Europa Press \(Artículo\)](#)

[16 de diciembre. Europa Press \(Artículo\)](#)

[16 de diciembre. EFE \(Artículo\)](#)

[3 de enero. ABC. "Empresa" \(Artículo\)](#)

[4 de enero. El Mundo. "Expansión y empleo" \(Artículo\)](#)

[4 de enero. Expansión. "Expansión y empleo" \(Artículo\)](#)

[7 de enero. Levante \(Entrevista\)](#)

[11 de enero. ABC. "Empresa" \(Reportaje\)](#)

[25 de enero. El Mundo. "El Mentidero" \(Entrevista\)](#)

[28 de enero. Las Provincias \(Artículo\)](#)

[28 de enero. Levante \(Artículo\)](#)

[28 de enero. ABC Valencia \(Artículo\)](#)

TELEVISIÓN

[7 de diciembre. TVE. "¿Te acuerdas?" \(Reportaje\)](#)

[12 de diciembre. CNN+ "Cara a Cara" \(Entrevista\)](#)

[17 de diciembre. TELEMADRID "Diario de la Noche" \(Reportaje\)](#)

[7 de enero. TVE. "Los desayunos de TVE"](#)

[9 de enero. Canal Nou. "La Tertulia"](#)

RADIOS

[9 de enero. Radio Nou Valencia](#)

[12 de enero. COPE Valencia](#)

[13 de enero. Punto Radio Valencia](#)

[16 de enero. Aragón Radio](#)



[Ir al índice](#)



[Ir a la página anterior](#)