

ESPAÑA EN HORA

Abril 2009. Nº IV

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



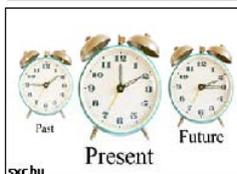
EDITORIAL

[Carta del Presidente](#)



ENTREVISTA

[Entrevista a D. Nicolás Redondo, Miembro del Consejo Asesor para Asuntos Laborales de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles](#)



TRIBUNA

[¿Cuestión de tiempo?](#)



NOTICIAS

[Convocada la IV edición del Premio para Racionalizar los Horarios Españoles](#)
[Dña. Esperanza Aguirre se reúne con el Comité Ejecutivo de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles](#)
[Jornada técnica sobre la Racionalización de Horarios y la Ley de Igualdad](#)
[Primer Pleno de la Comisión Nacional en un Ministerio](#)
[Los jóvenes del Siglo XXI: horarios, conciliación y productividad](#)
[La Real Casa de Correos acoge el Pleno número 43](#)
[Diez actitudes contra la crisis](#)
[Actividades del mes de abril](#)



CALENDARIO DE EVENTOS

[Avance del calendario de eventos para el mes de mayo](#)



INICIATIVAS

[La gestión del tiempo: El caso MRW](#)



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

D. Ignacio Buqueras y Bach, Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles y de ARHØE



D. Ignacio Buqueras y Bach

Iniciamos abril con unos cambios en el Gobierno más importantes de lo que se preveía. La crisis económica continúa haciendo estragos. El número de parados sigue creciendo, y no hay peligro que ningún país occidental nos dispute el liderazgo lamentablemente ganado. Lo mismo acontece con nuestra baja productividad, de la que también somos líderes.

Continúa arraigada en la mente de algunos de nuestros líderes la cultura del "presentismo". Hablan de trabajar seis o siete días a la semana. Hemos dicho muchas veces y no nos cansaremos en reiterarlo, que hoy debemos apostar por la cultura de la eficiencia buscando la excelencia. Para ello es imprescindible: trabajar por objetivos, contar con el apoyo tecnológico adecuado, saber motivar a las personas, y tener unos horarios racionales. La conciliación, la igualdad, la productividad, la calidad de vida, la salud,... pasan ineludiblemente por un mejor uso del tiempo.

Este mensaje, avalado por las conclusiones de los tres Congresos Nacionales para Racionalizar los Horarios Españoles celebrados, y los testimonios de más de un centenar de personalidades de la política, la economía, la cultura, el tercer sector..., se lo hemos reiterado recientemente al Presidente y a la Vicepresidenta Primera del Gobierno, y se lo hemos trasladado a los dos nuevos Vicepresidentes, y a aquellos ministros más directamente relacionados con nuestras propuestas. También lo hemos hecho a los reelegidos Presidente de la CEOE y Secretario General de UGT como en su día dimos información de nuestros planteamientos al nuevo líder de CC.OO. Hasta el momento todos han dado la llamada por respuesta. Mientras los altos cargos de la Administración continúan incumpliendo el Plan Concilia, no facilitan ni la conciliación ni la igualdad que preconizan, ni favorecen el ahorro energético que aconsejan, ni actúan como buenos referentes para una sociedad necesitada de ellos.

Hoy, que vivimos la crisis económica más grave de los últimos 50 años, más que nunca es el momento de hacer un cambio en profundidad de nuestros usos horarios y hábitos. A grandes males grandes remedios. Estamos a ocho meses de que España acceda a la Presidencia de la Unión Europea. Reitero mi invitación al Gobierno y a las organizaciones empresariales, sindicales y sociales, y a todos los españoles para que iniciemos el largo, difícil y complejo camino para dejar de ser una singularidad en materia de horarios en Europa. Precisamos de unos horarios más humanos, que no discriminen a la mujer, que no perjudiquen a los niños, que no marginen a los discapacitados. ¿Cuándo nuestro Presidente José Luis Rodríguez Zapatero podrá expresarse como "su amigo" Obama, Presidente de los Estados Unidos, que ha dicho: "ninguna política puede suplir a una madre o a un padre en asistir a las reuniones escolares, ayudarnos en sus tareas después de la cena, apagar el televisor, apartar los videojuegos y leer a los hijos".

En este número de *España en hora* encontrará, ante la víspera del 1º de mayo, Día Internacional del Trabajo, una interesante entrevista con uno de nuestros más reconocidos líderes sindicales, D. Nicolás Redondo, Secretario General de UGT (1979-1994), y miembro de nuestro Consejo Asesor para Asuntos Laborales; y la Tribuna corresponde a uno de los primeros y más destacados miembros de nuestra Comisión Nacional, Dña. Nuria Chinchilla, directora del Centro Internacional Trabajo y Familia del IESE. Nos propone una excelente reflexión: "¿Cuestión de tiempo?".

Encontrará también información de dos importantes Plenos de la Comisión Nacional: el que celebramos el pasado día 21 de abril: por la mañana en Oviedo y por la tarde en Madrid, en el Club Siglo XXI. También podrá conocer, lo que le permitirá poder asistir, a los actos que celebraremos en mayo en varias capitales

MIRW, una de las empresas líderes en mensajería y en aplicación de políticas que facilitan la conciliación y la igualdad y que favorecen un mejor uso del tiempo, es la protagonista de nuestra sección **iniciativas**. Fue galardonada con nuestro Premio a los horarios racionales en el 2007. En la revista reproducimos las bases del **IV Premio para Racionalizar los Horarios Españoles**.

Capítulo importante es la presencia de la Comisión Nacional, de sus planteamientos y actividades en los medios de comunicación social escritos. A ellos, junto a los audiovisuales, nuestra gratitud por su continuado apoyo. En la revista encontrará algunas de las informaciones publicadas.

Permítame que finalice mi Carta con una solicitud a Ud., lector de la misma. Le agradeceré pueda facilitarnos la posibilidad de dar a conocer nuestras propuestas, nuestras actividades,... Para ello le sugerimos pueda remitirnos los correos de algunos de sus familiares, amigos,... para que podamos facilitarles nuestra revista digital o que Ud. les invite a visitar nuestra página web www.horariosenespana.es y a leer nuestra revista "España En Hora". Muchas gracias.



"Estamos a ocho meses de que España acceda a la Presidencia de la Unión Europea. Reitero mi invitación al Gobierno y a las organizaciones empresariales, sindicales y sociales, y a todos los españoles para que iniciemos el largo, difícil y complejo camino para dejar de ser una singularidad en materia de horarios en Europa"

Entrevista a D. Nicolás Redondo, Miembro del Consejo Asesor para Asuntos Laborales de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles



Nicolás Redondo Urbieta (Baracaldo, Vizcaya, 1927) es una de las figuras más destacadas del mundo político y sindical español. Su activismo en el PSOE y en UGT durante los años del Franquismo le llevó a ser detenido, procesado y condenado en varias ocasiones. Entre el 76 y el 94 ejerció como Secretario General del sindicato, cargo que compatibilizó con su escaño como diputado del PSOE por Vizcaya entre 1977 y 1987. Redondo renunció a su escaño en este último año para mostrar su desacuerdo frente a la política del entonces Presidente, Felipe González. Lideró algunas de las huelgas generales de mayor impacto en España, como la de 14 de diciembre del 88, en la que España estuvo prácticamente cerrada durante 24 horas.



“El capitalismo brutal en el que vivimos tiene muchas caras pero ninguna amable”.



D. Nicolás Redondo

¿Cómo se perfila la celebración del 1 de mayo en la actual coyuntura económica?

Entiendo que este 1 de mayo va a venir marcado por la demanda de un reparto de sacrificios. Parece que la situación económica actual la está pagando básicamente el trabajador sin que haya un reparto equitativo entre todas las capas sociales. Quien más gana más capacidad tiene de ayudar pero desgraciadamente es el más débil el que está asumiendo la carga.

¿Son los trabajadores los principales afectados de esta crisis?

Desde luego, y esto no es sólo una opinión, los datos lo corroboran. Ya hay más de 3.000.000 de desempleados en España y un millón de ellos se encuentran sin subsidio. Y cuando hablamos de parados no sólo tengo en cuenta a los trabajadores por cuenta ajena. También hay que tomar en consideración a los trabajadores por cuenta propia que se están enfrentando a una situación complicada, con impagos frecuentes y deudas contraídas por la Administración que no acaban de ser saldadas. Unos y otros necesitan una protección especial.

¿Cuáles son según usted los principales responsables de esta situación?

El capitalismo brutal en el que vivimos tiene muchas caras pero ninguna amable. Ha sido este neoliberalismo el que ha propiciado una desregularización caótica y ha dejado el peso de las decisiones en manos del mercado. Ha sido este capitalismo el que ha denigrado a los estados y les ha arrebatado su poder, con la paradoja de que ahora está demandando ayuda de ellos para poder seguir adelante.

¿Qué medidas recomendaría al gobierno para paliar el impacto de la misma?

Éste es un tema delicado en el que hay más interrogantes que respuestas. Yo entiendo que una de las primeras medidas debería ser crear una Europa Social homogénea en la que los estados miembros de la Unión coordinen sus mercados sociales, no tiene sentido que cada uno vaya por su cuenta. Además entiendo que es necesario fomentar la interlocución social entre empresarios, trabajadores y Gobierno. Pero sobre todo considero que hay que crear un nuevo modelo productivo, basado en el desarrollo, la industrialización y la innovación. Tenemos que crear un modelo adecuado a los tiempos que corren.

¿La lucha contra la crisis y la conciliación son medidas compatibles?

No es fácil, aquí hay que tener en cuenta dos factores: la flexibilidad y la desregulación en materia laboral. La primera es positiva si no vaya acompañada de desregulación y se basa en un consenso entre empresas, trabajadores y sindicatos. Sin embargo la desregulación no trae nada bueno ya que concluye en situaciones como la que estamos viviendo.

Como medida anticrisis y pro-conciliación siempre está la fórmula de trabajar menos horas para que puedan trabajar más personas. La base del éxito de esta fórmula es que existan distintos grupos sociales con distintos intereses. Así un sector más conservador demandará más horas de trabajo para conseguir una mayor entrada de dinero mientras que otros colectivos darán prioridad al tiempo libre y a la calidad de vida.

¿Trabajar más horas significa producir más?

No creo que las cosas funcionen así. La productividad se incrementa gracias al desarrollo, a la tecnología, a la modernización de los medios. Con todos estos recursos conseguiremos trabajar menos para conseguir más. Tenemos que huir de los modelos del siglo pasado en los que producir más significaba echarle más horas.



¿Cuestión de tiempo?

Dña. M^a Nuria Chinchilla, Directora del Centro internacional Trabajo y familia y Profesora Dra. del IESE Business School. Universidad de Navarra y D. Paco Gay Puyal, Profesor del IESE Business School. Universidad de Navarra y Socio Director de NCH&Partners.

Una de las primeras cosas que se aprenden cuando empiezas a tomarte en serio la gestión del tiempo, es que tienes todo el tiempo que hay: 24 horas diarias y que, además, todos tenemos el mismo. Por tanto, no será la cantidad de tiempo la variable a gestionar, ya que, como acabamos de ver, no es variable, sino que es una constante.



Dña. M^a Nuria Chinchilla y D. Paco Gay

Las variables son otras: nuestra organización, nuestras capacidades y habilidades, nuestra autopercepción respecto de los compromisos que podemos asumir, y un largo etc., lleno de variables que dependen, aunque cueste reconocerlo, de nosotros mismos.

Es cierto que vivimos en un contexto que influye en nuestras posibilidades de gestión del tiempo. Es verdad que tenemos unos horarios sociales, y laborales, que no son precisamente los más adecuados.

Se está trabajando en intentar corregir estas situaciones y esperamos que el sentido común acabe imponiéndose.

"A trabajar en nuestros proyectos de vida personal, familiar y laboral y hacerlo "profesionalmente", se le llama conciliar y es una cuestión que empieza en uno mismo. Quien concilia es la persona. El entorno, -la sociedad, la ciudad, la empresa...- ayudan o incordian".

No podemos seguir con un sistema de horarios sociales y laborales del siglo XIX en un contexto del siglo XXI. Han cambiado demasiadas cosas como para que no tengamos, necesariamente, que cambiar otras. Costará, porque cambiar hábitos sociales cuesta, pero se cambiará.

Entretanto, conviene no olvidar nuestro inicio: cambie o no el contexto, sea una sociedad y un mundo laboral que nos ayudan más o menos, finalmente también quedará la parte más importante: qué hacemos nosotros, a título individual, para una mejor gestión de nuestro tiempo.

Metidos en esta harina, que es la de nuestro costal, convendrá tener claro que el tiempo no es una finalidad. Es un instrumento. Es un recurso imprescindible que, además, fluye inexorablemente.

Pero no es una finalidad. La finalidad o finalidades las habremos de determinar nosotros. Y para ello hay unas cuantas preguntas a responder: ¿Sabemos qué queremos hacer?, ¿sabemos para qué queremos hacer eso?, ¿sabemos cómo hacerlo?, ¿podemos aprender a hacerlo mejor?, ¿es el momento adecuado para hacerlo?, ¿qué otros "qués" se quedan sin lograr?, ¿es ésta una decisión adecuada?...

Vale la pena reflexionar también sobre si la cuestión de la dificultad en la gestión de ese recurso escaso y necesario reside en la organización "exterior" del mismo o en la propia organización personal. Con toda seguridad la respuesta será que ambas.

Hay que trabajar, pues, en ambas, empujando en el entorno para que las cosas cambien a una situación más favorable, pero especialmente en nuestra propia capacidad de gestión de nuestro tiempo. Perdón: quisimos decir de nuestros proyectos, de nuestra vida personal, familiar, profesional... porque aquí siempre podremos ser más eficaces.

A trabajar en ello y hacerlo "profesionalmente", se le llama conciliar y es una cuestión que empieza en uno mismo. Quien concilia es la persona. El entorno, -la sociedad, la ciudad, la empresa...- ayudan o incordian.

Reconocemos que afrontar esto, a bote pronto, se le hace a uno especialmente difícil. Por complejo, porque son muchas las cosas a tener en cuenta y porque, finalmente, uno se abandona a los hábitos y rutinas del pasado. Es por eso, por nuestra consciencia de la dificultad, que os recomendamos un libro que está resultando de gran ayuda a muchas personas para conseguirlo. Nos referimos a *Dueños de Nuestro Destino*, de N. Chinchilla y M. Moragas, editado por Ariel.

Ánimo, que vale la pena liderar tu propia vida y... ¡¡Mucha suerte!!



Convocada la IV edición del Premio para Racionalizar los Horarios Españoles

La Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles (ARH^{OE}) ha convocado su IV Premio para Racionalizar los Horarios Españoles. Este Premio se creó hace cuatro años con la finalidad de reconocer a todas aquellas empresas, medios de comunicación y ciudadanos o entidades que más hayan contribuido a la racionalización horaria en el ámbito que ellos representan.



En palabras de D. Ignacio Buqueras, Presidente de la Comisión Nacional y ARH^{OE}, "La necesidad de unos horarios racionales tiene como principales objetivos la conciliación de nuestra vida personal, familiar y laboral; aumentar la productividad; favorecer la igualdad... en definitiva mejorar nuestra calidad de vida. Por este motivo creemos importante premiar a las empresas, medios de comunicación y entidades que más labores están haciendo en esta materia, pues gracias a sus iniciativas cada vez nuestros horarios se van adaptando más a los de países de la Unión Europea y los españoles disponemos de un mayor tiempo para nosotros y nuestras familias".

Destinatarios

Los Premios para Racionalizar los Horarios se dividen en tres modalidades distintas:

- ☉ Los ciudadanos o entidades que más hayan contribuido a la adopción de unos horarios más racionales.
- ☉ Las empresas que más se hayan destacado por la implantación de acciones que propicien unos horarios más racionales.
- ☉ Los medios de comunicación social que, a través de artículos, entrevista o reportajes, más se hayan destacado en la sensibilización de la sociedad a favor de un cambio de nuestros horarios.

Presentación de candidaturas

La presentación de las candidaturas para las tres modalidades del premio podrá ser realizada por las instituciones, entidades y personas a quienes la Comisión Nacional y los miembros del Jurado inviten a presentar su propuesta. Las candidaturas propuestas deberán acreditar de manera clara y fehaciente los méritos por los que se les debe entregar este galardón. El Jurado podrá presentar candidaturas con posterioridad al plazo establecido, siempre que lo hagan tres días antes de la fecha prevista para su constitución.

Dotación

Cada uno de los Premios consistirá en un pin de oro, creado por Yanes, una de las joyerías más prestigiosas de España y un Diploma acreditativo de la distinción.

Jurado

El Jurado estará constituido por destacadas personalidades de la política, la empresa, la universidad y los medios de comunicación. Dicho Jurado se formará antes del 15 de octubre de 2009. El Jurado además de conceder los Premios podrá proponer a las entidades convocantes hasta tres Accésits por cada una de las modalidades.

Entrega de Premios

La entrega de premios se celebrará en acto público antes del 1 de diciembre de 2009.

Los premiados de las anteriores ediciones de los Premios fueron:

☉ 2006 .-

Entidad : Fundación ONCE- Grupo FUNDOSA

Empresa : MRW

Medio de Comunicación : Diario QUÉ!

☉ 2007 .-

Entidad : Cremades&Calvo-Sotelo

Empresa : TECNOL

Medio de Comunicación : YO DONA

☉ 2008 .-

Entidad : Fundación ALARES

Empresa : IBERDROLA

Medio de Comunicación : La Vanguardia



Para descargarse el tríptico de las bases de los Premios.

Pinchar [AQUI](#)

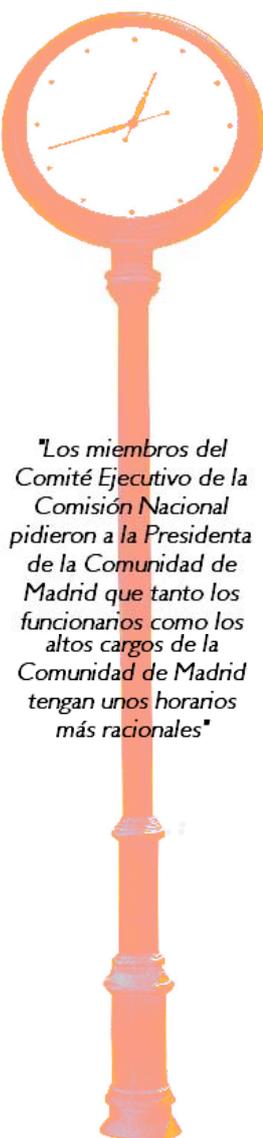


Dña. Esperanza Aguirre se reúne con el Comité Ejecutivo de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios en España

El Comité Ejecutivo de la **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios en España**, encabezado por su Presidente, **D. Ignacio Buqueras**, fue recibido el 26 de marzo en la sede del Gobierno de la Comunidad de Madrid por **Dña. Esperanza Aguirre**, que estuvo acompañada por la Consejera de Empleo y Mujer **Dña. Paloma Adrados**. La reunión se celebró en la Real Casa de Correos de la Puerta del Sol en un ambiente que los propios asistentes a la misma calificaron como *"de gran cordialidad y con muy buena disposición por ambas partes de cara a colaborar estrechamente en el futuro"*.



De izq a dcha: D.Juan Pablo Maldonado, Dña.Paloma Adrados, D.Pedro César Martínez, D.Manuel Ocaña Losa, D.Ignacio Buqueras y Bach, Dña.Esperanza Aguirre, D.Alfonso Bullón de Mendoza, Dña. Isabel Hidalgo, y D.Rafael Fuertes.



"Los miembros del Comité Ejecutivo de la Comisión Nacional pidieron a la Presidenta de la Comunidad de Madrid que tanto los funcionarios como los altos cargos de la Comunidad de Madrid tengan unos horarios más racionales"

En el transcurso de esta reunión, los miembros del Comité Ejecutivo de la Comisión Nacional pidieron a la Presidenta de la Comunidad de Madrid que tanto los funcionarios como los altos cargos de la Comunidad de Madrid tengan unos horarios más racionales, con horarios flexibles de entrada y salida, que les permitan conciliar la vida personal, familiar y profesional al tiempo que ser un referente para el mundo empresarial y social. También se habló de los actos públicos en horas adecuadas, y de la fijación y seguimiento puntual de horas de inicio y finalización de los mismos. Asimismo, se estableció la necesidad de poner en marcha una serie de estudios destinados a evaluar y mejorar la conciliación de los madrileños.

Entre los acuerdos concretos que se alcanzaron en el transcurso de esta reunión, destaca iniciar las gestiones oportunas para que en la Asamblea de Madrid pueda crearse una Comisión para el estudio de los horarios semejante a la que hace tres años esta entidad impulsó y logró instaurar en el Congreso de los Diputados. Además la Presidenta designó a dos de sus Consejerías, Familia y Asuntos Sociales, y Empleo y Mujer, como interlocutores para que canalicen los trabajos conjuntos que en diversos frentes se realicen con la Comisión Nacional.

Jornada técnica sobre la Racionalización de Horarios y la Ley de Igualdad

El pasado 21 de abril, a las 10.00 horas, tuvo lugar la Jornada técnica sobre la Racionalización de Horarios y la Ley de Igualdad, en el Hotel AC Forum de Oviedo, dentro del III Ciclo "Horarios Racionales". El citado acto fue organizado por la **Dirección General de Trabajo, Seguridad Laboral y Empleo del Principado de Asturias** y la **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles-ARHOE**.

Presentó la Jornada **D. Antonio González Fernández**, Director General de Trabajo, Seguridad Laboral y Empleo del Principado de Asturias y **D. Ignacio Buqueras y Bach**, Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles. El acto se desarrolló a través de dos conferencias: "La racionalización de horarios en España, un reto para todos", a cargo del Presidente de la Comisión Nacional; y "La Ley para la igualdad efectiva de mujeres y hombres tras dos años desde su promulgación", pronunciada por **Dña. M^a Antonia Castro Argüelles**, Profesora Titular de Derecho del Trabajo y de la Seguridad Social de la Universidad de Oviedo.



Primer Pleno de la Comisión Nacional en un Ministerio

La **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles** celebró, el pasado 30 de marzo, su cuadragésimo segundo Pleno en el Salón de Embajadores del **Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación**.



Pleno de la Comisión Nacional en el Salón de Embajadores del Ministerio de AAEE, y de Cooperación

El acto estuvo presidido por **Dña. María Jesús Figa**, Subsecretaria del Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación, quien dio la bienvenida a los asistentes, y por **D. Ignacio Buqueras y Bach**, Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles y de ARHOE, quien solicitó el apoyo del Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación, y de forma concreta de su Ministro y de la Subsecretaria, para que pudiera desarrollar un papel de singular importancia dentro del Gobierno con el fin de aproximarnos a Europa y a sus usos horarios en los meses previos a la Presidencia de la Unión Europea. Para ello sugirió que el Ministerio apoyara la reunión que la Comisión solicitó al Presidente del Gobierno, sensibilizar al resto de los ministerios sobre el uso de los horarios, apoyar el cumplimiento del Plan Concilia en todos los ministerios, y crear un Grupo de Trabajo para hacer un seguimiento de los temas apuntados.

Además, el Pleno contó con la intervención de ocho destacados representantes de diferentes sectores a los que previamente se les había invitado para que expusieran sus experiencias y propuestas: **Dña. Ángeles Alcázar**, Directora de RRHH de Iberdrola; **D. Ramón Armengod**, Embajador Vitalicio de España; **D. Javier Benavente**, Presidente de la Fundación Alares; **D. Jorge Cagigas**, Presidente de FUNDIPE; **D. Antonio García Casquero**, Director de Relaciones Laborales y Sociales de MAPFRE; **Dña. Mar Gutiérrez**, Secretaria General de la Comisión Nacional de la Competencia; **D. Mariano Palacín**, Presidente de FEPET; y **D. Carlos Robles Piquer**, Ministro de Educación y Ciencia (1975-1976) y Embajador de España.

Los jóvenes del Siglo XXI: horarios, conciliación y productividad

La **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles-ARHOE** y el **Club Siglo XXI** celebraron conjuntamente el 21 de abril a las 20.00 horas una mesa redonda/ coloquio, que tuvo lugar en los Salones que dicho Club posee en su centro de Madrid.

En dicha mesa redonda, organizada bajo el lema "Los jóvenes del Siglo XXI: horarios, conciliación y productividad", y enmarcada dentro del III Ciclo "Horarios Racionales", participaron **D. Ignacio Buqueras y Bach**, Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles; **D. Pedro Duque**, Director General de Deimos Imaging y primer Astronauta español; **Dña. Alejandra González**, Socia Fundadora de "conciliamos.es"; y **Dña. Ana Pastor**, Periodista y Directora del programa "59 segundos".

Este coloquio tenía como principal objetivo trasladar a los asistentes los diversos puntos de vista, las distintas acciones y las múltiples medidas que las personalidades, anteriormente citadas, están llevando a cabo tanto en su vida personal, como familiar y laboral en materia de horarios, conciliación y productividad.



De izquierda a derecha: Dña. Alejandra González, socia fundadora de Humanvision; D. Ignacio Buqueras y Bach, presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles; Dña. Paloma Segrelles, coordinadora de los jóvenes del Club Siglo XXI; Dña. Ana Pastor, periodista y directora del programa "59 segundos"; y D. Pedro Duque, astronauta.



"El Ministerio de Asuntos Exteriores y Cooperación, primer Ministerio donde se celebra un Pleno de la Comisión Nacional"



La Real Casa de Correos acoge el Pleno número 43

El pasado 27 de abril la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles celebró su Pleno número 43 en la Real Casa de Correos, sede de la Comunidad de Madrid. La Presidenta de la Comunidad estuvo representada por **Dña. Paloma Adrados, Consejera de Empleo y Mujer**.



De izquierda a derecha: Dña. Carmen Gallardo, D. Ignacio Buqueras y Bach, Dña. Paloma Adrados, D. David Calatayud y D. Javier Sota

El Pleno comenzó con las palabras de bienvenida de Dña. Paloma Adrados, que señaló el compromiso de la Comunidad de Madrid a favor de unos horarios más humanos, más europeos, en definitiva racionales. Tras su intervención, el Presidente de la Comisión Nacional, D. **Ignacio Buqueras** agradeció la hospitalidad de la Comunidad de Madrid, y el compromiso de la Presidenta de ser un referente en la aplicación de los horarios racionales, como manifestó en la reunión que mantuvo con el Comité Ejecutivo de la Comisión Nacional el 26 de marzo. Por otra parte, informó de las reuniones mantenidas con las Consejeras de Empleo y Mujer, y Familia y Asuntos Sociales, y el acuerdo para potenciar un mejor uso del tiempo, y la celebración de varios actos dentro del III Ciclo de "Horarios Racionales".

También el Sr. Buqueras informó de las cartas remitidas al Presidente del Gobierno, a los tres Vicepresidentes del mismo, y a varios Ministros, con motivo de su reciente remodelación. En ellas, solicita se efectúe una política a favor de unos horarios racionales en los meses previos a la Presidencia europea, que corresponde a España en el primer semestre del 2010.

En el Pleno se informó con amplitud del próximo **IV Congreso Nacional para Racionalizar los Horarios Españoles**; y de la celebración en varias ciudades, con especial éxito, del **III Ciclo de "Horarios Racionales"**. También se aprobó en el Pleno el documento **10 actitudes ante la crisis** con motivo del Día Internacional del Trabajo; se informó de la próxima convocatoria del **I Concurso Escolar de Horarios Racionales**; y se recordó el **IV Premio para Racionalizar los Horarios Españoles**.

Intervinieron en el Pleno destacados representantes del sector institucional, empresarial, social y medios de comunicación. Entre ellos caben destacar: **D. David Calatayud**, Secretario Autonómico de Familia y Coordinación Social de la Consellería de Bienestar Social de la Generalitat Valenciana; **Dña. Isabel Bazo**, Presidenta de la Confederación de Centros de Enseñanza –CECE–; **D. Nicolás Fernández Guisado**, Presidente Nacional de ANPE; **Dña. Eva Holgado**, Presidenta de la Federación Española de Familias Numerosas; **D. Pedro Núñez Morgados**, Concejal de Familia y Menor del Ayuntamiento de Las Rozas y Defensor del Menor (2001-2006); **Dña. M^a Jesús Prieto Laffargue**, Presidente Electo de la Federación Mundial de Organizaciones de Ingenieros; y **D. Pedro Antonio Ríos**, Asesor del Gabinete del Ministro de Interior.



Diez actitudes contra la crisis

La **Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles** considera que, para hacer frente a la actual coyuntura económica, es preciso adoptar medidas valientes e imaginativas que nos hagan salir cuanto antes del bache a fin de conseguir una mayor eficiencia de nuestras empresas y por tanto de sus ejecutivos y de sus trabajadores. Necesitamos que nuestros sistemas de trabajo evolucionen rápidamente hacia unos objetivos de mayor productividad y calidad, y para ello es necesario: aplicar estrategias de motivación, estimular un pensamiento positivo frente a la adversidad, buscar fórmulas que incrementen el rendimiento de los trabajadores, liberar la mente de estrés para trabajar mejor... Los despidos y los expedientes de regulación de empleo deben ser la última solución, a la que hay que procurar no llegar.



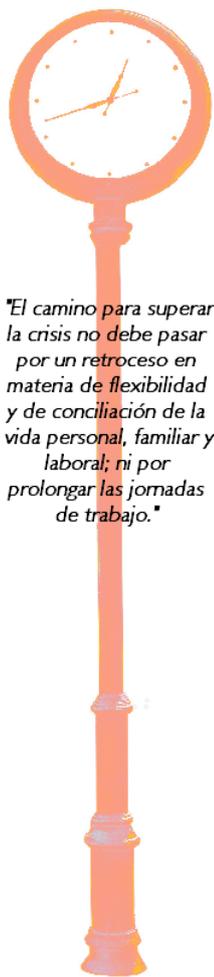
Estas medidas pasan, invariablemente, por dar un mayor valor al tiempo y por efectuar un cambio sustancial en nuestros horarios, haciéndolos más racionales, flexibles y humanos, y acercándolos a los de otros países europeos.

Como hemos dicho en otras ocasiones, el camino para superar la crisis no debe pasar por un retroceso en materia de flexibilidad y de conciliación de la vida personal, familiar y laboral; ni por prolongar las jornadas de trabajo. Sería un error que, en lugar de ayudarnos a vencer la crisis, la agravaría. Por el contrario, los españoles debemos seguir avanzando hacia unos horarios más racionales y flexibles; algo que siempre es necesario, pero que resulta acuciante en un momento como éste.

Nos encontramos ante una ocasión única para acometer este cambio de horarios, ya que en el primer semestre de 2010 España asumirá la Presidencia de la Unión Europea. Entendemos que se dan las circunstancias idóneas para que un asunto de tanta trascendencia como éste pase a primer plano como prioritario. Es la hora de una nueva España con nuevos hábitos y valores.

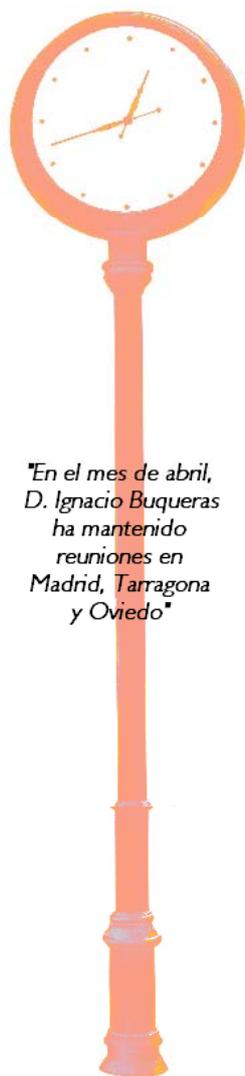
En virtud de todo ello, la Comisión Nacional propone 10 actitudes contra la crisis:

- 1. Ir tarea por tarea.** Para mejorar la calidad de nuestro trabajo, es recomendable apuntar todas las tareas para vaciar la mente de estrés; y concentrarse en ellas una a una, abordándolas de principio a fin y tachándolas una vez las hayamos realizado. Si así lo hacemos ganaremos en perspectiva y en control de nuestro propio tiempo. Intentar hacer todo a la vez no funciona.
- 2. Protegerse del mail y del móvil.** Para gestionar bien el día a día en nuestro trabajo, hay que saber organizar las agendas y eliminar, por ejemplo, las reuniones, actos, y viajes que sean prescindibles. También debemos defendernos del email y del móvil; es importante planificar espacios en los que se cierra el correo y se hace el trabajo concentrado y sereno. Mirar cada cinco minutos si entra algo sólo sirve para distraerse y estar tenso.
- 3. Organizar mejor la jornada.** Para empezar, hay que ser puntuales. En Europa y Estados Unidos suelen empezar la jornada a las ocho y dedicar media hora a comer; en España hasta pasadas las nueve no arrancamos, hacemos descanso para el café y almuerzos de dos horas, y la carga de trabajo entre la mañana y la tarde está descompensada. Todo ello es fatal para la productividad, y por lo tanto para salir de la crisis.
- 4. Reunirse con efectividad.** Las reuniones deben ser más cortas e involucrar a menos personas; celebrarse por la mañana o a primeras horas de la tarde; prepararlas con antelación y que no se conviertan en discusiones inútiles sobre asuntos de poca importancia. Igual que se fija una hora de comienzo hay que fijar también hora de finalización, y cumplirlas.
- 5. Dirigir por objetivos.** A los empleados hay que valorarlos por los resultados, medirlos por objetivos concretos, recompensando a los más eficaces y reconduciendo a los que no lo son.
- 6. Promover el talento.** El talento no sólo se busca en el proceso de selección, también se desarrolla dentro de la empresa y después hay que mantenerlo, no sólo evitando que los trabajadores más preparados se vayan a otra empresa sino teniendo siempre presente que un trabajador descontento reduce considerablemente la potencialidad de su talento. No olvidemos que del talento depende el éxito, haya o no bonanza económica.
- 7. Adaptarse a la nueva realidad.** Si no queremos trabajar a ciegas, hay que presionar a los directivos para que proporcionen directrices, saber qué esperan de uno y qué condiciones del negocio han cambiado para adaptarse.
- 8. Trabajar en equipo.** Es preciso luchar juntos, unir fuerzas para salir adelante.
- 9. Motivar a los trabajadores.** Estimularles, inspirarles, fomentar que tengan iniciativas propias dando libertad a la creatividad. La empresa y el trabajador han de formar un todo. Se hace necesario potenciar las medidas de conciliación y flexibilidad para elevar su motivación; rinden más cuando ganan tiempo para su vida privada y cuando se les concede mayor capacidad de decisión y responsabilidad.
- 10. Pensar en positivo.** Una crisis es siempre una oportunidad para mejorar. Con más de cuatro millones de hombres y mujeres sin empleo, la racionalización de los horarios españoles, normalizándolos con los de demás países de la Unión Europea, traerá indudables beneficios de motivación para los trabajadores y trabajadoras que nos pueden dar la oportunidad de avanzar en la mejora de nuestro sistema productivo, haciéndolo definitivamente más competitivo.



"El camino para superar la crisis no debe pasar por un retroceso en materia de flexibilidad y de conciliación de la vida personal, familiar y laboral; ni por prolongar las jornadas de trabajo."





"En el mes de abril, D. Ignacio Buqueras ha mantenido reuniones en Madrid, Tarragona y Oviedo"

Actividades del mes de abril

El Presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles, **D. Ignacio Buqueras y Bach**, ha mantenido, entre otras, las siguientes actividades y reuniones:

7 de abril. Tarragona

- Con **D. Josep Antoni Belmonte i Marín**, Presidente de la Confederación Empresarial de la Provincia de Tarragona (CEPTA). Contactos con varias instituciones, entidades y medios de comunicación.

15 de abril. Madrid

- Con **D. Juan Bravo Delgado**, Delegado del Área de Gobierno de Hacienda y Administración Pública del Ayuntamiento de Madrid, que estuvo acompañado por **D. Fernando Bermejo Cabrero**, Coordinador General de Recursos Humanos, y **D. Juan María del Álamo**, Coordinador General de Empleo y Desarrollo Empresarial.

- Con **Dña. Paloma Adrados**, Consejera de Empleo y Mujer de la Comunidad de Madrid, que estuvo acompañada por **D. José Ignacio Fernández Rubio**, Viceconsejero de Empleo y Mujer, y **D. Valentín Bote**, Director General de Empleo.

20 de abril. Madrid

- Con **D. Julio Pérez**, Director General del Gabinete del Ministro de Trabajo e Inmigración.

21 de abril

- **Oviedo. Dirección General de Trabajo, Seguridad Laboral y Empleo del Principado de Asturias.**- Jornada Técnica sobre la Racionalización de Horarios y la Ley de Igualdad. Acto del III Ciclo "Horarios Racionales".

- **Madrid. Club Siglo XXI.**- Mesa redonda " *Los jóvenes del Siglo XXI: horarios, conciliación y productividad*". Acto del III Ciclo "Horarios Racionales".

22 de abril. Madrid

- Con **Dña. Engracia Hidalgo**, Consejera de Familia y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid.

- Reunión constitutiva de la **Comisión Permanente** de la Comisión Nacional y ARHOE.

27 de abril. Madrid

- Celebración del Pleno nº 43 de la Comisión Nacional en la Real Casa de Correos, sede de la Comunidad de Madrid.





"La Comisión Nacional está comenzando a cerrar su agenda para los próximos meses"

Avance del calendario de eventos para el mes de mayo



src.hu

La Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles con el fin de seguir llevando su preocupación a personalidades de diversos ámbitos de la Empresa, la Administración Pública, la Universidad y la sociedad española en general y, lograr así que cada vez más el tema de los horarios y la conciliación de la vida personal, familiar y laboral acabe convirtiéndose en una realidad en nuestro país, está comenzando a cerrar su agenda para los próximos meses.

Entre otras importantes actividades previstas, destacamos las siguientes:

🕒 6 de mayo.

- **Valencia. Concejalía de Bienestar Social.**- Acto del III Ciclo "Horarios Racionales".

- **Tarragona. Ayuntamiento.**- Acto del III Ciclo "Horarios Racionales".

🕒 12 de mayo. Zamora. Fundación Científica de Caja Rural.

🕒 17 de mayo. Salamanca.

🕒 18 de mayo. Madrid. Fundación Universidad Rey Juan Carlos.- Acto del III Ciclo "Horarios Racionales".

🕒 19 de mayo. Mérida. Dirección General de Consumo.- Acto del III Ciclo "Horarios Racionales".

🕒 20 de mayo. Valencia. Escuela de Negocios CEU.- Acto del III Ciclo "Horarios Racionales".

🕒 28 de mayo. Cádiz. Área de Economía y Familia del Ayuntamiento.- Acto del III Ciclo "Horarios Racionales".



ir al índice



ir a la página anterior



ir a la siguiente página

La gestión del tiempo. El caso MRW

D. Paco Sosa. Director de Relaciones Externas de MRW

Desde la fundación en 1977 de la antigua Mensajeros Radio al MRW actual, (co-líder del sector del transporte urgente en España), la gestión del tiempo ha sido una obsesión. Nos dedicamos desde hace más de 30 años a gestionar nuestro tiempo y el de nuestros Clientes.



D. Paco Sosa

Recoger, transportar, entregar siempre antes del horario marcado con un compromiso de eficacia y seguridad, ha diseñado nuestro ADN particular. Convirtiéndonos en una empresa que combina esta gestión del tiempo con la del espacio y con las personas que la hacen posible.

Nos hemos comprometido tanto que, si entregamos un minuto más tarde de lo programado, regalamos a nuestros Clientes, 10 envíos gratuitos.

Hoy en nuestra sociedad occidental la gestión efectiva de cada minuto, cada segundo, es vital para que la tan ambicionada sociedad del bienestar se perpetúe y nos genere percepciones de desarrollo profesional o personal.

Y nosotros ¿cómo gestionamos nuestro tiempo, el de nuestra gente..?

Antes de contarles que cosas hacemos en materia de conciliación, simplemente matizarles que MRW es una marca que está bajo una estructura de Franquicias. En la actualidad más de 13.700 personas están vinculadas a la marca. Más de 700 pertenecen a los servicios centralizados en España, Portugal y Venezuela. Son en estos servicios centrales donde más del 80% de la plantilla hace jornada intensiva durante todo el año, siendo el horario más implantado el de ocho de la mañana a cuatro de la tarde. Aspectos como la paternidad o la maternidad están cuidados hasta el punto de aumentar en el periodo de lactancia media hora diaria para entrar más tarde o salir antes en función de las necesidades de la persona.

La formación, las reuniones, siempre se realizan en horario laboral y aquellas formaciones que se tengan que realizar fuera de este (Master, MBA, seminarios etc...) tienen hasta un 80% de subvención por parte de la compañía.

Cuando uno/a de nuestros compañeros es papá o mamá, el Presidente de la compañía le envía una canastilla al hospital. La noticia se publica en nuestro portal interno del empleado junto a toda una serie de prácticas orientadas a mejorar la conciliación entre las personas que trabajan en la organización. Para los papas y mamás de la compañía con hijos de hasta tres años tenemos una subvención para guardería de 100 euros mensuales. Para cualquier persona de la organización que quiera adoptar un bebé MRW ofrece una ayuda para el proceso de adopción de 3.000 euros.

Si visitan nuestras instalaciones verán que disponemos de parking para todos nuestros empleados, solárium, sala de ocio internet, sala de descanso con sillones que te dan masajes y gimnasio. La gestión de la diversidad (género, discapacidad, inmigración, etc) es una de nuestras apuestas más fuertes en materia de personas. Cerca del 60% de nuestros mandos intermedios son mujeres, cerca del 10% de la plantilla tiene algún tipo de discapacidad. Como podrán entender las miradas a los puestos de trabajo, los procesos o los tiempos de ejecución son vistos desde otra perspectiva.

Por estas y otras prácticas fuimos la primera empresa en España en conseguir la certificación EFR. El EFR es el certificado que garantiza de forma externa que la organización que lo posee trabaja por la mejora de las relaciones, persona, familia, trabajo. Hoy un grupo transversal de compañeros propone tanto a la dirección posibles mejoras en aspectos de la gestión del tiempo personal, como a las personas integrantes de la organización a tener un tiempo de trabajo más efectivo al dinamizar equipos de trabajo o planificar correctamente el tiempo de sus reuniones de trabajo. Por ese motivo la formación continuada se ha convertido en piedra angular de nuestro actual plan estratégico. Sin duda personas formadas y comprometidas son más eficaces en el uso productivo del tiempo.

Las nuevas tecnologías nos han dado más alternativas en el uso de ese tiempo, desde el teletrabajo por el que han optado compañeros y compañeras a la utilización de video conferencias para evitar costosos viajes en tiempo y dinero.

Hoy el gran debate en nuestras empresas es la lucha contra el absentismo. Estos días la CEOE ha publicado un estudio en el que comentan cifras cercanas a más de un millón doscientas mil personas que cobran sin trabajar ni un día en España. Como comprenderán los sindicatos no están de acuerdo con estas cifras. El eterno debate. Más allá del absentismo producido por bajas médicas está el absentismo del "despido interior". Aquellas personas que han decidido dejar de trabajar, pero sin abandonar su puesto de trabajo, sencillamente la empresa a la que acuden ya no les motiva.

Bueno, hay infinidad de posibles propuestas para mejorar este tipo de sucesos. En MRW pensamos que la fusión de formación, creatividad e implicación por ambas partes empresa y trabajadores puede ayudarnos a ser más competitivos. Ya saben lo necesitamos más que nunca, sobre todo por eso, ¿Cómo se llama?, ah sí, La Crisis.

Simplemente para finalizar quiero dar un afectuoso saludo a la Revista y como no a los compañeros de la Comisión para la racionalización de los horarios españoles.



"No hay mejor inversión del tiempo que perseguir tus sueños"



La Comisión en los medios de comunicación.

Últimas apariciones



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

PRENSA

- [5 de marzo. Terra News \(Artículo\)](#)
- [5 de marzo. Ecodiario \(Artículo\)](#)
- [6 de marzo. Adn.es \(Artículo\)](#)
- [6 de marzo. Diario de Ibiza \(Artículo\)](#)
- [6 de marzo. La opinión de Tenerife \(Artículo\)](#)
- [6 de marzo. RRHH Digital \(Artículo\)](#)
- [6 de marzo. Europa Press \(Artículo\)](#)
- [10 de marzo. Expansión.com \(Artículo\)](#)
- [11 de marzo. EFE Valladolid \(Entrevista\)](#)
- [12 de marzo. 20 minutos Valencia \(Entrevista\)](#)
- [12 de marzo. Aprendemas \(Artículo\)](#)
- [12 de marzo. Las Provincias \(Artículo\)](#)
- [15 de marzo. El País \(Entrevista\)](#)
- [16 de marzo. Gente en Burgos \(Artículo\)](#)
- [16 de marzo. Diario Multimedia de Burgos \(Breve\)](#)
- [17 de marzo. Diario de Burgos \(Entrevista\)](#)
- [20 de marzo. Valencia Noticias.com \(Artículo\)](#)
- [27 de marzo. ADN \(Cartas al Director\)](#)
- [28 de marzo. Europa Press \(Artículo\)](#)
- [28 de marzo. Los RRHH.com \(Artículo\)](#)
- [30 de marzo. El Heraldo \(Artículo\)](#)
- [30 de marzo. Economía de Hoy \(Artículo\)](#)
- [1 de abril. Bahía de Cádiz \(Mención\)](#)
- [1 de abril. La tercera.com \(Artículo\)](#)
- [16 de abril. Hispanidad \(Mención\)](#)
- [16 de abril. Mujeres y cia \(Artículo\)](#)
- [20 de abril. Europa Press \(Mención en Agenda\)](#)

[21 de abril. Finanzas.Com \(Mención en Agenda\)](#)

[21 de abril. Comercio Digital \(Mención\)](#)

[21 de abril. Conciliamos.es \(Artículo\)](#)

[21 de abril. EFE \(Artículo\)](#)

[21 de abril. El Confidencial \(Artículo\)](#)

[21 de abril. Europa Press \(Mención\)](#)

[21 de abril. Terra News \(Artículo\)](#)

[22 de abril. Comercio Digital \(Artículo\)](#)

[22 de abril. El Comercio \(Breve\)](#)

TELEVISIÓN

7 de enero. TVE. "Los desayunos de TVE" (Segunda parte de la aparición. La primera se publicó en el nº anterior, la siguiente en el próximo número). Para verla pinchar [AQUÍ](#)

11 de marzo. Canal Nou (Entrevista)

27 de marzo. Europa Press TV (Entrevista)

RADIOS

6 de marzo. Cadena COPE (Entrevista)

8 de marzo. Onda Cero (Entrevista informativos)

9 de marzo. Radio Popular Bilbao "Aquí te quiero" (Entrevista)

13 de marzo. Mataró Radio "La Guardiola" (Entrevista)

16 de marzo. 24 FM. Burgos "III Ciclo" (Mención)

16 de marzo. Radio Arlazón Burgos "III Ciclo" (Mención)

28 de marzo. Onda Cero "Te doy mi palabra" (Entrevista)

30 de marzo. Punto Radio (Entrevista)

15 de abril. Onda Cero Valencia (Entrevista)

