

ANUARI
2016



REFORMA HORÀRIA

Iniciativa per a la Reforma Horària
Col·lecció Reforma Horària “Anuari de la Reforma Horària 2016”

Edició i coordinació: Cristina González i Fabian Mohedano

Correcció: Enric Vaquer

Coordinació de la col·lecció: Sara Berbel

Disseny gràfic: Idoia Vallverdú

ISBN: 978-84-697-2488-0

www.reformahoraria.cat

**ANUARI
2016**

SUMARI

LA INICIATIVA

06

a. Estat de la qüestió. 07

b. Eina d'autoavaluació inventari Reforma Horària. 08

c. Organitzacions. 10

d. Adhesions municipals. 11

ARTICLES

12

Neus Munté i Fernández. Consellera de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya. 12

Raül Romeva i Rueda. Conseller d'Afers Exteriors, Relacions Institucionals

i Transparència del Govern de la Generalitat de Catalunya. 14

Jordi Baiget i Cantons. Conseller d'Empresa i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya. 16

Dolors Bassa i Coll. Consellera de Treball, Afers Socials i Famílies del Govern de la Generalitat de Catalunya. 17

Eudald Calvo Català. Alcalde d'Argentona. 19

Enric Vinaixa i Bonet. Director General de Relacions Laborals i Qualitat en el Treball del Govern

de la Generalitat de Catalunya. 19

Joaquim Jesús Duran i Redondo, Maria Rovira i Torrens i Eulàlia Sabater Díaz. Candidatura d'Unitat Popular-Poble

Actiu (CUP-PA) a la Diputació de Barcelona. 20

Juliana Fernandes. Presidenta de Slow Shop Lleida. 21

Àngel Font Vidal. Director Corporatiu de Persones i Estratègia Fundació Bancària "la Caixa". 23

Enric Fossas Colet. Rector de la Universitat Politècnica de Catalunya. BarcelonaTech (UPC) . 23

Ignasi Genovès i Avellana. Director general de Difusió Departament de la Presidència Generalitat de Catalunya . 24

M. Jesús Larios Paterna. Adjunta al Síndic de Greuges pels drets dels infants. 27

Fabian Mohedano i Morales. Promotor de la Iniciativa per a la Reforma Horària i diputat

al Parlament Generalitat de Catalunya. 28

Carme Ortoll i Grífols. Directora general d'Educació Infantil i Primària del Govern de la Generalitat de Catalunya. 30

Isaac Peraire Soler. Alcalde de Prats de Lluçanès. 31

Sara Berbel Sánchez. Directora científica de l'Inventari Reforma Horària. 32

Xavier Peralta Maniviesa. Consultor i psicòleg organitzacional. 33

Teresa M. Pitarch i Albós. Presidenta de l'Institut Català de les Dones del Govern de la Generalitat de Catalunya. 34

Glòria Plana i Yanes. Regidora de Promoció Econòmica, Desenvolupament Local i Turisme de l'Ajuntament de Girona.

Xarxa Gironina per a la Reforma Horària. 36

Pau Presas i Bertran, Josep Ramon Mut i Bosque, Jordi Fàbrega i Colomer, Isaac Albert i Agut. Esquerra Republicana

de Catalunya-Acord Municipal (ERC-AM) a la Diputació de Girona. 37

Anna Simó i Castelló. Membre de la Mesa del Parlament de Catalunya. 37

Elisa Soro Sansó. Artista plàstica i il·lustradora del conte. 38

Vicenç Villatoro Lamolla. Director del Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB). 40

Josep Fígols Escarré. President de l'Associació Comarcal d'Empresaris del Berguedà (ACEB). 40

ALTAVEU **42**

a. La setmana dels horaris. 42

b. Actes, conferències i xerrades. 46

c. Impactes. 48

d. Xarxes socials. 61

e. Reflexions ciutadanes. 78

f. Infografies, imatges i mapes. 88

LES PERSONES **89**

a. Consell Assessor per a la Reforma Horària. 89

b. Col·laboracions. 90

c. Les persones amb qui hem dialogat. 90

ECONOMIA **94**

LA INICIATIVA EN XIFRES **96**

LA INICIATIVA

A. ESTAT DE LA QÜESTIÓ

El present Anuari correspon al tercer any de la Iniciativa per a la Reforma Horària. Tal com vam anunciar en la presentació del CCCB el 29 de gener de 2014, el compromís era per tres anys.

Som al tercer any i per tant és moment per a presentar resultats de bona part dels projectes realitzats, per exemple aquells vinculats a les proves pilots. Però també ha de servir per posar fil a l'agulla al com, és a dir a dissenyar la reforma.

Pel que fa la formulació d'eines que ajudin a l'impuls de la reforma horària, destaca l'Eina d'Autoavaluació per a organitzacions en les seves diferents versions, que estan vinculades als sectors d'acceleració.

En la fase de reforma els treballs avancen amb la complexitat prevista, el Parlament de Catalunya ha desplegat el treball de la ponència conjunta i el Govern de la Generalitat de Catalunya els processos de concertació i participació. L'any 2017 ha de servir per presentar els resultats definitius i, per tant, per al tancament definitiu de la Iniciativa per a la Reforma Horària.

Finalment, ha vist la llum pública la primera campanya institucional impulsada per la Generalitat de Catalunya “La vida que t'espera” que ha de constituir el primer pas en el conjunt de mesures de pedagogia.

B.EINA D'AUTOAVALUACIÓ INVENTARI REFORMA HORÀRIA

El 2016 ha estat l'any de la concreció institucional, amb la concertació social duta a terme amb les taules quadrangulars, les polítiques de govern amb el seu pla de govern, la comissió legislativa al Parlament i l'impuls de la Llei del Temps i del Pacte Nacional per a la Reforma Horària, que s'enllestirà a l'estiu de 2017.

L'eina que hem utilitzat per vehicular la Reforma Horària ha estat l'Inventari Reforma Horària (empresa, organitzacions, tercer sector i associacionisme i ajuntaments). L'Inventari Reforma Horària és una eina d'autoavaluació que té com a missió contribuir decididament a la recuperació de la jornada que existeix pràcticament arreu del món.

Consisteix a facilitar que el temps de dinar s'avanci una hora, per situar-se al voltant de les 13.00, i que el sopar giri al voltant de les 20.00, de manera que al cap del dia es recuperin les dues hores que ens distancien del model d'horari habitual a la resta d'Europa.

Suposa un camí a seguir per arribar al lloc desitjat que promou la creativitat de cada persona i els processos d'I+R+D de la mateixa entitat. El llistat consisteix en l'aplicació de diferents factors clau que donen informació sobre l'assoliment efectiu de cadascuna de les fites plantejades.

Els principals beneficis en l'aplicació de l'Inventari són:

- Increment d'una productivitat sostenible de fins a un 15%
- Descens de l'absentisme de fins a un 30%
- Disminució de la sinistralitat laboral i les condicions associades a l'estrès
- Millora del clima laboral i del compromís de la plantilla
- Fidelització del talent de les persones treballadores

Des de la Iniciativa treballarem perquè aquesta eina -que comença de forma autogestionada- esdevingui un instrument homologat impulsat pel Govern de la

Generalitat de Catalunya en el moment zero de la Reforma Horària.

L'eina està dissenyada per portar a terme l'anàlisi d'aspectes claus de l'organització quant a l'organització del temps de treball, en tres nivells:

1. Dimensions.
2. Evidències (que concreten les dimensions).
3. Indicadors qualitatius i quantitatius (que justifiquen les evidències).

Les evidències són factors de primer ordre que, en el seu conjunt, expliquen les dimensions (com a factors de segon ordre), que són els aspectes clau que cal tractar (i canviar) per assolir la Reforma Horària en les empreses. Els indicadors de compliment són dades objectives i observables que mesuren les evidències i ofereixen transparència i mesurabilitat a l'eina.

En el document de treball es realitza una primera proposta de dimensions i d'evidències, per acabar de formular el llistat i tancar el document com un inventari definitiu, amb indicadors inclosos.

Les dimensions que es presenten són un compendi de variables crítiques que expliquen la implantació de la Reforma Horària en les entitats.

En concret, es contemplen les següents dimensions:

- Direcció per valors i objectius.
- Certificació.
- Formació.
- Flexibilitat horària.
- Espais de treball.
- Canals de comunicació.
- Impacte ambiental.
- Temps dels àpats.
- Compromís social
- Reforma Horària.

Posteriorment, un cop estiguin validades les evidències definitives per a cada dimensió, caldrà dissenyar indicadors que siguin fàcils de mesurar i a la vegada fiables i efectius.

Per exemple, per a l'evidència relativa al treball a distància, un possible indicador podria ser nombre d'hores treballades fora de l'organització a la setmana. Per a cadascuna de les evidències, serà necessari establir un mínim pel qual es consideri que aquesta evidència està assolida (seguint l'exemple, 5 hores setmanals).

C. ORGANITZACIONS

Entre les empreses i entitats del tercer sector que han participat en les proves pilot i han començat a implementar mesures per avançar en el camí de la Reforma Horària, tenim:

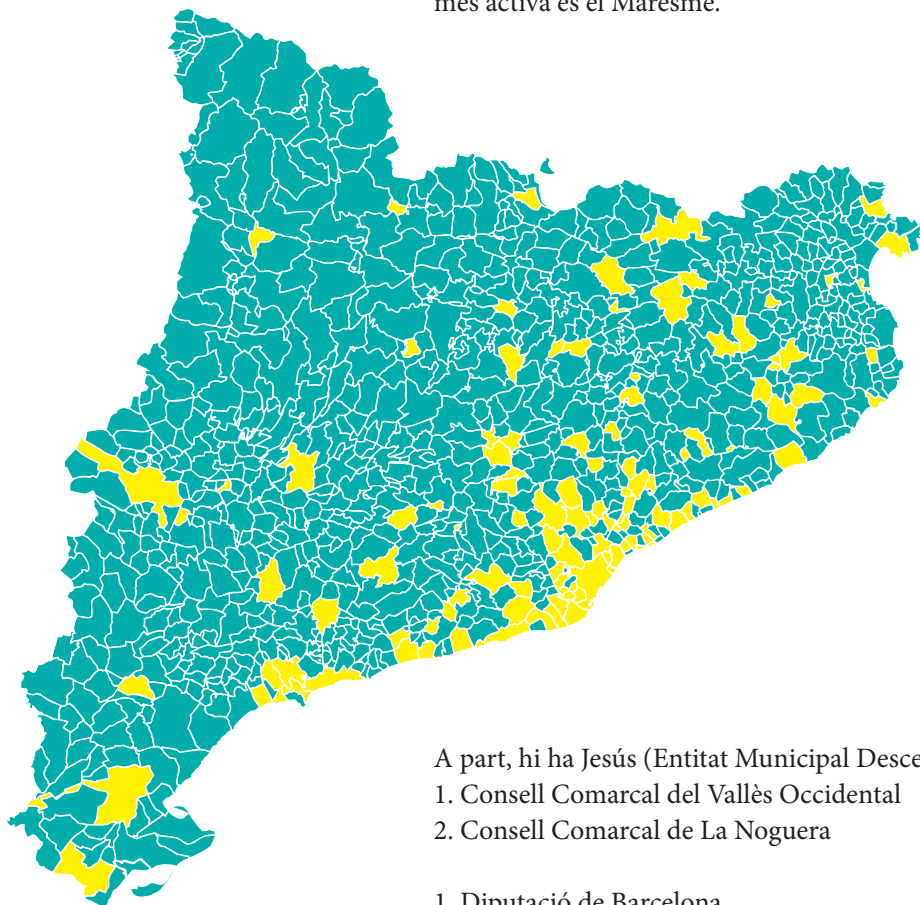
- ADLSC
- Techno Trends
- AEBALL
- Suara
- Grupo Sifu
- Gaes
- Caritas Girona
- Masia Vallformosa
- Fundació Joia
- Àmbit prevenció
- TBS

Les nostres interlocutores i principals valedores del procés han estat les organitzacions de segon grau, que han jugat un paper important en el projecte de les proves pilot:

- ADLSC Agència de Desenvolupament Local de Solsona i Cardona
- AEBALL Associació Empresarial de L'Hospitalet i Baix Llobregat /UPMBALL
- FEMCAT
- UEP
- RESPON.CAT
- CECOT

D. ADHESIONS MUNICIPALS

Es té coneixement de 106 municipis que s'han adherit a la Xarxa (fins a desembre de 2016). Són municipis que al plenari del seu Ajuntament han aprovat una moició a favor de la Reforma Horària. A més hi ha les 4 diputacions i 2 comarques. Cal destacar, també, Jesús, (Entitat Municipal Descentralitzada). La comarca més activa és el Maresme.



A part, hi ha Jesús (Entitat Municipal Descentralitzada)

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

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

ARTICLES

NEUS MUNTÉ I FERNÁNDEZ

Consellera de la Presidència Generalitat de Catalunya

El Govern de la Generalitat tenim la convicció que cal reformar els horaris, per adaptar-los a uns temps més humans i cívics, que permetin millor adequació amb la resta del planeta. Estem convençuts que aquesta adequació dels temps contribuirà de manera important a la millora del benestar de la població, a augmentar la competitivitat de l'economia i a generar una vida social de qualitat. D'aquí la nostra plena implicació en el projecte de la Reforma Horària.

Mentre el Parlament treballa en una proposició de llei, des del Govern hem anat avançant en la línia de treball i compromís que ens vàrem marcar amb la creació del Consell Assessor per a la Reforma Horària. L'any 2016 hem iniciat el procés de concertació per a la reforma horària, generant debat i diàleg amb sindicats, patronals, associacions i col·legis professionals, i administració pública, mitjançant taules quadrangulars en els àmbits de teixit productiu, educació, administració, comerç i consum, cultura i oci, salut i mobilitat. Hem obert també un procés participatiu arreu del territori català, en 12 municipis, per escoltar la ciutadania i recollir idees i propostes. I també hem impulsat la primera campanya de comunicació i sensibilització de l'opinió pública, sota el lema "La vida que t'espera", per convidar els catalans i les catalanes a descobrir com podem guanyar temps i quins beneficis proporcionarà la reforma horària als diferents sectors de la població.

Aquest 2017 seguirem treballant, perquè la voluntat d'aquest Govern és assolir un acord d'acords, un Pacte Nacional per a la Reforma Horària que ens encamini cap a l'esperat Moment Zero, el moment en què puguem aplicar plenament nous horaris al nostre país i gaudir de tots els beneficis que això implica.

EVOLUCIÓ DE LA REFORMA HORÀRIA: TERCERA FASE



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

INICIATIVA PER A LA REFORMA HORÀRIA

www.reformahoraria.cat

@ReformaHoraria

www.facebook.com/reformahoraria

La veu de la ciutadania: un procés participatiu per millorar la reforma horària

En el context d'imaginar el futur del nostre país sense restriccions, és clau donar la veu als ciutadans, especialment en temes estratègics. La deliberació ciutadana permet escoltar diferents punts de vista i millora les decisions, que esdevenen més riques en matisos i perspectives.

En aquest sentit, des del govern hem impulsat recentment diferents processos participatius: “Ara és demà” sobre el futur de l'educació, el de l'atenció sanitària urgent, el de l'economia col·laborativa o el del Pla de ciutadania i migracions. Però un dels més emblemàtics és precisament el de la Reforma Horària.

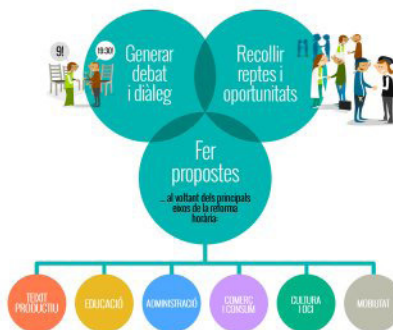
Fins ara, els debats havien tingut en compte l'opinió d'experts i de representants dels sectors afectats, però calia fer un pas més i obrir el debat al conjunt de la ciutadania, ja que totes i tots hi som part implicada. Així, durant la tardor de 2016 hem desenvolupat aquest procés participatiu amb l'objectiu de debatre i proposar actuacions que incorporessin la diversitat de la societat catalana.

Al llarg dels 24 tallers presencials realitzats arreu del territori, molts ciutadans han tingut l'oportunitat de treballar en petits grups sobre situacions concretes i han fet propostes pràctiques per millorar l'aplicació de la Reforma Horària. Totes aquestes aportacions han quedat recollides en uns informes que es poden consultar al web participa.gencat.cat on també es recullen les que la ciutadania ha pogut fer directament en línia.

En definitiva, mitjançant un procés participatiu, hem dut a terme un exercici d'aprofundiment democràtic, que enforteix la salut de les nostres institucions i dels seus mecanismes de presa de decisions, i que facilita la construcció de consensos per al Pacte Nacional per a la Reforma Horària, cridat a liderar una millora evident de la nostra quotidianitat.

EL PROCÉS PARTICIPATIU PER A LA REFORMA HORÀRIA

QUÈ PRETÉN?



Totes les propostes
contribuiran a
l'elaboració del



ON I QUAN?

Aportacions on-line: participa.gencat.cat



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

Generalitat de Catalunya

INICIATIVA PER A LA REFORMA HORÀRIA

@ReformaHoraria
www.facebook.com/reformahoraria

La racionalització del temps, una oportunitat per a les empreses

La gestió eficaç del temps, en l'àmbit econòmic i social, és sinònim de competitivitat i de societat sostenible. La gestió eficaç del temps, en l'àmbit privat, és sinònim de qualitat de vida. Els beneficis, doncs, d'una organització racional del temps, són evidents tant en l'esfera pública com en la privada.

A Catalunya, societat civil, administracions, agents econòmics i socials i grups parlamentaris treballem des de fa uns anys per a fer realitat un canvi, el de la reforma horària, que no té aturador. Un canvi complex perquè en la mesura que és estructural implica modificar el model social i econòmic. I, sobretot, implica un canvi de mentalitat. I ens exigeix un pacte entre els diversos agents per a posar-lo en marxa.

La implicació i el compromís de les empreses i de l'Administració en aquest procés és imprescindible. Cal entendre la reforma horària com un factor de competitivitat, de millora de la productivitat, com ho són la internacionalització o la innovació. En aquest sentit, empreses i treballadors ja han mostrat el seu compromís per avançar en aquesta direcció: el passat mes de setembre Govern, sindicats i patronals van signar un decàleg d'objectius per a la negociació col·lectiva -que impulsa mesures com la compactació i la flexibilitat de l'horari laboral o la reducció d'hores extraordinàries, entre d'altres-, que facilitin la conciliació del temps laboral amb la del temps personal; assumint que aquests canvis no impliquen que les empreses renunciïn a les seves necessitats productives, tot el contrari. Es tracta de fer compatibles els objectius, legítims, de totes les parts. I això és possible. Sabem que caldrà una aplicació de la reforma tenint en compte les característiques pròpies dels diversos sectors. I així ho farem.



Més productius i més feliços

A gairebé tot Europa, l'horari laboral és de les 9 del matí a les 5 de la tarda parant una hora per dinar. A Catalunya, en canvi, les aturades per dinar de la majoria dels treballadors és de dues hores, el que suposa allargar la jornada fins les 7 o les 8 del vespre. Els catalans, segons l'Institut d'Estudis Econòmics (IEE) treballem una mitjana de 277 hores més que els alemanys, i també treballem més que la mitjana dels països nòrdics o Àustria. La productivitat, tot i treballar més hores i allargar més la jornada, no és superior que en cap d'aquests països.

Ens cal un replantejament del sistema i apostar per la reforma horària. Conciliar la vida laboral amb la vida familiar o incrementar el rendiment laboral i la productivitat de les empreses són alguns del objectius que persegueix una plataforma de la societat civil, la Iniciativa per a la Reforma Horària, per reconvertir el sistema del temps que se segueix a Catalunya i acostar-lo a la realitat europea.

Els diferents estudis realitzats asseguren que implantar la jornada continuada, com ja fan moltes empreses exclusivament a l'estiu, redueix l'estrès, estimula l'optimització dels temps, augmenta la productivitat un 6% de mitjana, ensenya els treballadors a planificar i augmenta la motivació i la seva felicitat. Les empreses que faciliten la conciliació laboral i familiar són un 19% més productives que les empreses que la dificulten.

Un dels factors que ajudaria a rendir millor és la flexibilitat per organitzar-se el propi horari. En moltes empreses no és necessari que tothom arribi a la mateixa hora i que marxi a la mateixa hora.

Perquè la reforma horària sigui una realitat a les empreses, en les negociacions dels convenis col·lectius s'haurien d'incloure clàusules específiques sobre una racionalització més àmplia del temps de feina. Hi ha d'haver una flexibilitat laboral pactada en la qual els treballadors s'adaptin a les necessitats de producció i on l'empresa ofereixi alhora flexibilitat als empleats.

Des de l'administració hem de donar exemple, i n'estem donant. Des del nostre departament seguim la directriu de no convocar actes públics a partir de les 7 de la tarda i procurem no fixar reunions de càrrecs a la tarda. El Parlament de Catalunya aplica horaris europeus.

El Govern català té competències per incidir en àmbits que poden propiciar el canvi global de les rutines socials, ara bé, no tindrem plenes competències fins que no siguem un estat. No disposem, per exemple, de competències en àmbit laboral, tampoc no podem regular els horaris de les televisions estatals i per acabar-ho de complicar, la Llei Catalana d'Horaris Comercials ha estat suspesa pel Tribunal Constitucional. Necessitem un estat per tenir plenes com-

petències i decidir sobre la reforma horària total.

Ens falta fer molta pedagogia encara. Cal un canvi de model i un canvi de mentalitat de la societat per aplicar la reforma horària. El canvi d'horaris de les empreses ha d'anar lligat a moltes altres modificacions. És necessari incidir, a banda de l'àmbit de treball, en el comerç i el consum, en la comunitat educativa, en l'oci i l'entreteniment, i el més important, sensibilitzar-nos tots plegats que aquest és el model cap al qual hem de caminar per ser més productius i més feliços.



EUDALD CALVO CATALÀ

Alcalde d'Argentona

Des de fa ja uns anys sentim a parlar de la reforma horària, abans vagament i inconcreta, ara ja amb mesures definides. Els municipis també s'hi han posat i amb molta empena.

Amb la reforma horària els municipis volem adequar els nostres horaris i, per tant, les nostres vides, a un model de vida molt més saludable, conciliar la vida familiar amb el treball i economitza molt millor les nostres hores. Es tracta d'un canvi de paradigma sobre com entenem les nostres vides, sobre com distribuïm el nostre temps. És evident que suposarà un canvi important i els canvis són complicats.

Per sort, a vegades tots els elements s'alineen i tot és més senzill. Des de diferents institucions i administracions públiques s'està treballant en aquest objectiu i és una sort que sigui així perquè tot és més senzill quan treballem conjuntament. També els comerços comencen a veure els avantatges d'aquest canvi de model i és important que també empenyin en aquesta direcció, ells en seran un dels principals beneficiaris.

Però queda encara molta feina per fer: cal que tot el món educatiu assumeixi també aquest canvi de model i això serà un gran pas endavant. I finalment, que el món de la indústria es faci seu també el model de conciliació laboral i familiar. Ho farà quan entengui que uns treballadors/es amb millors condicions a casa són després més eficients a la feina.

Tot plegat un viatge llarg i costós, però justament per aquesta raó cal ser assertius i esvair tots els dubtes que van sorgint, perquè l'objectiu s'ho val.

ENRIC VINAIXA I BONET

**Director General de Relacions Laborals i Qualitat en el Treball del Govern
de la Generalitat de Catalunya**

L'eina "l'Inventari de la Reforma Horària"

Si volem que les empreses adaptin els seus temps de treball als principis de la Reforma horària necessitem eines que ho facilitin. És per això que el govern s'ha compromès a difondre l'eina "l'Inventari de la Reforma Horària" per ajudar les empreses a transitar cap una nova cultura del temps.

Des del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies entenem el treball com un valor social, que ha de ser estable i de qualitat perquè les persones puguin construir el seu projecte autònom i vital. Això requereix ajustar els temps

de treball de forma que fem compatibles tots els interessos, el de les persones i el de les empreses. Les persones treballen per expressar el seu talent i la seva creativitat però participen en altres activitats personals i familiars, i les empreses han d'aconseguir ser viables i uns objectius de productivitat.

L'eina permet identificar els principals punts forts i oportunitats de millora pel que fa a les condicions de treball associades a l'horari i a la gestió i organització del temps. Entre les millores que es poden implementar suggeriríem l'entrebrell, la millora en l'eficiència del temps per fer les reunions més operatives, la compactació dels horaris, la direcció per objectius i consecució de resultats, entre d'altres, i la conscienciació d'un ús més racional de temps per part de totes les persones de l'empresa, des dels llocs més operatius als de comandament.

En definitiva, necessitem donar valor al temps perquè les nostres vides siguin més equilibrades i completes, i per això cal racionalitzar i optimitzar el temps que dediquem a la nostra feina, que ha de ser, necessàriament, més eficient i més productiu.



**JOAQUIM JESÚS DURAN I REDONDO, MARIA ROVIRA I TORRENS
I EULÀLIA SABATER DÍAZ**

Candidatura d'Unitat Popular-Poble Actiu (CUP-PA) a la Diputació de Barcelona

La desorganització horària a Catalunya és una realitat que comporta riscos psicosocials per a les persones, afecta el rendiment educatiu, la productivitat i la disminució del benestar de la societat en general.

Cal fer front a la complexitat dels temps presents amb racionalització del bé més preuat que tenim les persones, el nostre temps.

És per això que cal avançar en la substitució dels horaris nascuts amb l'era

industrial tot augmentant la consciència per trobar fórmules d'optimització i estils de vida no determinats exclusivament per una compulsió productivista i consumista.

La Iniciativa per a la Reforma Horària treballa en aquest sentit i és per això que des de la CUP Poble Actiu, a la Diputació de Barcelona, ens hem volgut sumar a la mateixa per impulsar a la demarcació de Barcelona el gran pacte social necessari per culminar amb èxit aquesta racionalització d'usos del temps i la transició cap a la mateixa.

En la forma en què està organitzada la nostra societat, el temps esdevé un factor sistèmic dins del model social i cal cercar mesures legislatives i de promoció i sensibilització que abordin el canvi adaptant el temps a la nova realitat social, econòmica i cultural.

L'escola, el comerç, la cultura, l'esport, els mitjans de comunicació i el moviment associatiu així com les infraestructures públiques i privades necessiten un gran acord.

La creació d'una comissió tècnica específica per a l'estudi de la Reforma Horària al si de la Diputació de Barcelona contribuirà sens dubte, a assolir aquest acord general.

La CUP Poble Actiu a la Diputació de Barcelona es congratula pel fet que la moció presentada al març de 2016 va ser aprovada per unanimitat.

JULIANA FERNANDES

Presidenta de Slow Shop Lleida

Slow Shop Lleida és una associació de comerços i serveis que té com a objectius fomentar el comerç de proximitat, la sostenibilitat econòmica de la ciutat, la humanització dels barris i la creació de llaços entre les comunitats i sinergies entre els comerços. Després d'una recerca sobre diferents iniciatives arreu del món i establiments singulars de la ciutat de Lleida, l'associació es constitueix formalment al maig de 2016.

Lleida per la reforma horària. Com que un dels principals valors de l'associació és la conciliació familiar i laboral, des de Slow Shop Lleida es va organitzar la campanya "Temps per a tot, temps per a tothom". L'eslògan de la campanya va estar pensat en fer ús més racional del temps pel descans, oci, salut, formació, conciliació familiar i també per la millora de la productivitat laboral. Per potenciar la campanya es va disposar de molts continguts de promoció i sensibilització al bloc, així com una guia d'ús per sensibilitzar i fomentar l'adhesió de les empreses.

La campanya es va centrar en 3 activitats principals:

Presentar-se: Moció a favor de la Reforma Horària presentada el 7 d'octubre

i aprovada per unanimitat per tots els grups polítics de l'Ajuntament de Lleida. Lleida formalitza el seu compromís amb la reforma horària i s'inclou a la llista de ciutats compromeses amb la qualitat de vida i el benestar dels seus ciutadans.

Conscienciar: Xerrada sobre la Reforma Horària el 21 d'octubre amb el Fabian Mohedano, diputat de la Generalitat, impulsor i responsable de la Iniciativa per a la Reforma Horària a Catalunya.

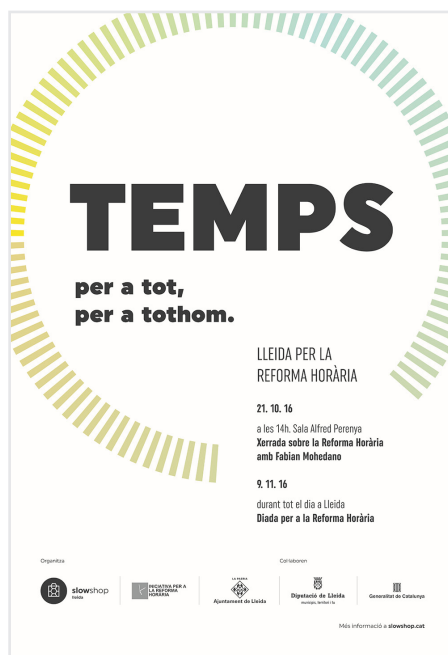
Sensibilitzar: Diada "Lleida per la Reforma Horària". Dia 9 de novembre.

A la campanya es va proposar el repte a comerços, serveis i empreses que realitzessin la seva activitat laboral entre les 9h i les 19h i el recolzament d'empreses que per la seva activitat no podien fer aquest horari, però creien en la conciliació familiar i laboral. L'associació va ser conscient del repte de mobilitzar persones i empreses per canviar el seu horari i principalment el seus hàbits, però ja considera un èxit tot el debat promogut durant la campanya.

Un exemple n'és el resultat del post patrocinat per Slow Shop Lleida al Facebook sobre "Què significa començar més d'hora i plegar abans amb la reforma horària?":

Més de 165 establiments van participar de la diada per la reforma horària.

Després del dia 9 la repercussió sobre la diada va ser encara més important i els mitjans de comunicació es van fer ressò sobre la reforma horària: Segre, La màñana, 7 accents, Ara.cat, El Periódico, La Vanguardia i TV3 / 3/24. Slow Shop Lleida es va convertir en un dels pioners sobre la reforma horària a nivell nacional, segons El País. L'associació té previst celebrar anualment aquest esdeveniment fins el canvi d'horari oficial per part de la Generalitat.



La Iniciativa per a la Reforma Horària ja ha assolit una part significativa dels seus objectius. Ha aconseguit sensibilitzar la societat catalana de la necessitat de reflexionar a fons sobre la racionalitat dels nostres horaris i, a més, ha pogut posar damunt la taula proves pilot i experiències concretes que aporten evidències dels beneficis d'una transformació dels horaris més generalitzada. Aquests “tastets” de reforma horària han permès constatar millores, tant en el benestar i la salut de les persones afectades com en la productivitat de les organitzacions que les promouen.

Aquest va ser un dels principals arguments perquè la Fundació Bancària “la Caixa” recolzés la proposta.

Creiem fermament en el paper de la filantropia com a element catalitzador de canvis que millorin aspectes concrets de la societat, amb un èmfasi especial en aquelles persones amb menys oportunitats.

Per això ens hem inspirat i adherit al moviment mundial de la filantropia basada en l'evidència, que posa un accent especial en seleccionar propostes de transformació i mesurar-ne activament l'impacte, per tal d'extreure els millors aprenentatges abans de fer-ne una implementació massiva.

En una reacció química, el catalitzador és aquell element que, en una quantitat proporcionalment molt petita, permet que altres productes interaccionin entre ells per generar-ne un de nou.

La Fundació Bancària “la Caixa”, i la filantropia en general, poden fer de catalitzadors en aquest procés cap a la racionalitat i el sentit comú. El protagonisme, però, el tenen els reactius principals, que en aquest cas són les Administracions Públiques, les empreses i organitzacions que configuren els horaris quotidians, i les famílies.

Ritmes que són obstacles

L'any 2016 el Consell de Govern de la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC) es va pronunciar a favor de la reforma horària amb el convenciment que calen mesures per avançar cap a uns horaris més racionals a la societat en general i, en particular, a la nostra Universitat. Uns horaris que ens han de permetre una millor conciliació de la vida familiar i superar així obstacles per assolir la igualtat que són, sovint, invisibles.

Amb aquest fi es va crear a la UPC un grup de treball que haurà d'analitzar com fer la transició cap a la reforma horària des d'una perspectiva participativa en la qual intervindran els col·lectius que conformen la nostra comunitat: el personal docent i investigador (PDI), el personal d'administració i serveis (PAS) i l'estudiantat.

La racionalització dels horaris és un tema en el qual cal una acció global que canviï les formes de viure de tot un país. És una transformació sobre la qual s'han generat grans expectatives de canvi i que pretenem assolir en un termini de temps molt breu.

La transformació ha de començar necessàriament com a projecte de país, però s'ha de fer també a mida de cada organisme, partint d'una conscienciació col·lectiva i de l'anàlisi concreta de les causes que motiven els horaris actuals. Una anàlisi que, en un segon moment, ha d'ajudar-nos a dibuixar les accions necessàries per transformar els ritmes que organitzen l'activitat.

El que és ben segur és que són accions que ningú no pot empènyer aïlladament i per a les quals cal un consens acompanyat d'un compromís real. Fet el pas endavant, no podem fer passes enrere perquè motivacions indiscutibles, com la de la igualtat de gènere, així ens ho estan exigint.

IGNASI GENOVÈS I AVELLANA

Director general de Difusió Departament de la Presidència Generalitat de Catalunya

La campanya institucional “La vida que t'espera”

El Govern de la Generalitat ha donat suport des del primer moment al projecte de Reforma Horària ja que comparteix la necessitat de reformar els horaris a fi de tenir uns temps més adequats amb els del nostre entorn. Amb aquesta finalitat, a finals de 2016 la Generalitat ha portat a terme una primera campanya de publicitat institucional dirigida a sensibilitzar la ciutadania de les bondats d'una reforma horària.

L'orientació de la campanya no s'ha basat tant en els beneficis de la reforma horària en àmbits concrets o sectorials, sinó en la generació d'un estat d'opinió favorable a la Reforma Horària, mentre no es produeixi l'aprovació de la Llei corresponent.

La campanya, doncs, ha posat l'èmfasi en un concepte principal i genèric com és el de “trobar temps dins del temps” per fer tot allò que els hàbits horaris que tenim actualment no ens permeten dur a terme. D'aquí se'n deriva el claim de la campanya on se'ns convida a descobrir “La vida que t'espera”. És doncs un missatge en positiu que trasllada al receptor totes les oportunitats que es perden degut a uns horaris poc racionals i poc adequats als horaris del nostre entorn.

Del punt de vista creatiu, en tractar-se d'una campanya molt conceptual,

s'ha optat per fer unes peces animades que comuniquen millor el missatge que es vol fer arribar. La campanya ha tingut lloc entre el 28 de novembre i el 18 de desembre de 2016, i s'ha tractat d'una campanya multimèdia, amb espot de televisió, falques de ràdio, insercions en premsa escrita i també actuacions en premsa digital i xarxes socials.

Ressaltar per últim que el claim “La vida que t'espera” és un missatge amb uns atributs positius, engrescadors i de caràcter genèric que pot ser perfectament utilitzable en noves campanyes que es vulguin portar a terme en un futur.

Trobarem temps dins del temps.



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

Per què no afegim temps a la nostra vida? Si canviem alguns hàbits horaris aconseguirem guanyar temps per a la salut, el lleure i la cultura. O per al que vulguem. Ja és hora que tornem a gaudir del nostre temps amb llibertat.

012
gencat.cat
012 és el nostre nou contacte

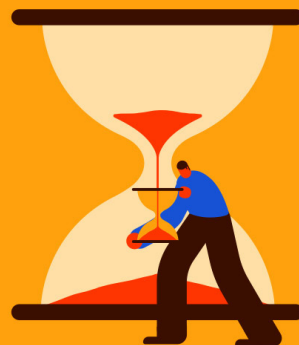
reformahoraria.gencat.cat
#reformahoraria

 **Generalitat
de Catalunya**

Trobarem temps dins del temps.

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

#reformahoraria



Més temps és més cultura.

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

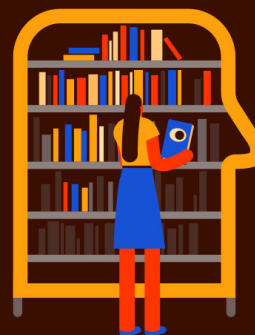
#reformahoraria



Més temps és aprendre més.

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

#reformahoraria



Els àpats dels adolescents

En relació a l'horari escolar, el Síndic s'ha pronunciat recentment sobre els efectes en els infants de la jornada intensiva en els instituts de secundària que s'ha anat aplicant progressivament a la majoria dels instituts de Catalunya. Alguns dels arguments de l'Administració educativa per l'adopció d'aquesta mesura han anat des de l'estalvi econòmic fins la millora de la convivència. Altres condicionaments que juguen a l'hora de decidir la jornada escolar són també són les condicions laborals dels docents o de la població en general i la conciliació de la vida familiar.

Els infants tenen dret reconegut que el seu interès primordial sigui tingut en compte en totes les decisions públiques o privades que s'adoptin, i està reconegut tant en la Convenció de drets dels infants com en la Llei orgànica de protecció del menor i la Llei 14/2010, de drets i oportunitats de la infància i l'adolescència.

La forma d'organitzar el temps escolar ha de tenir en compte, per tant, de forma primordial els drets dels infants a un ple desenvolupament físic, emocional i afectiu, partint que l'escola compleix una funció social que va més enllà dels processos d'ensenyament-aprenentatge formals.

Per aquesta raó, el Síndic, tenint coneixement dels treballs de la ponència legislativa del Parlament de Catalunya i del Consell Assessor del Govern per a la Reforma Horària es va fer ressò en el seu darrer informe de la preocupació d'aquest consell respecte els efectes perjudicials que té la mal anomenada jornada compactada, ja que es tracta d'una jornada intensiva, amb horaris que van de les 8 a les 15 hores, amb una ingesta d'aliments poc espaiada en el temps, una acumulació d'hores de treball sense descans, que pot redundar perjudicialment en el desenvolupament i en el rendiment de tot l'alumnat. A aquesta realitat s'hi suma el fet que les activitats extraescolars comencen especialment tard per la franja d'edat adolescent. La proposta que la franja horària en l'àmbit educatiu s'estableixi entre les 8 i les 19 hores, amb l'horari escolar de 8.30 a 16 hores i la provisió de l'àpat del migdia, podria conjuminar el doble objectiu d'assolir uns horaris més racionals pel ritme i el creixement dels infants i adolescents, i també la garantia d'un àpat al migdia.

El Síndic ha demanat analitzar l'aplicació d'aquesta mesura per racionalitzar els horaris escolars i estudiar mesures per garantir un àpat per a tots els infants i adolescents.

També, pel que fa a l'actual jornada intensiva, ha demanat que s'adoptin mesures compensatòries per a garantir l'accessibilitat i la normalització de l'ús del menjador a l'alumnat de secundària que ho requereixi. Igualment, també ha plantejat desenvolupar mesures per garantir l'accessibilitat econòmica a les activitats educatives de tarda per assegurar l'atenció socioeducativa dels alumnes socialment desfavorits.

El 10 de març de 2016 es constitueix la ponència conjunta de la Llei de Reforma Horària. Es realitzen una desena sessions de treball al llarg de tot l'any. Es procedeix a elaborar l'articulat de la Llei. Els diputats que en formen part són Fabian Mohedano i Carles Prats, Junts pel Sí; Laura Vílchez, C's; Eva Martínez, PSC; Fernando Sánchez, PP, Gemma Lienas, Catalunya sí que es pot; Albert Botran, CUP-CC. En l'elaboració del text es plantegen algunes potencialitats però també es posen de relleu algunes dificultats. Les barreres que es posen de manifest són principalment la manca de competències en matèria laboral, en horaris audiovisuals i horaris comercials, per una banda, i per l'altra l'objecte en si de la Llei. Els horaris és una qüestió que requereixen de canvi d'hàbits personals i de pacte social. El text inicial planteja la necessitat de construir un gran acord social i li atorga el Govern de la Generalitat el lideratge per impulsar-lo. El 2016 serveix per disposar d'un text consensuat per tots els grups parlamentaris. Es deixa per al 2017 les compareixences dels diferents actors.



Gemma Lienas Massot

Diputada de Catalunya Sí Que es Pot

Abans d'una llei de reforma ens cal un pacte entre tots els sectors.

El Parlament ja he fet la reforma horària, ara cal que tothom vagi alhora!

Fernando Sánchez Costa

Diputat del Grup PPC

Estem compromesos amb una llei de reforma horària valenta i progressiva, que millori la salut, la conciliació i la igualtat de tothom.

La reforma horària al Parlament ha hagut de superar resistències notables, però ens ha permès millorar la nostra vida familiar i l'educació dels nostres petits.

Eva Martínez Morales

Diputada Grup Socialista

La reforma horària no hauria de crear una societat dual en la que la renda segmenti els que poden pagar educació i sanitat per la tarda.

El parlament tot i la bona voluntat no fa de motor de la reforma horària i xoca amb els horaris de la resta de sectors que dinen tard!

Carles Prats i Cot

Diputat Grup Parlamentari Junts pel Sí

#LleiReformaHorària, és molt senzill, llevar-se d'hora, esmorzar bé, dinar lleuger i ràpid, a canvi de més salut, qualitat de vida, productivitat laboral, rendiment escolar...

Al Parlament fem una aturada breu per dinar al voltant de les 13.00 hores, això permet que els Plens i Comissions de Treball siguin més productius i que els diputats/des de fora de Barcelona arribem a casa a una hora raonable.

Albert Boltran i Pahissa

Diputat Grup Candidatura d'Unitat Popular - Crida Constituent

Reduir la jornada laboral a 8h va ser una conquesta obrera. No organitzar bé aquestes hores implica perdre aquells drets. Endavant reforma horària!

Laura Vílchez Sánchez

Diputada Ciudadans-Partido de la Ciudadanía

La reforma horaria allanará el camino hacia la igualdad y la corresponsabilidad real. @ciudadans trabaja cada día para que sea un éxito!

Diari de l'Iris. A 12 piulades de la Reforma Horària

Els autors del conte Diari de l'Iris, Fabian Mohedano i Elisa Soro, ens parlen mitjançant l'Iris, una nena que viu amb la mare, el pare i el seu germà, i el rellotge TIC, un regal de l'àvia que marca el ritme de les seves activitats.

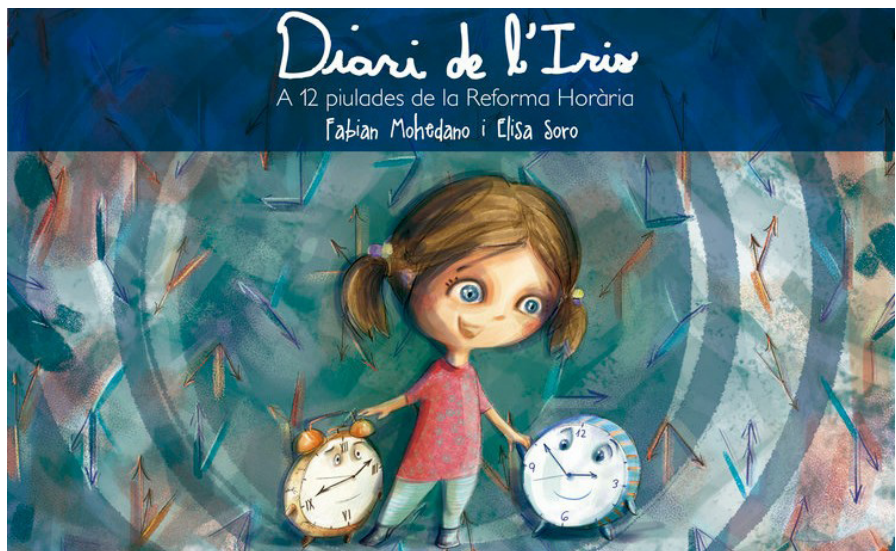
La situació familiar de l'Iris no ens és desconeguda, es dona en moltes llars on no sembla possible que els adults i els infants comparteixin i convisquin amb tranquil·litat i amb felicitat. Els pares de l'Iris tenen un llarg horari laboral que repercuteix en l'organització familiar: sopar i anar a dormir tard, llevar-se amb son... produeix insatisfacció personal, poca motivació, i l'Iris ens diu "sembla que tot es trenca".

L'arribada del rellotge TAC, que substitueix en TIC que s'ha espatllat, comporta un canvi espectacular; la família de l'Iris modifica els seus horaris i aquest fet afavoreix el descans, augmenta les estones de lleure compartides i, per tant, millora la convivència familiar.

En TAC i la reforma horària ofereixen a l'Iris i a la seva família un espai de llibertat, espais de convivència i espais de desenvolupament personal.

Guanyar temps al temps, aquest és l'objectiu, perquè l'Iris i tots els infants necessiten estones de lleure, estones per aprendre, estones per compartir amb els adults, amb els amics.

Aquest és un conte per als infants i per als adults, per compartir el temps en família de manera satisfactòria per a tothom.



Prats de Lluçanès, capital de la Reforma Horària

L'Ajuntament de Prats de Lluçanès, compromès amb els objectius proposats per la Iniciativa per a la Reforma Horària, va prendre's seriosament aquest compromís i porta a terme diferents accions per contribuir a fer-los realitat.

Així, primer de tot va organitzar una xerrada informativa, va repartir fulletons informatius i va dedicar principalment el butlletí d'informació municipal a aquesta qüestió. A més, va organitzar una prova pilot en el sector de la població.

Aquesta prova va tenir lloc del 25 d'abril a l'1 de maig del 2016, quan Prats de Lluçanès es va convertir en la capital de la Reforma Horària en el sector de la restauració, en una iniciativa pionera que va fomentar la implantació d'uns horaris saludables per una nova cultura del temps com a mesura de llibertat.

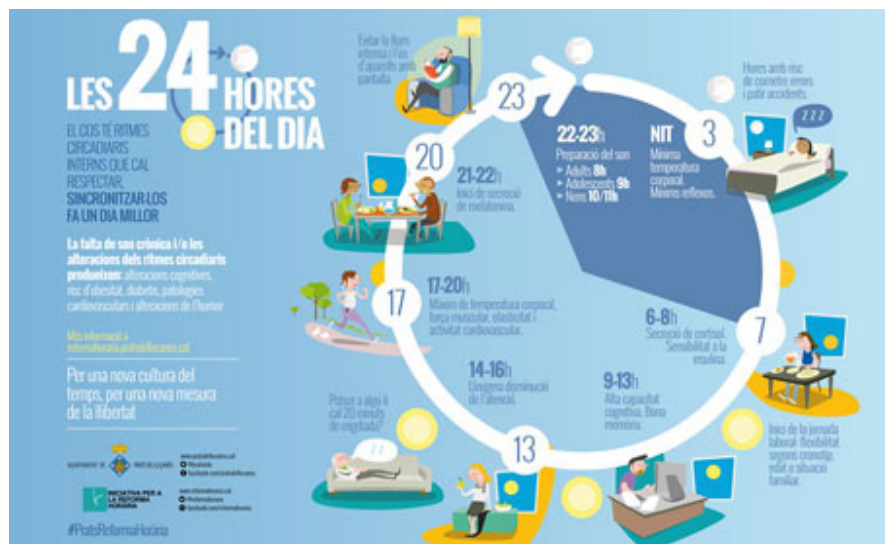
Consistia que tothom qui esmorzés de 7 a 9 del matí, dinés de dos quarts d'1 a les 2 del migdia i sopés de 7 a 9 del vespre en els bars, granges i restaurants adherits a la campanya, van rebre incentius per fer-ho i van entrar en uns sortejos.

La prova pilot va servir per poder avaluar i visualitzar fortaleeses de la reorganització horària, i fer notar les dificultats a què ens enfrontem per a poder instituir-la.

Paral·lelament, l'Ajuntament ha reorganitzat horaris interns en aquest sentit, i està treballant al costat d'altres institucions per seguir avançant cap a l'objectiu de la implantació de la reforma horària.

Prats de Lluçanès, doncs, ha esdevingut una de les poblacions més informades en la qüestió de la Reforma Horària.





SARA BERBEL SANCHEZ

psicòloga social, experta en polítiques de gènere, directora científica de l'Inventari Reforma Horària

Inventari Reforma horària: una realitat

Des de l'any 2015 la Iniciativa per a la Reforma Horària, liderada pel seu grup motor, ha estat treballant per facilitar una eina per a impulsar uns horaris més saludables i un treball més productiu a les organitzacions. Aquest instrument d'autoavaluació, amb les seves versions tant per a empreses com per a entitats, és una realitat i ja està disponible de forma gratuïta i fàcilment accessible des del web de la Generalitat de Catalunya.

L'eina va ser presentada el passat 4 de novembre al CaixaForum Barcelona en un acte on van ser presents, entre d'altres, l'Oriol Junqueras, vicepresident i conseller d'Economia i Hisenda, la Dolors Bassa, consellera de Treball, Afers Socials i Famílies i en Jordi Baiget, conseller d'Empresa i Coneixement.

L'Inventari Reforma Horària és el resultat d'un projecte de proves pilot, portat a terme en diferents organitzacions, durant els anys 2015 i 2016, on sobresurten, entre d'altres, les experiències aportades per Masia Vallformosa, Technotrends, Fundació Joia o Suara Cooperativa, amb mesures pioneres i capdavanteres en relació a la compactació dels horaris i la millora de la productivitat.

L'Inventari Reforma Horària integra una completa metodologia que, pas a pas, facilita el procés de canvi a les organitzacions: des de la comunicació a tot l'equip, passant pel diagnòstic i les posteriors mesures fins al seguiment de les

accions de millora. Es tracta d'identificar possibles mesures per a millorar els horaris i l'organització i gestió del temps.

Finalment, amb l'eina es pretén confeccionar una base de dades de bones pràctiques que recollirà la Generalitat de Catalunya, que busca posar en relleu les experiències més destacables en relació a uns horaris més saludables i un treball més productiu a les organitzacions.

Per una nova cultura del temps a les organitzacions, per una nova mesura de la llibertat per a les persones.



XAVIER PERALTA MANIVIESA

Consultor i psicòleg organitzacional

Taules Quadrangulars, cap al Pacte Nacional

Un projecte com la reforma horària demanda un ampli consens entre els principals motors i actors de la societat. Per aquest motiu, des del mes de novembre s'ha iniciat un procés de negociació i concertació estructurat en tres sessions, on està previst que participin més de dos-cents actors i que finalitzarà el març de 2017.

Les Taules Quadrangulars, formades per associacions empresarials, sindicats, administració i experts en la matèria (els membres del Consell Assessor per a la Reforma Horària), busquen arribar a acords al voltant d'uns horaris més humanitzats i una gestió del temps més eficient. S'han constituït un total d'onze taules, centrades en cadascun dels àmbits clau en el procés de canvi: teixit productiu, administració, educació menys de 18 anys, educació més de 18 anys, comerç i consum, associacionisme i tercer sector social i cultural, sector audiovisual, món de l'esport, salut, indústria cultural i mobilitat.

En aquests espais de negociació es tracta que cadascun dels actors, en l'àmbit concret, assenyali els límits i condicionants per, a partir d'aquí, projectar el procés de canvi per a formular l'arribada al moment zero. Aquestes propostes poden tenir una naturalesa diferent, en funció de l'àmbit d'actuació: recerca i proves pilot, accions de sensibilització i comunicació, normativa, subvencions, ajuts o bonificacions, negociació col·lectiva i mesures d'innovació.

L'última sessió té l'objectiu que els actors arribin a un compromís consensuat com a sector, de forma que sigui l'expressió pública i unívoca de l'acord. L'informe resultant d'aquesta sessió i, per tant, del procés, serà un informe de concertació social que servirà com a material de treball per a la confecció del Pacte Nacional per a la Reforma Horària.

TERESA M. PITARCH I ALBÓS

Presidenta de l'Institut Català de les Dones

Per què les dones volem la reforma horària?

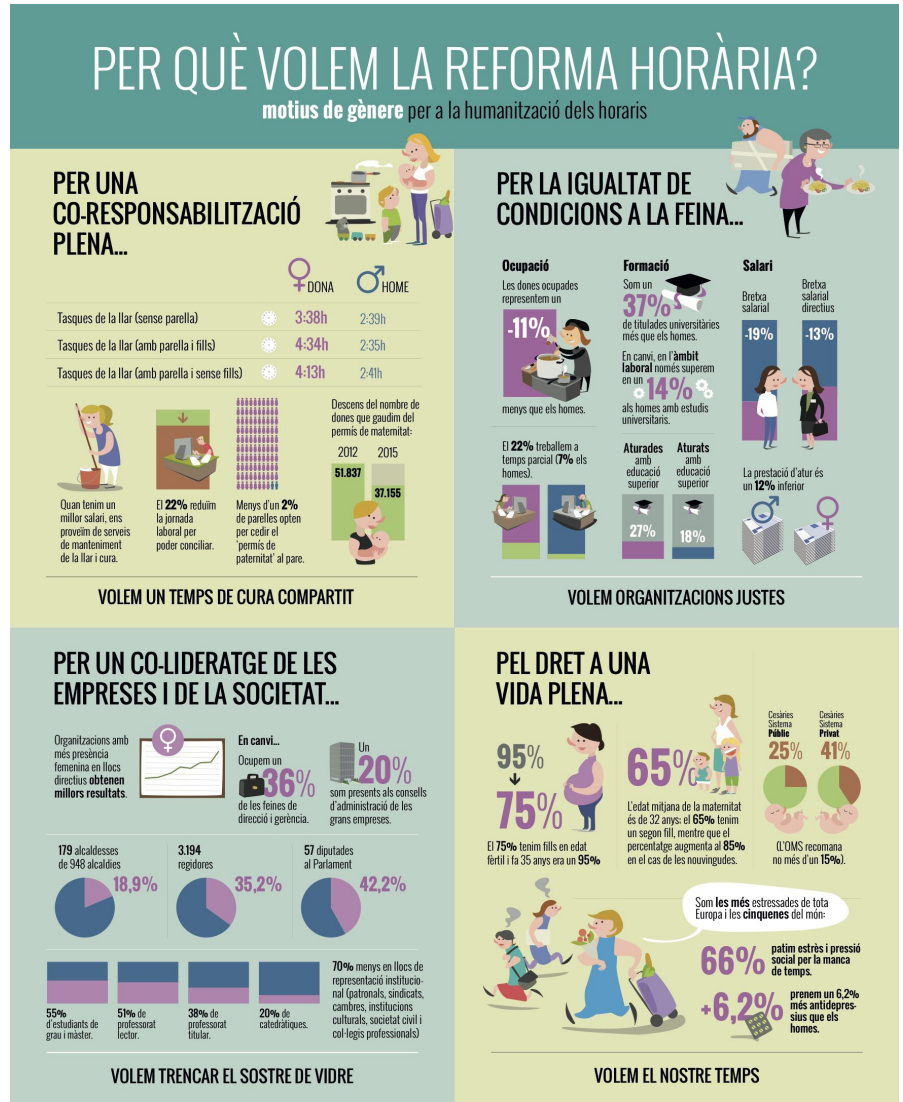
L'Institut Català de les Dones i la Iniciativa per a la Reforma Horària hem impulsat al llarg de l'any 2016 una sèrie d'iniciatives sota el lema Per què les dones volem la reforma horària? Entre elles destaquen la realització d'una taula rodona i nous materials de sensibilització per donar a conèixer a la ciutadania els motius de la reforma horària des del punt de vista de les dones.

Aquests materials, a través d'il·lustracions, descriuen, reivindiquen i resumeixen de manera didàctica els motius de gènere per avançar en la humanització dels horaris. El temps de cura compartit, la coresponsabilitat plena; el col·lateral de dones i homes en la societat i les empreses; la igualtat de condicions de dones i homes en el món laboral; i el dret a una vida plena amb més temps propi i més salut, són els 4 eixos abordats.

Tot i que el percentatge d'homes que participen en les tasques de cura augmenta molt lentament, s'assumeix socialment que els homes disposen de més temps personal i de lleure que les dones, ja que el seu temps no productiu és sovint temps d'oci, mentre que és en aquest mateix temps on les dones assu-

meixen la major part de les responsabilitats domèstiques i familiars.

Des del Govern tenim el compromís d'aconseguir una millor qualitat de vida per a tothom, especialment les dones, que pateixen, entre d'altres, els efectes de la manca de temps de cura compartit, veient perjudicada la qualitat de vida, la llibertat i el temps.



Per una nova cultura del temps.
Una nova mesura de la llibertat.



Referències

- Dades del 2011 de l'Institut Català de les Dones
- Indicador d'Igualtat de gènere de Catalunya 2005-2015 de l'Observatori Dona Empresa Economia
- Dones en els consells d'administració de les empreses a Catalunya Actualització dades 2015 de l'Observatori Dona Empresa Economia
- Estudi "La plènia de talent femení al sector privat a Catalunya" de l'Observatori Dona Empresa Economia
- Estudi Catalyst del 2007, realitzat en 500 empreses de tot el món
- Estudi de Credit Suisse, 2014, "Les dones en altes llocs executius"
- Diversos estudis (Informe Tyson; Informe Higgs; Estudi Adler)
- Estudi "La dona del demà" de la consultora Nielsen del 2011
- Munitat
- Observatori IQ.Dones, homes i la vida quotidiana

L'ajuntament de Girona s'ha compromès amb la reforma horària per una millor gestió del temps que beneficiï tota la societat

Des del 2015, la ciutat de Girona està compromesa amb la reforma horària per promoure un canvi de cultura per tenir uns “nous” horaris més eficaços i eficients, amb l'impuls de proves pilot per implantar el “Segell de puntualitat” i el “Compromís de puntualitat” per optimitzar la gestió i els usos dels temps en l'administració pública.

Per concretar aquest compromís, l'Ajuntament de Girona ha volgut fer un pas més i ha impulsat la creació de la “Xarxa gironina per a la Reforma Horària”, que persegueix reconèixer i promoure la tasca de les empreses compromeses amb la reforma horària, intercanviar i difondre coneixements i experiències entre empreses en l'àmbit de la gestió i del temps i la conciliació, presencial i virtual; i fer xarxa amb altres organitzacions públiques, privades i del tercer sector, i en l'àmbit local i internacional, per generar sinergies i avançar conjuntament.

Aquesta reordenació dels temps comporta un canvi sistèmic i afecta tant la vida laboral com l'educativa, la social, la familiar, etc. Un canvi d'aquesta magnitud no es pot imposar sinó que ha de ser fruit del diàleg, la presa de consciència, el debat i la concertació entre esferes socials (educació, comerç, consum, cultura i oci, administració, mobilitat, etc.). Per aquest motiu, des del Ple de l'Ajuntament de Girona es va aprovar recentment i per unanimitat una Declaració Institucional per realitzar un “protocol de bons usos horaris i del temps”, que beneficiï tant a treballadors com a la ciutadania.

Amb aquest procés l'Ajuntament de Girona té l'oportunitat d'impulsar de manera conjunta amb les institucions, empreses i la societat civil aquest protocol, amb l'objectiu de situar la ciutat de Girona al capdavant de la gestió dels bons usos horaris i del temps.

Les actuacions que estem portant a terme volen ser l'aportació que des de l'administració local fem al Pacte Nacional per a la Reforma Horària i que ens farà reflexionar sobre la importància del factor temps com a variable rellevant en la recerca d'equitat i benestar, i que ha de ser una peça clau del nou país que molts desitgem.



**XARXA GIRONINA
PER A LA REFORMA HORÀRIA**

PAU PRESAS I BERTRAN, JOSEP RAMON MUT I BOSQUE,
JORDI FÀBREGA I COLOMER, ISAAC ALBERT I AGUT

Esquerra Republicana de Catalunya-Acord Municipal (ERC-AM) a la Diputació
de Girona

‘Impulsar uns horaris beneficiosos per a les institucions, les empreses i la ciutadania. Passar d’uns horaris propis de l’era industrial a uns que s’adaptin a les necessitats de la nova societat del coneixement i del consum, amb més complexitat social i augment progressiu de les desigualtats’. Lògic, assenyat, i fins i tot beneficiós per la nostra salut, no? Doncs, fins fa poc, no hi hem posat fil a l’agulla. I és que, en definitiva, no fem res més que adaptar-nos a Europa i acabar amb la desorganització horària que patim a Catalunya.

Per al grup d’Esquerra Republicana ens va resultar molt fàcil portar, i aprovar, a la Diputació de Girona la moció de suport institucional a la proposta impulsada per la Iniciativa per a la Reforma Horària. Arguments com el d’acabar amb el ‘presencialisme’ al treball, acabar amb llargues jornades de treball, augmentar el temps familiar i personal per al lleure i la cultura,... En definitiva, una millora del benestar de la societat en general.

Des de la Diputació de Girona hem aportat el nostre gra de sorra a aquesta reivindicació que ens ha de portar a petites victòries diàries que, totes juntes, suposaran un gran pas endavant del qual tots podrem gaudir. Sense anar més lluny, qui no es maleeix els ossos per, gairebé cada dia i per culpa d’una jornada laboral no compactada, no arribar a temps per gaudir de la família, sopar junts, compartir estones, disposar de temps per participar activament al món associatiu tant viu que tenim al nostre país, o un fet tant senzill i científicament provat com són les implicacions beneficioses que pot tenir sobre la salut en general...

La Iniciativa per a la Reforma Horària ens posa a sobre la taula un nou estil de vida on l’aplicació d’un horari generalitzat, sense deixar de banda les excepcions, ha de ser l’eix vertebrador en tots els àmbits. Insistim, atrevim-nos, i tots ens sortirem guanyant.

ANNA SIMÓ I CASTELLÓ

Membre de la Mesa del Parlament de Catalunya

El Parlament va posar en marxa l’espai “Escó 136” al seu web el 4 d’octubre de 2013, sota la presidència de Núria de Gispert, amb l’objectiu que tota la ciutadania que ho vulgui pugui participar en el procés d’elaboració de les lleis fent aportacions i suggeriments als projectes i a les proposicions de llei en tràmit, fomentar la transparència en la tasca legislativa i propiciar que els ciutadans i ciutadanes puguin tenir accés a la informació dels treballs parlamen-

taris en temps real. Una eina tant al servei de la ciutadania com dels diputats i diputades.

Aquest espai es va obrir precisament amb la proposició de llei de transparència, accés a la informació pública i bon govern, i s'hi van anar activant els espais participatius per a totes les iniciatives legislatives que haguessin superat el debat de totalitat al ple i les proposicions redactades per una ponència conjunta, en què intervenen tots els grups.

L'”Escó 136” representa un pas més i important en la utilització de les noves tecnologies de la informació i la comunicació per apropar-se a la ciutadania, després dels precedents en aquest sentit de la posada en marxa del Canal Parlament durant la presidència de Joan Rigol i l'impuls d'aquest canal i del Parlament 2.0 durant les legislatures presidides per Ernest Benach. Amb la participació ciutadana en el procés legislatiu pot canviar la manera d'elaborar les lleis, ja que les aportacions ciutadanes podran influir en el resultat final del text. A més, al final del procés participatiu se'n fa una memòria, i el Parlament desenvolupa un sistema d'indicadors quantitatius i qualitatius per valorar-ne l'impacte sobre el treball legislatiu.

ELISA SORO

Artista plàstica i il·lustradora del conte

Diari de l'Iris. A 12 piulades de la reforma horària

Fa temps que en Fabian volia fer un conte de la Reforma Horària. No sabia com però sí quan i perquè i, arran de veure els meus contes, ja va saber amb qui fer-lo. Feia uns 20 anys que no sabíem res l'un de l'altre i després d'un curiós retrobament es va començar a coure el projecte.

Des d'un principi hi va haver perfecta sintonia entre tots dos, aportant ambdós idees que s'anaven enriquint, unes des del punt de vista més creatiu, i potser de la que toca menys de peus a terra, i d'altres des de la visió més terrenal i pragmàtica d'en Fabian. Es podria dir que era una perfecta fusió de creativitat, il·lusió i perseverança.

El repte com a il·lustradora no era només dibuixar 24 il·lustracions que plasmassin tot allò que tenia en Fabian al cap, sinó crear un argument que arribés a petits i grans i que parlés de tots els beneficis que aportaria la Reforma Horària, tant de manera individual com col·lectiva.

Així, primer amb un munt de fulls amb esbossos fets a llapis i recreant situacions del dia a dia amb personatges propers i expressius, el conte es va anant enriquint a través d'il·lustracions detallistes i pictòriques. Més tard, ja en l'àmbit de la creació digital, els personatges i els fons es van tornar a dibuixar a

partir d'imatges vectoritzades per obtenir, aplicant volum, llum, textura i color, la il·lustració final.

De la mà de l'Iris, d'en Tic i d'en Tac, aquest conte ens ha transportat a tots a una vida més saludable i de plenitud. Una qualitat de vida que pot ser possible gràcies a la Reforma Horària.



Cicle “El nostre temps”

Saber com una societat organitza i estructura el seu temps ens informa sobre aspectes centrals, constitutius, d'aquesta societat. Transformar les maneres com una societat concep i gestiona el seu temps és una manera de produir transformacions profundes en aquesta societat. Sobre aquestes dues intuïcions bàsiques, trameses per Salvador Cardús en una sessió interna al CCCB, es va bastir des del Centre el Debat de Barcelona de l'any 2016. Des de perspectives diverses –social, cultural, literària, científica, filosòfica- el mateix Salvador Cardús, Menchu Gutiérrez, Judy Wajcman, Marina Garcés, Hartmut Rosa i Patrick Deville van participar en el cicle “El nostre temps” i algunes de les intervencions han estat publicades a la col·lecció “Els breus”. Sense centrar-se estrictament en el projecte de reforma horària, la primera inspiració del cicle té a veure amb aquesta iniciativa i amb la constatació, paradoxal, que la molt escassament racional excepció que representen –en el temps i els espais- els actuals horaris als que està habituat el nostre país, siguin percebuts per molta part de la població com una expressió d'una idiosincràsia mediterrània, meridional, o fins i tot com mostra del nostre gust pel gaudi i la llibertat. Quan de fet aquests horaris, tan allunyats dels que tenen els països del nostre entorn com dels que marcaven tradicionalment la vida en el nostre país, tenen més a veure amb les precarietats laborals del temps del franquisme. El CCCB ho va posar el 2016 en el centre del seu interès a través d'aquest Debat de Barcelona, que hi aportava reflexió teòrica, i també una proposta pràctica: per primera vegada les conferències del cicle es van programar a dos quarts de set de la tarda. I va anar bé.

JOSEP FÍGOLS ESCARRÉ

President de l'Associació Comarcal d'Empresaris del Berguedà (ACEB)

La taula del Berguedà per la reforma horària

L'Associació Comarcal d'Empresaris del Berguedà (ACEB) és una entitat nascuda el maig del 1977 que actualment compta amb 300 empreses associades de tots els sectors d'activitat econòmica. La seva funció és representar, defensar i promocionar els interessos del col·lectiu empresarial associat, així com oferir serveis per al creixement i la millora de les empreses.

Dentre les activitats de promoció econòmica realitzades durant el 2016, l'Associació d'empresaris del Berguedà s'ha incorporat a la Xarxa

d'Organitzacions per a la Reforma Horària, amb la creació d'una Taula on diferents empreses del Berguedà treballen coordinadament per aplicar la reforma dels temps de treball a les seves organitzacions i promoure la iniciativa a tot el teixit empresarial.

L'objectiu de les empreses que treballen a la Taula de la reforma horària al Berguedà és impulsar mesures i models a favor d'una cultura del temps més eficient, flexible i conciliadora per a tothom.

Des de finals del 2016 la taula s'ha reunit en diverses ocasions per tal de treballar els diferents punts de la reforma. Entre els impulsors de la Iniciativa per a la Reforma Horària a Catalunya s'han trobat amb la Taula Fabian Mohedano, qui va esperonar a les empreses a aplicar un nou concepte d'entendre el temps laboral i el temps d'oci, i Xavier Peralta, amb qui es va fer una sessió centrada en l'inventari per a les empreses.

A. LA SETMANA DELS HORARIS

Setmana dels Horaris (6 a 10 de juny) constitueix una oportunitat excepcional per presentar els reptes del país quant a la transformació de l'organització del temps de vida quotidiana. És un espai per plantejar alternatives a la ciutadania, el teixit productiu i les institucions públiques amb l'objectiu d'induir un canvi d'estructures i cultural.

Des de la Setmana dels Horaris es vol incidir en la reforma dels horaris de manera que s'assoleixi l'adaptació a uns temps més humans i cívics en el marc de l'impuls de la Catalunya que ve. Amb aquesta convocatòria volem consolidar el factor temps com a variable rellevant en la recerca d'equitat i benestar.

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

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

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

Setmana dels **Horaris** del 6 al 10 de juny de 2016



PROGRAMA

Dilluns, 30 de maig

Presentació del llibre “Posem-nos a l’hora. 100 motius per a la Reforma Horària.”

Organitza: Programa Usos del Temps de l'Ajuntament de Terrassa. Sala d'actes de la Masia Freixa, Terrassa, 18.30h-20.00h

Divendres, 3

III Reunió del Consell Assessor per a la Reforma Horària (CARH) amb la consellera de la Presidència, Neus Munté.

Organitza: Govern de la Generalitat de Catalunya. Palau de la Generalitat, 11.00h-12.30h.

V Jornada d'Igualtat i d'Inclusió a la UPC

Organitza: Universitat Politècnica de Catalunya (UPC). Universitat Politècnica de Catalunya (UPC), Barcelona

Dissabte, 4

Xerrada “L’aplicació de la Reforma Horària als professionals i petits autònoms.”

Organitza: Casal d'Entitats Mas Guinardó. Casal d'Entitats Mas Guinardó, Barcelona, 11.00 h-12.30 h

Dilluns, 6

Presentació del “Diari de l’Iris. A 12 piulades de la Reforma Horària”. I Trobada-dinar amb actors acceleradors a l'àmbit educatiu

Organitza: Iniciativa per a la Reforma Horària i Escola Proa. Escola PROA (Sants), 12.30 h-14.00 h

Ponència a Igualada de Jordi Ojeda “Com pot influir la reforma horària a les empreses”. Debat-col·loqui amb tres membres de l'Associació de Comerciants, Hosteleria i Restauració i Empresaris d'Igualada

Organitza: Igualada Comerç i la Unió Empresarial de l'Anoia. Biblioteca Central d'Igualada, Igualada, 17.00 h-18.30 h

Conferència de Fabian Mohedano a El Prat de Llobregat. “Reptes i oportunitats de la Reforma Horària a Catalunya”.

Local de l'Associació Amics del Prat, El Prat de Llobregat, 18.00 h-19.30 h

Dimarts, 7

Jornada Anual de la Xarxa NUST (Nous Usos Socials del Temps) “10 anys treballant en xarxa: de la conciliació a la responsabilitat social de les cures”

Organitza: Ajuntament de Barcelona. Sala Emprèn de Barcelona Activa, 9.30 h-13.00 h

Presentació del projecte “Xarxa Gironina per la Reforma Horària”.

Organitza: Ajuntament de Girona. Sala Miquel Diumé de l'Ajuntament de Girona, 17.00 h-18.00 h

Conferència de Fabian Mohedano a Malgrat de Mar “Reptes i oportunitats de la Reforma Horària a Catalunya”.

Sala d'actes de la Biblioteca La Cooperativa, Malgrat de Mar, 20.30 h-21.30 h

Dimecres, 8

Contacte amb la premsa “El món municipalista amb la Reforma Horària”.

Organitza: Federació de Municipis de Catalunya i Associació de Municipis de Catalunya. Parlament de Catalunya, Barcelona, 12.00 h-13.00 h

Taula rodona “Per què les dones volem la Reforma Horària?”

Organitza: Reforma Horària i Institut Català de les Dones. Biblioteca de la Fundació Francesc Ferrer i Guàrdia, Barcelona, 17.00 h-18.30 h

Conferència de Jordi Ojeda a Matadepera “Reptes i oportunitats de la Reforma Horària a Catalunya”.

Casal de Cultura de Matadepera, Matadepera, 19.30 h-21.00 h

Dijous, 9

Curs “El desafiament dels Recursos Humans davant la Reforma Horària”

Organitza: Softmachine. C/ Aragó, 390 4rt. 1a, Barcelona, 9.30 h-13.30 h

Xerrada “Dorm bé, viuràs millor”, a càrrec del Dr. Javier Albares (Clínica del Son Dr. Estivill)

Organitza: Associació Salut i Família. Associació Salut i Família, Barcelona, 13.30 h-15.30 h

Divendres, 10

Presentació de l'Estudi de la Fundació Factor Humà “Causes de les dificultats d'uns horaris més racionals. Recomanacions per a la implementació de noves estratègies”

Organitza: Fundació Factor Humà. CCCB, Aula 1, Barcelona, 9.00 h-10.30 h

Jornada “Reforma horària i salut laboral. Les organitzacions saludables són més eficients”

Organitza: D.G. de Relacions Laborals i Qualitat en el Treball. Departament de Treball, Afers Socials i Família. Palau Centelles, Baixada de Sant Miquel, 8, Barcelona, 9.30 h-12.00 h

Jornada de la Reforma Horària als comerços i restaurants d'Igualada

Els comerços de la ciutat obriran a les 16.00h en comptes de a les 17.00h, amb un 10% de descompte pels compradors durant aquelles hores. Els restaurants faran un descompte del 10% a tothom que dini entre les 13.00 h i les 14.00 h.

Organitza: Unió Empresarial de l'Anoia i Ajuntament d'Igualada. Igualada

Dinar conferència “Per què les dones volem la Reforma Horària?”

Organitza: La Comissió UEA Inquieta, de la Unió Empresarial de l'Anoia. Igualada

B.ACTES, CONFERÈNCIES I XERRADES

CIUTATS ON S'HA FET LA XERRADA

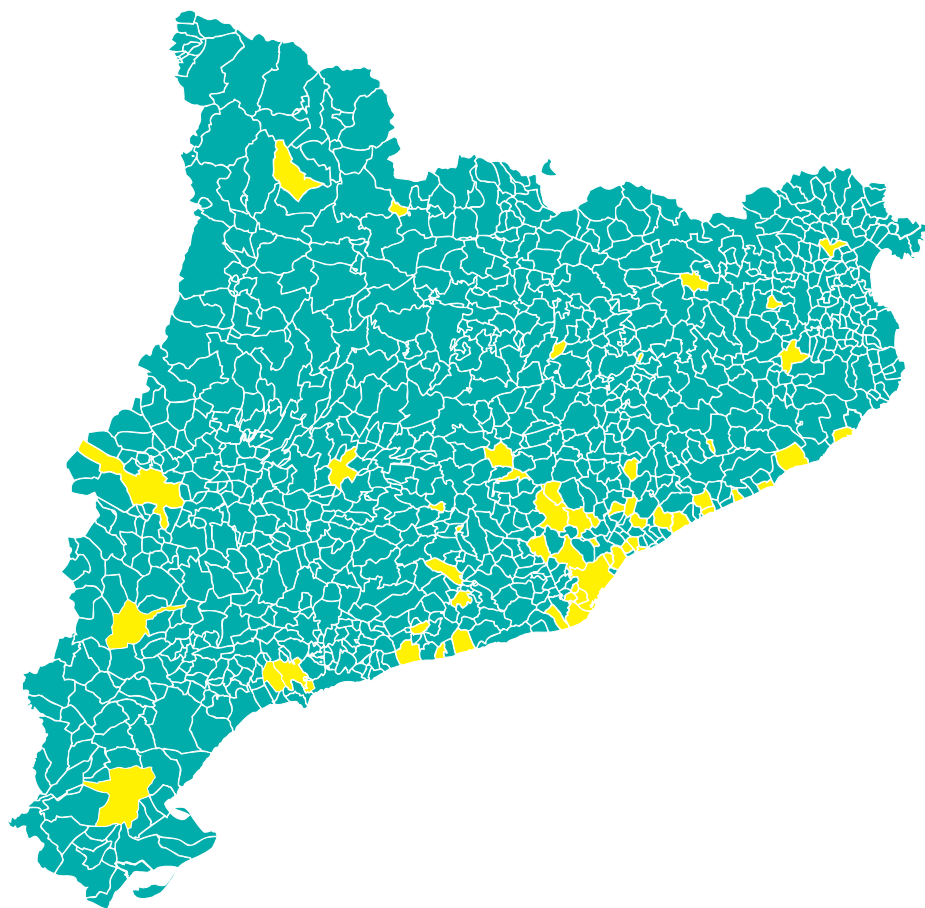
Alella (1)
Arenys d'Amunt (1)
Arenys de Mar (2)
Argentona (2)
Badalona (2)
Banyeres del Penedès (1)
Barcelona (52)
Breda (1)
Calella (1)
Capellades (1)
Castellbisbal (1)
Cervera (1)
Cornellà (2)
Cunit (1)
El Masnou (3)
El Prat de Llobregat (1)
El Vendrell (1)
Esplugues de Llobregat (2)
Figueres (1)
Flix (1)
Girona (6)
Granollers
Guardiola de Font Rubí (1)
Hospitalet de Llobregat (2)
Igualada (5)
La Canonja (1)

La Garriga (1)
La Seu d'Urgell (1)
Lleida (4)
Llíça de Vall (1)
Lloret de Mar (2)
Madrid (1)
Malgrat de Mar (2)
Manresa (1)
Matadepera (1)
Mataró (2)
Olot (1)
Pla de l'Estany (1)
Polinyà (1)
Prats de Lluçanès (1)
Reus (6)
Ripollet (1)
Riudoms (1)
Roda de Ter (1)
Sabadell (1)
Sant Cugat del Vallès (2)
Sant Feliu de Guíxols (1)
Sant Vicenç de Castellet (1)
Santa Coloma de Gramenet (1)
Sort (2)
Terrassa (7)
Tiana (1)
Toledo (1)
Tortosa (2)

Viladecans (1)
Vilafranca del Penedès (2)
Vilanova del Vallès (1)
Vilanova i La Geltrú (1)

TOTAL DE CONFERÈNCIES, XERRADES, DIÀLEGS I DEBATS:

142



C.IMPACTES

IMPACTES TELEVISIÓ

- Entrevista a Sara Berbel, Terrícoles, BTV, 4 de gener
- Divendres TV3, (Jofre Llombart al min, 39:40), Televisió de Catalunya, CCMA, 20 de gener
- Ciudadanos propone reducir las vacaciones escolares y volver al horario de Greenwich, Antena 3, 21 de gener
- Reforma Horària a l'escola, Amb Elena Sintes, Digital Garrotxa, 25 de gener
- L'Ajuntament de Cardedeu modificarà l'horari dels espectacles per fomentar la Reforma Horària, RTVC, 25 de gener
- La jornada intensiva a Primària arribarà a més escoles, Televisió de Catalunya, CCMA, 4 de febrer
- Més de 10 escoles s'afegiran a la jornada intensiva el curs que ve, Televisió de Catalunya, CCMA, 5 de febrer
- Cal abordar la reforma horària al nostre país, Diputació de Barcelona, 9 de febrer
- Acció Política, Televisió de Catalunya, CCMA, 26 de febrer
- La reforma horària, a debat, Anoia-Diari, 3 de març
- Temps, horaris, acceleració, BTV Notícies, 4 de març
- La Observadora amb Núria Chinchilla, RTVE, 6 de març
- Els horaris per conciliar la vida familiar a debat, Canal Blau, 10 de març
- Com afecta la reforma horària al Parlament diputat i periodistes?, L'Hemiscicle, El Reportatge, Catalunya ràdio, 11 de març
- El milagro de conciliar, Salvados, La Sexta, 13 de març
- Entrevista a Fabian Mohedano, TV Girona, XIP/TV, 16 de març
- Javier Albares explica la necesidad de la Reforma Horaria, Clínica Estivill, 16 de març
- Estudi i rendiment escolar, Famílies i Escola, La Xarxa, 22 de març
- Fòrum, Televisió de Badalona, 29 de març
- Entrevista a Fabian Mohedano, Televisió de Badalona, 29 de març
- Cal canviar els horaris? Entrevista a Fabian Mohedano, promotor de la reforma horària, Més 324, Televisió de Catalunya, 31 de març
- Cal canviar l'horari? La informació dels canvis d'hora als TN de TV3, Televisió de Catalunya, 31 de març
- Tertúlia a BTVMés, La Xarxa, 4 d'abril
- Entrevista a Fabian Mohedano, La Xarxa, 5 d'abril
- Entrevista a Fabian Mohedano, L'Illa de Robinson, 11 d'abril
- Quin és l'estat de les polítiques de conciliació en el nostre país? Acció política TV3, Televisió de Catalunya, 15 d'abril
- Prats promou horaris europeus durant una setmana, El 9 Nou, 27 d'abril
- Prats de Lluçanès posa en pràctica els horaris europeus, Telenotícies comarques, Televisió de Catalunya, 28 d'abril
- Restaurants 'a l'europea' a Prats de Lluçanès, 8aldia, 30 d'abril
- Tertúlia a Ben Trobats, XIP/TV, 3 de maig
- Entrevista a Trinitat Cambras, El Punt Avui TV, 17 de maig
- Som el que fem, Televisió de Catalunya, 27 de maig
- Entrevista a Roger Buch, La Xarxa Notícies, 6 de juny
- Tertúlia sobre la Reforma Horària, Salvador Cardús, Televisió de Catalunya, 6 de juny
- Fabian Mohedano presenta al Prat la Iniciativa per a la Reforma Horària, 7 de juny

- La reforma horària a l'escola, Elena Sintes, Telenotícies, Televisió de Catalunya, 8 de juny
- La reforma horària, al programa Info K, Televisió de Catalunya, 9 de juny
- L'afectació a la salut pels canvis, Telenotícies, Televisió de Catalunya, 10 de juny
- Entrevista a Fabian Mohedano, 3/24, Televisió de Catalunya, 10 de juny
- How one Dutch Company promotes Work/life Balance BBC, 15 de juny
- Entrevista a Trinitat Cambras, Terrícoles, BTV, 21 de juny
- La futura llei de la reforma horària, Telenotícies, Televisió de Catalunya, 4 de juliol
- Entrevista a Fabian Mohedano, L'Illa de Robinson, El Punt Avui TV, 19 de juliol
- Quin és l'estat de les polítiques de conciliació? Acció política, Televisió de Catalunya, 27 de juliol
- Entrevista a "El Cuarto de Reixa", Canal Terrassa, 20 de setembre
- Fabian Mohedano a El cuarto de reixa, Canal Terrassa, 26 de setembre
- Entrevista "Verd Primera" Beteve, 28 de setembre
- Verd Primera, Reforma Horària, BTV, 29 de setembre
- Fabian Mohedano al programa "Qué me estás contando", Euskaltelebista, 29 de setembre
- Pros i contres de la Reforma Horària, La Xarxa, 30 de setembre
- Barcelona es prepara per debatre la reforma horària, que "generarà més felicitat", Beteve, 3 d'octubre
- Podríem viure millor amb una reforma horària? N'hem parlat amb Fabian Mohedano, Els Matins TV3, 25 d'octubre
- Fabián Mohedano i els fusos horaris, Acció Política TV3, 29 d'octubre
- Més d'un centenar de comerços se sumen a la Diada per la Reforma Horària de Lleida, TV3, 9 de novembre
- XIP TV, L'Estació TV, TV Berguedà, 17 de novembre
- Televisió informatiu comarcal, ETV Esplugues, 24 de novembre
- La Generalitat propone que los niños entren antes al colegio y salgan a las cuatro, Cuatro, 28 de novembre
- Nova campanya institucional per convèncer dels beneficis de la reforma horària, Beteve, 28 de novembre
- Bàsics, Betevé, 28 de novembre
- Canvi d'horari a les escoles, Info K, Canal 33, 29 novembre
- Meritxell Ruiz, consellera d'Ensenyament: "El problema no són els horaris escolars, són els laborals", TV3, 29 de novembre
- Escoles tancades pel macropont del desembre i dificultats de famílies i empreses per conciliar la vida familiar, TV3, 5 de desembre
- La reforma horària es fa realitat a les empreses abans que a l'Ajuntament, Beteve, 5 de desembre
- Vespre a la 2, TVE, 5 de desembre
- ¿Qué medidas tomar para conseguir que la jornada laboral acabe a las 18,00 horas?, Antena 3 Noticias, 13 de desembre
- Las mujeres, las más perjudicadas por los horarios infinitos: la mayoría deja el trabajo para cuidar de los hijos y suelen hacer las labores del hogar, Atresmedia, 16 de desembre
- Horarios, esto no es vida, La Sexta Columna, La Sexta, 16 de desembre

- Treballadors feliços, treballadors rendibles, Dossier, Diari ARA, 2 de gener
- Un altre horari laboral és possible, Dossier, Diari ARA, 2 de gener
- La necessària Reforma Horària avança imparabile, Editorial, Diari ARA, 2 de gener
- Reforma Horària: necessitat o no? Marçal Llimona, Nació Digital, 3 de gener
- No disfrutar de la pausa del bocadillo deberá retribuirse, La Vanguardia, 5 de gener
- Empleados contentos, empresarios más ricos, El País, 5 de gener
- Porqué en España comemos a las tres y no a la una, como los demás europeos, El Confidencial, 5 de gener
- El plan de Suecia para que los Hombres tomen más licencia cuando tienen hijos, BBC Mundo, 7 de gener
- Un diputado del partido liberal democrático sol·licita la baja por paternidad en Japón, Japonismo, 8 de gener
- Reforma Horària, Jordi Fernández i Fàbregas, Tot Mataró i Maresme, 8 de gener
- Dinamarca expulsa un estudiante extranjero por trabajar 90 minutos más, El Economista.es, 11 de gener
- Emails y reuniones: los sorprendentes enemigos de la productividad, Europapress, 12 de gener
- La reforma laboral y la mal llamada conciliación, Diagonal, 13 de gener
- Conciliació, Empar Moliner, Diari ARA, 13 de gener
- Bescana, un postureo necesario, De mamas & de papas, El País, 13 de gener
- ¿Se puede adelgazar cambiando los horarios de las comidas?, BBC Mundo, 13 de gener
- Fabian Mohedano: La reforma horaria en España, El Magacín, 14 de gener
- Ensenyament amplia el pla per provar l'horari intensiu a primària, El Periódico, 15 de gener
- Las controversias de la jornada intensiva a l'educació primària, El Periódico, 15 de gener
- Empresas que concilian... sin llevar el bebé al trabajo como Bescansa, Expansión, 15 de gener
- Autònoms i, malgrat això, pares! Diari ARA, 16 de gener
- Aquí se concilia gracias a ellos, El País, 18 de gener
- El Gobierno vasco sube un 3,8% las ayudas a la conciliación, EiTB, 19 de gener
- La conciliación debe ajustarse a cada persona y cada momento de su vida, ABC, 19 de gener
- Conciliación y política, Alfons Calderón, La Vanguardia, 20 de gener
- El día que tu empresa te deje trabajar sin ir al trabajo..., Expansión, 20 de gener
- Cinc aplicacions per ser més productius, Diari ARA, 20 de gener
- Los que no tienen hijos también quieren conciliar, El País, 21 de gener
- El PSOE pide en el Congreso igualdad salarial, incrementar el permiso de paternidad y fomentar el teletrabajo, Europapress, 21 de gener
- Ensenyament convida més escoles a fer jornada intensiva, Diari ARA, 22 de gener
- La reforma horària, un pas previ per a la jornada intentiva a l'escola, Diari ARA, 22 de gener
- Claves para conseguir que el correo electrónico no añada más estrés a tu vida, El Huffington Post, 24 de gener
- ¿Influye el horario laboral sobre el tiempo familiar? Nada es gratis, 27 de gener
- Com autònom, hi ha ajudes per conciliar? Via empresa, 28 de gener
- España, demasiado tarde para ser madre, El País, 28 de gener
- Entrevista a Fabian Mohedano, NoulH, Butlletí d'actualitat municipal, 29 de gener
- ARA o mai: posem-nos a l'hora, Article de Fabian Mohedano, Diari ARA, 29 de gener
- Dones del 1975, les més infecundes per la desigualtat de gènere i la precarietat, Cristina Sen, La Vanguardia, 29 de gener
- Pocos avances reales en la concilia-

- ción, El País, 31 de gener
- “Pero ¿qué horas son estas?” Yolanda Veiga, El Correo, 2 de febrer
 - La reforma horària devora el temps del Parlament, El Nacional, 2 de febrer
 - Día de la marmota: Por qué el tiempo pasa más deprisa a medida que nos hacemos mayores, El País, 2 de febrer
 - El treball flexible ajuda a les dones a tenir èxit, però fa l'home infeliç, The Guardian, 3 de febrer
 - Las políticas de conciliación aumentan la productividad de los empleados hasta un 87%, EFE Empresas, 4 de febrer
 - Sopar molt tard a la nit pot bloquejar la memòria, Corriere della sera, 5 de febrer
 - Hem perdut el control sobre el temps? Iu Andrés, Diari ARA, 7 de febrer
 - En auge las empresas que miden la felicidad de sus empleados, La Vanguardia, 10 de febrer
 - Trabajar por turnos afecta a la salud, Infosalus.com, 10 de febrer
 - Entrevista a Fabian Mohedano: “Las dones d'aquest país són les més estressades d'Europa”, El Nacional, 12 de febrer
 - ¿Es possible fugir del temps?, Iu Andrés, 14 de febrer
 - Las horas extras no pagadas llegan al máximo desde el inicio de la crisis, El

- País, 15 de febrer
- Repensar el temps en l'era digital, Carles Sora, CCCBLab, 16 de febrer
 - Adelgazar es más difícil si se come pasadas las tres, La Vanguardia, 19 de febrer
 - Una hora per dinar, Pensem que..., La Vanguardia, 19 de febrer
 - La llei de la reforma horària engega al Parlament, Cristina Sen, La Vanguardia, 19 de febrer
 - ¿Qué pasaría si el mundo entero tuviera la misma hora?, BBC Mundo, 19 de febrer
 - Guía animada: explora los secretos de tu reloj biológico, BBC Mundo, 19 de febrer
 - La Generalitat se ahorra las becas-comedor con la jornada intensiva en las escuelas, Crónica Global, 19 de febrer
 - El mòbil ens allibera o ens esclavitzava?, Iu Andrés, Diari ARA, 21 de febrer
 - Las horas de trabajo ilegales equivalen en Galicia a más de 17.400 empleos, La voz de Galicia, 21 de febrer
 - El Parlament començarà a treballar en la llei de reforma horària, CatD-iàleg, 22 de febrer
 - Descubren por qué dormir poco afecta al estado de ánimo, La Vanguardia, 22 de febrer
 - El postureo de la conciliación, Neus

- Tomás, El Periódico, 23 de febrer
- Proponen unificar l'hora a tot el món, El Món, 23 de febrer
 - A les tres seran les dues, Cultura viva, Catorze, Nació digital
 - Vides accelerades, Judit Carrera, El País, 23 de febrer
 - La Llei de la Reforma Horària vol arribar puntual, Via empresa, 24 de febrer
 - El Parlament da luz verde a la ponència conjunta para la ley de la reforma horaria, La Vanguardia, 24 de febrer
 - El Parlament inicia la elaboración de la ley de la reforma horaria designando los ponentes, Europa Press, 24 de febrer
 - A la recerca de la productivitat perduda, Josep Oliver, El Periódico, 24 de febrer
 - Hacia un horario más saludable, Sara Berbel, Revista d'AEDIPE Catalunya, 26 de febrer
 - Sociólogos y filósofos analizan las causas de una sociedad hiperacelerada, Cristina Sen, La Vanguardia, 27 de febrer
 - Tempus fugit, más que nunca, Cristina Sen, La Vanguardia, 27 de febrer
 - Guarderías 24 horas, la solución para padres sin horarios, El Mundo, 27 de febrer
 - Tiempos veloces, Editorial de La Vanguardia, 27 de febrer
 - ¿Trabajar hasta las 16:30h?, Begoña

- Gómez, El País SModa, 27 de febrer
- Som una societat cada cop més acrítica?, Iu Andrés, ARACultura, 28 de febrer
 - Caus i esplais ens acostem a la reforma horària, Fabian Mohedano, El Diari de l'Educació, 29 de febrer
 - Almorzar a deshora y hacer ejercicio por la tarde puede perjudicar la salud de los niños, Carina Farreras, La Vanguardia, 1 de març
 - Repensar les rutines infantils, Carina Farreras, La Vanguardia, 2 de març
 - Plats de cullera, La comunitat de l'Escola Garbí centra la seva vida social entorn de l'àpat del migdia, Carina Farreras, 2 de març
 - Com treballen a Berlín?, Via Empresa, 4 de març
 - I si la lentitud no fos un defecte?, Iu Andrés, Diari ARA, 6 de març
 - El masclisme s'adapta als nous temps, Dossier Dia Internacional de les Dones, Diari ARA, 6 de març
 - Richard Wilkinson: "Els països més feliços no sempre són els més rics", Diari ARA, 7 de març
 - Què estava fent? O per què el nostre cervell no està preparat per a la multitasca, Diari ARA, 7 de març
 - Conciliar no es una cuestión de edad, Público, 8 de març
 - El Parlament crea un ponència conjunta para avanzar hacia una ley de reforma horaria, Europa Press, 10 de març
 - El Parlamento catalán crea una ponència para avanzar hacia una ley de reforma horaria que permita la conciliación, La Vanguardia, 10 de març
 - 'Salvados' analiza la conciliación laboral y familiar en España, El Periódico, 12 de març
 - Es pot reescriure el passat?, Iu Andrés, Diari ARA, 13 de març
 - Los alimentos que te ayudarán a dormir mejor, La Vanguardia, 14 de març
 - L'empleat aclaparat, una tendència emergent, Francesc Quer, Via Empresa, 14 de març
 - Dormir seis horas al día es igual a no dormir, La Vanguardia, 15 de març
 - El prime time d'Antena 3, el més tardà, Diari ARA, 16 de març
 - Desconcert total al Parlament, Iu Forn, El Nacional, 17 de març
 - Horaris inhumans, Raül Vadó, Tot Badalona, 18 de març
 - El gráfico demuestra que tenemos unos horarios muy raros, El País, 25 de març
 - Canvi d'hora, Paga la pena? Fabian Mohedano, Vilaweb, 25 de març
 - L'heure d'été, toute une histoire, Libération, 25 de març
 - Cambio de hora: así nos beneficiaría que nadie modificará su reloj esta noche, La Vanguardia, 26 de març
 - Cal canviar l'hora, HolaLleida, 27 de març
 - El cambio de hora: así nos afecta, El Periódico, 27 de març
 - El estrés laboral, Núria Roca, 27 de març
 - Hartmut Rosa: "Concedeix-te el luxe de desconnectar", NacióDigital, 28 de març
 - Confirmado, Se puede ser más feliz y más productivo en el trabajo, TBS, 29 de març
 - Les Teixidores organitzen un debat a Reus sobre la reforma horària, ReusDigital.cat, 30 de març
 - La llei que canviarà la vida de tothom, Cristian Segura, El País, 30 de març
 - Entrevista a Judy Wajcman, Jot-DownSpain, 31 de març
 - Rajoy: "Vamos a impulsar el cambio del huso horario para adecuarlo a nuestras necesidades" ELDiario.es, 2 d'abril
 - Els mals horaris, Daniel Capó, Diari de Girona, 3 d'abril
 - Entrevista a Marcela Topor, Presència, ElPuntAvui, 3 d'abril
 - Getting Rid Of Siestas Won't Boost Spain's Productivity, Here's Why, Huffington Post, 4 d'abril
 - ¿Qué pasaría si la jornada laboral en España acabara por ley a las seis? El Mundo, 4 d'abril
 - El Parlament ja ha constituït la ponència per a la futura llei òmnibus del temps, Diari ARA, 5 d'abril
 - "El canvi horari és possible perquè és un tema de salut", Entrevista a Fabian Mohedano, ElPuntAvui, 5 d'abril
 - El tiempo de trabajo como acelerador de la Reforma Horaria, IUSLabor UPF, 5 d'abril
 - Com assolir la reforma horària? Cristian Segura, El País, 5 d'abril
 - Colegios, tiendas y televisiones: así conseguirá Rajoy que España salga de trabajar a las seis, ECD El confidencial Digital, 5 d'abril
 - Rajoy i la Reforma Horària, Fabian Mohedano, Via Empresa, 6 d'abril
 - Rosell apuesta por racionalitzar la jornada y acabar a las 18 horas, Cristina Sen, La Vanguardia, 6 d'abril
 - Las 10 medidas que Rajoy debe aplicar para cambiar los hábitos horarios, Maria Jesús Cañizares, Crónica

- Global, 6 d'abril
- La reforma horària: millor qualitat de vida, Finestra d'Oportunitat, 7 d'abril
 - El col·lectiu de les Teixidores de Reus aborda el tema de la Reforma Horària, Diari de Tarragona, 8 d'abril
 - Les 100 raons de la Reforma Horària, Neus Navarro, Via Empresa, 8 d'abril
 - La hora de la conciliación real, El País, 11 d'abril
 - Mohedano "la reforma horària és una qüestió de salut més que no pas de conciliació", ElPuntAvui, 12 d'abril
 - Conciliación: cuestión de medios y de miedos, Softmachine, 12 d'abril
 - Racionalizar los horarios debería ser una cuestión de Estado, Capital Humano, 12 d'abril
 - Prats de Lluçanès vol la reforma horària, ElPuntAvui, 13 d'abril
 - El PP continua su brega por la conciliación: propone acabar antes el 'prime time' en 2017, ABC, 14 d'abril
 - Fabian Mohedano "Som un país amb horaris molt rígids, poca flexibilitat i una productivitat molt negativa", Marçal Llimona, 14 d'abril
 - La Red es terriblement misògina, un espacio para el abuso de la mujer" Judy Wajcman, ElDiario.es, 15 d'abril
 - Hacia la empresa flexible, Yo quiero trabajar ahí, Yodona, El Mundo, 16 d'abril
 - La restauració de Prats de Lluçanès aposta per la reforma horària amb premis i sortejos, Regió 7, 16 d'abril
 - Catalunya busca una reforma horària, Vozpopuli, 17 d'abril
 - Empresas españolas que te echan de la oficina a las 18 horas, El Mundo, 18 d'abril
 - Tiana farà una prova pilot de reforma horària, El Punt Avui, 19 d'abril
 - El debat sobre l'avançament del primer time es reactiva, Diari ARA, 19 d'abril
 - La primera trobada de salut pública CSC del 2016 mostra con influeixen els horaris en la nostra salut, Consorci de Salut i Social de Catalunya, 19 d'abril
 - Menjar en horari europeu té premi, El País, 20 d'abril
 - Entrevista a Trinitat Cambras, "Cómo tener más energía por la mañana y descansar mejor por la noche", Revista "Saber vivir" número 187, 21 d'abril
 - No dormir és un premi, Jordi Ojeda, El Punt Avui, 22 d'abril
 - ¿Por qué inventamos excusas para salir antes del trabajo? El Mundo, 22 d'abril
 - "L'estadística demostra que som feliços en parella", Entrevista a Joan García Román, La contra, La Vanguardia, 22 d'abril
 - "Ha arribat el moment de sincronitzar els rellotges amb el món", Entrevista a Fabian Mohedano a El Món, 24 d'abril
 - "Treballo de vuit a cinc i tinc tota la tarda per a mi", Urbanites, Gran Barcelona, El Periódico de Catalunya, 25 d'abril
 - La conciliación se cuela en la campaña electoral, ABC, 25 d'abril
 - Prats de Lluçanès se situa al capdavant de la reforma horària en el sector de l'hosteleria amb una prova pilot, Vilaweb, 26 d'abril
 - Els restaurants de Prats de Lluçanès lideren la reforma horària a l'hosteleria, Naciódigital, 27 d'abril
 - ¿Ponemos el reloj en hora de Londres? El cambio de huso se electoriza, pero no todos lo defienden, Cristina Sen, Tendencias, La Vanguardia, 28 d'abril
 - Dinar a l'hora del vermut, El Punt Avui, 28 d'abril
 - Prats de Lluçanès, al capdavant de la reforma horària en l'hosteleria, El 9 Nou, 29 d'abril
 - Coses que les feministes ja sabem sobre la reforma horària, ElCrític.cat, 4 de maig
 - Cuando el padre es el que cuida, El País, 10 de maig
 - The plan to ban work emails out of hours, BBC News, 11 de maig
 - Quins són els horaris dels àpats i del son més saludables, Vilaweb, 11 de maig
 - "Cal més temps de lliure disposició, la feina no pot ocupar tantes hores del dia", Xarxanet.org, 15 de maig
 - "La Reforma Horària millorarà la nostra qualitat de vida" Entrevista a Fabián Mohedano, Finestra d'oportunitat, 19 de maig
 - The surprising way sleep makes you a better boss, The Huffington Post, 20 de maig
 - "Migdies, migdiades i malfeiners", Joan Josep Isern, 21 de maig
 - ¿Es la hora del teletrabajo y el Smart Working? Carlos de la Torre, FIDE Fundación, 26 de maig
 - French Legislation Suggests Employees Deserve The Right To Disconnect, The Huffington post, 27 de maig
 - Which European countries work the longest hours? World Economic Forum, 1 de juny

- Més productius, més feliços, Dolors Bassa, El Punt avui, 5 de juny
- Semàfor verd a La Vanguardia a Fabian Mohedano, 6 de juny
- El 'badulaque' esdevé supermercat, Diari ARA, 6 de juny
- "La gent avui dia va cansada a la feina" Neus Navarro, Via Empresa, 7 de juny
- #termedelasetmana, Horari flexible, Lliure i Millor, 7 de juny
- El porqué del retraso de los horarios de televisión en España, El Mundo, 7 de juny
- Presidenta ICD esgrime motivos de género para promover la reforma horaria, La Vanguardia, 8 de juny
- Horaris a favor de la llibertat, La Vanguardia, Salvador Cardús, 8 de juny
- "Sincronitzem rellotges: un procés participatiu per a la reforma horària", Roger Buch, El Punt Avui, 8 de juny
- El primer text de la Llei de la reforma horària estarà llest a finals de juliol, NacióDigital, 8 de juny
- El món local signa l'acord per la Campanya Municipal a favor de la Reforma Horària, Canal Ajuntament, 8 de juny
- El món local a favor de la Reforma Horària, independentbarbera.cat, 8 de juny
- ¿Por qué los españoles rechazamos la flexibilidad en el trabajo? Universia España, 8 de juny
- Cinema per a una reforma horària, Jordi Ojeda, El Cinèfil.cat, 8 de juny
- "El horario de los colegios españoles es una excepción en Europa, no es racional", El País, 9 de juny
- CCOO aposta per introduir la flexibilitat voluntària i la coresponsabilitat en el marc de la reforma horària, Oficina de Premsa de CCOO de Catalunya, 9 de juny
- Reforma horària i igualtat de gènere: un bino indestriable?, Social.cat, 9 de juny
- Homes que volen conciliar i treballar: missió impossible?, Diari ARA, 10 de juny
- Presentació de l'Estudi "Causes de les dificultats d'uns horaris més racionals, Recomanacions per implementar noves estratègies", Fundació Factor Humà, 10 de juny
- Celebració de la Jornada anual de la Xarxa Nust, El Digital de Barcelona, 10 de juny
- El temps de la democràcia, Judit Carrera, Diari ARA, 10 de juny
- Variar d'hàbits no troba l'hora, L'econòmic, El Punt Avui, 12 de juny
- Impuls de la reforma horària en el tercer sector, Xavier Peralta, Xarxanet.org, 13 de juny
- Pros y contras de tener siete días de vacaciones cada dos meses, ABC, 14 de juny
- Com treballen al Canadà? Via Empresa, 16 de juny
- I ara, a TV3, Xevi Xirgu, El Punt Avui, 19 de juny
- ¿Vivir para trabajar? Cinco Días, 20 de juny
- Les patronals vallesanes, a favor de la reforma horària, Línia Vallès, 20 de juny
- Crisi demogràfica: més morts que naixements per primer cop des del 1941, Diari ARA, 23 de juny
- Els països europeus on més hores es treballa, Via Empresa, 27 de juny
- "A poc a poc, que tinc pressa", Salvador Cardús, Revista Tangram, The Slow Issue, juny de 2016
- Argentona es transforma en capital de la Reforma Horària, Via Empresa, 28 de juny
- "Ja hauríem d'estar sopant", El Punt Avui, 29 de juny
- Èxit del pilot de la reforma horària a Argentona, Via Empresa, 29 de juny
- La cultura del presencialismo y el control dificultan un horario laboral más racional, Catalunya Press, 29 de juny
- Entrevista a Fabian Mohedano, Eix professional, Edició núm. 82 (juny-juliol 2016)
- Un mal de l'empresa contemporània, La Vanguardia, 3 de juliol
- El camino para adaptarse al horario europeo, Fermín Suárez, El Español, 3 de juliol
- Compte enrere per a la reforma horària, Àlex Milian, El Temps, 6 de juliol
- Los empresarios quieren sentarse a hablar de horarios y conciliación, Cinco Días, 6 de juliol
- Treballadors públics i Reforma Horària, Fabian Mohedano, EAPC Blog, Generalitat de Catalunya, 7 de juliol
- Ara és l'hora de les dones, Neus Navarro, Via Empresa, 8 de juliol
- La reforma horària farà créixer la productivitat un 30%, segons els impulsors de la iniciativa, La Vanguardia, 8 de juliol
- La reforma horària farà créixer la productivitat un 30%, segons els impulsors, Diari ARA, 8 de juliol
- La reforma horària "permetrà millorar

- la productivitat, segons els promotors de la iniciativa”, Vilaweb, 8 de juliol
- La reforma horària podria entrar en vigor en Catalunya en setembre de 2016, La Vanguardia, 8 de juliol
 - La reforma horària podria entrar en vigor a Catalunya al setembre de 2017, El País, 8 de juliol
 - “La reforma horària està en l’ordre de prioritats del Govern”, Neus Munté, El Nacional, 8 de juliol
 - ¿En qué país del mundo se trabaja más horas?, El País, 8 de juliol
 - La Inspección de Trabajo se pone seria con las horas extras, Cinco Días, 12 de juliol
 - “Reforma Horària: en mans dels agents social”, Fabian Mohedano, Via Empresa, 13 de juliol
 - La reforma horària, más cerca en Cataluña, Mamiconcilia, Movimiento social, 13 de juliol
 - Por qué estarías dispuesto a trabajar más horas, Expansión, 18 de juliol
 - Conciliació: la revolució necessària, Criatures, Diari ARA, 23 de juliol
 - España entre los países con más empleo a tiempo parcial involuntario, El País, 23 de juliol
 - España, el país más noctámbulo, Cristina Sen, La Vanguardia, 24 de juliol
 - Dia dels avis: els herois de la conciliació a Espanya, El Periódico, 26 de juliol
 - La Reina reclama un debate sobre los horarios para facilitar la conciliación, La Vanguardia, 27 de juliol
 - Diez recomendaciones para lograr el balance entre su vida y el trabajo, Semana, 28 de juliol
 - Al setembre començarà un procés participatiu per a la reforma horària, Xarxanet.org, 1 d’agost
 - El modelo sueco: trabajar menos y cobrar lo mismo, ¿Debemos copiarlo? El Confidencial, 1 d’agost
 - Menys hores i més producció, La Vanguardia, 2 d’agost
 - El país con menos días libres, El País, 2 d’agost <http://linkis.com/cultura,elpais.com/c/JvtsK>
 - El control del absentismo laboral, Cinco Días, 7 d’agost
 - Terrassa acogerá el inicio del proceso participativo sobre la reforma horaria, El Periódico, 7 d’agost
 - Como atraer a los millennials: horarios de trabajo flexibles para la conciliación, RRHHpres.com, 8 d’agost
 - Out of sync with the sun... Economist.com, 13 d’agost
 - La ràdio espanyola renova les nits esportives de cara al nou curs, Diari ARA, 16 d’agost
 - El 61% de los trabajadores no disfrutan de flexibilidad horaria en verano, RRHHpress.com, 24 d’agost
 - Tiempo, tecnología... y esta vida loca, Dossier, Revista Alternativas Económicas, 29 d’agost
 - “Sopeu amb els vostres fills”, La Vanguardia, 25 d’agost
 - ¿Por qué empezar a trabajar a las 4 de la mañana?, El País, 1 de setembre
 - Fabian Mohedano: ‘Dormim una hora menys que la majoria d’europeus’, Vilaweb, 3 de setembre
 - Por qué debes empezar a cenar antes de las siete, La Vanguardia, 4 de setembre
 - What happened after Sweden introduced a six hour work day, Independent, setembre, 4 de setembre
 - La jornada parcial holandesa, una conquista y un problema, El País opinión, 5 de setembre
 - Las vacaciones escolares de otoño se imponen en Europa, El País, 12 de setembre
 - La reforma horaria se abre al debate ciudadano, Diari de Tarragona.com, 12 de setembre
 - Ojo con sobrecargar a tu hijo con actividades extraescolares, El País, 13 de setembre
 - Cómo los fines de semana de tres días pueden contribuir a salvar el mundo, El País, 13 de setembre
 - Fabián Mohedano presenta el seu llibre sobre la reforma horària a la Casa Irla, La Tribuna Ganxona.com, 14 de setembre
 - Javier Albares, metge especialista en medicina del son: “Sopar a les vuit del vespre ens permet dormir més, estar més sans, ser més productius, més creatius i més feliços”, Ets el que menges, 16 de setembre
 - Generalitat impulsa un proceso participativo reforma horaria en 12 municipios, La Vanguardia, 19 de setembre
 - Escuela hasta las 16h, comercio hasta las 20h, y breve pausa para comer, Cristina Sen, La Vanguardia, 20 de setembre
 - Fabian Mohedano: “Segons com s’organitzin els horaris es pot aconseguir augmentar la productivitat fins a un 30%”, Xarxanet.org, 20 de setembre
 - Procés participatiu i més, Fabian Mohedano, Via empresa, 20 de setembre

- “No tengo ni idea del horario que hacen mis trabajadores”, El Periódico, 22 de setembre
- El Consell de Relacions Laborals aprova impulsar la introducció de mesures concretes sobre el temps de treball remunerat a la negociació col·lectiva, premsa.gencat.cat, 23 de setembre
- Telefónica apuesta por concentrar horarios por las mañanas cuando sea posible, Cinco Días, 28 de setembre
- La ciencia confirma que madrugar es malo para la salud, Esquire, 7 d'octubre
- L'altra guerra del futbol, La Vanguardia, 9 d'octubre
- El fútbol dinamita la conciliación, La Vanguardia, 9 d'octubre
- Més productivitat i menys absentisme, conseqüències de l'aplicació de la reforma horària a les empreses, Eix Diari.cat, 10 d'octubre
- Jornada partida en la ESO por ley, Cristina Sen, La Vanguardia, 10 d'octubre
- Nou de cada 10 escolars pateixen falta de son, El Periódico, 12 d'octubre
- Manténir l'horari d'estiu a les Balears, més a prop d'aconseguir-se, Ara Balears, 20 d'octubre
- Fabian Mohedano: La reforma horària, Fabian Mohedano, El Magacín, 20 d'octubre
- El Congreso aprueba una propuesta para igualar los permisos de maternidad y paternidad, El País, 21 d'octubre
- “Ser madre es como si tuvieras una tara, pasas a ser una empleada de segunda”, El País Mamas and Papas, 21 d'octubre
- El 60 % de los accidentes de tráfico se produce en el desplazamiento al Trabajo, Bez.es, 21 d'octubre
- Mohedano: “Con la reforma horaria, la productividad empresarial aumentará”, Segre.com, 22 d'octubre
- Qué hay que hacer para que España tenga horarios más sensatos, Verne El País, 23 d'octubre
- Una hora más en Baleares, Cristina Sen, La Vanguardia, 24 d'octubre
- Yo comparto mi empleo y mi salario, El País, 25 d'octubre
- La hora buena ‘for ever’, Xavier Bru de Sala, El Periódico de Catalunya, 28 d'octubre
- Porreres, al capdavant de la reforma horària, Ara Balears, 28 d'octubre
- El debate inacabable del cambio de hora, Fabian Mohedano, El Periódico, 28 d'octubre
- La culpa del loco ‘prime time’ español la tiene la política, Yorokobu, 29 d'octubre
- Recuperar el fus horari faria més racional el canvi d'hora, El Punt Avui, 29 d'octubre
- ¿Sería beneficioso que España recuperase su huso horario?, La Vanguardia, 29 d'octubre
- El debate inacabable del cambio de hora, Fabian Mohedano, El Periódico de Catalunya, 28 d'octubre
- Los horarios turísticos perjudican seriamente la salud, María Jesús Cañizares, Crónica Global, 28 d'octubre
- Entre Lugo i Istanbul: Les Balears es replantegen quin fus horari volen, Diari ARA (Balears), 28 d'octubre
- Iluminados, Cristina Sánchez-Miret, La Vanguardia, 30 d'octubre
- La hora oficial a debate: Cuatro posibilidades, cuatro estilos de vida, Antonio Martínez Nicolás, María de los Ángeles Rol de Lama y Juan Antonio Madrid Pérez, Blog Universidad de Murcia, 31 d'octubre
- I si les botigues tanquessin a les set del vespre?, Diari ARA, 31 d'octubre
- Llevar-se més d'hora per tenir més llum, Diari ARA, 31 d'octubre
- Reus s'afegeix al projecte de reforma horària impulsat pel Govern, Reus.cat, 31 d'octubre
- Vacances a la francesa, El Periódico de Catalunya, 1 de novembre
- Reus, capital dels horaris, del 7 al 16 de novembre, Mas Carandell.cat, 1 de novembre
- Vacances escolars cada dos mesos, El Periódico de Catalunya, 1 de novembre
- Baiget aboga por una reforma horaria “transversal” en todos los sectores, La Vanguardia, 4 de novembre
- La Reforma Horària necessita 1,4 milions d'euros d'inversió, Via Empresa, 4 de novembre
- Los catalanes trabajan 277 horas más que los países nórdicos pero son menos productivas, La Vanguardia, 4 de novembre
- Donar segells als establiments amb horaris més “humans”, proposta per a la Reforma Horària, Nova Ràdio Lloret, 4 de novembre
- Una reforma horària per als canvis en l'estructura familiar, Fabian Mohedano, Revista Viure en Família, 4 de novembre
- Més productius, menys hores, El Punt Avui, 5 de novembre
- Si als fills els va bé a l'escola, és gràcies als pares?, Criatures Diari ARA, 5

- de novembre
- Més productius, menys hores, El Punt Avui, 5 de novembre
 - Conciliació per conveni, Diari de Girona, 7 de novembre
 - Gonzalo Pin: “En España los niños se van a la cama una hora más tarde que los europeos y se levantan 30 minutos antes”, ABC Familia, 7 de novembre
 - És qüestió de temps..., Reus.cat, 7 de novembre
 - S’inaugura el cicle d’activitats sobre la reforma horària, Delcamp.cat, 7 de novembre
 - Reus debat la reforma horària amb diverses xerrades i tallers, Reus.cat, 8 de novembre
 - Si me dejan organizar mi horario de trabajo rendiré mucho más, Cinco Días, 8 de novembre
 - Més de 165 comerços de Lleida abaixen les persianes a les set per conciliar vida laboral i familiar, 7 Accents.cat, 9 de novembre
 - Lleida adapta su hora a Europa. Establecimientos de Lleida dicen ‘sí’ a la reforma horària, El Periódico de Catalunya, 9 de novembre
 - Un centenar de tiendas de Lleida cierran hoy a las siete, Segre.com, 9 de novembre
 - Temps per a tot, temps per a tothom, Diari ARA, 9 de novembre
 - 170 comerços de Lleida tanquen per un dia a les set del vespre per demostrar que és possible conciliar feina i família, Lleida al minut, 9 de novembre
 - Recull de Premsa 09/11/2016: “Reus debat la reforma horària amb diverses xerrades i tallers”, fundaciopro-
 - pedagogic.org, 9 de novembre
 - “Ens agradaria tancar cada dia a les set”, Lleida.com, 10 de novembre
 - El repte de canviar hàbits, El Punt Avui, 10 de novembre
 - Reforma horària, Mireia Pellicer, El periòdic.ad, 10 de novembre
 - Comerciantes de Lleida: “Nos gustaría cerrar cada día a las siete”, Segre.com, 10 de novembre
 - Reus debat la reforma horària del 7 al 16 de novembre, Reus.cat, 11 de novembre
 - L’absentisme s’enlaira fins a nivells de precisi, Diari ARA, 13 de novembre
 - Murcia se sumará a Baleares y Valencia y pedirá mantener el horario de verano, Diario de Mallorca, 13 de novembre
 - Per la reforma horària, Àngel Ros, Segre.com, 13 de novembre
 - Diferents empreses del Berguedà sumen esforços per aplicar la reforma horària en els seus negocis, Aquí Berguedà, 15 de novembre
 - Los hombres buscan también su hueco para conciliar, ABC Familia, 15 de novembre
 - Estem a punt per la Reforma Horària?, Vilaweb, 17 de novembre
 - Les jornades laborals han de compactar-se però no han de ser intensives, Diari Mes Digital, 20 de novembre
 - La exitosa empresa donde la jornada empieza a las 9:06 de la mañana (y ni un minuto antes), BBC, 21 de novembre
 - Fabián Mohedano va portar a Molins de Rei la seva proposta envers la reforma horària, Llobregat Digital, 22 de novembre
 - Cómo será nuestro trabajo cuando tengamos que trabajar la mitad, El País, 23 de novembre
 - El salario emocional motiva a los trabajadores y reduce la fuga de talento, Equipos y Talento, 24 de novembre
 - Fabian Mohedano: “Som l’únic país del món que dina a les 3 de la tarda i sopa a les 10 de la nit”, Setmanari de l’Empordà, 25 de novembre
 - La reforma horària proposarà que les escoles acabin a les quatre de la tarda, El Periódico, 27 de novembre
 - La reforma horaria propondrà acabar las escuelas a las 16h y la universidad a las 19h, Catalunya Press, 27 de novembre
 - Pas endavant cap a la reforma horària, Nació Digital, 28 de novembre
 - La reforma horaria va en serio, El Periódico, 28 de novembre
 - Les claus de la reforma horària: educació, empresa, comerç i televisió, El Periódico, 28 de novembre
 - La reforma horària proposarà que les escoles acabin a les quatre de la tarda, El País, 28 de novembre
 - El BotMol no veu clar aplicar ara la reforma horària, Viu Molins de Rei, 28 de novembre
 - El govern vol la reforma horària el 2018 i acabar l’escola a les 4, CCMA.cat, 28 de novembre
 - La reforma horària proposarà que les escoles acabin a les quatre de la tarda, El País, 28 de novembre
 - La reforma horaria va en serio, Carlos Márquez, El Periódico de Catalunya, 28 de novembre
 - Acabar l’escola a les quatre de la tar-

da... i sis novetats més de la reforma horària, Cristina Garde, Nació Digital, 29 de novembre

- Los suecos lo han demostrado: la jornada de 6 horas es más productiva que la de 8, Muhimu.es, 29 de noviembre
- La reforma horaria y el tiempo de nuestras vidas, El Periódico, 29 de noviembre
- La jornada laboral en Catalunya, España y Europa, El Periódico, 29 de noviembre
- Una reforma ineludible, Arnau Urgell i Vidal, Nació Digital, 30 de noviembre
- Enquesta Nació Digital: Reforma horària: estàs d'acord que les classes a l'escola siguin de 8,30 a 12 i de 14 a 16 h?, Nació Digital, 30 de noviembre
- Millora els horaris de la teva entitat amb l'Inventari Reforma Horària, Xarxanet.org, 1 de diciembre
- Empresas pioneras en el camí cap a la reforma horària, Diari ARA, 1 de diciembre
- Prats de Lluçanès, la zona cero de la reforma horaria, Carlos Márquez Daniel, El Periódico de Catalunya, 2 de diciembre
- ¿Otra reunión y me tiro por la ventana!, El País Negocios, 4 de diciembre
- Reus plantea que los bares cierren la cocina en las 9 con la Reforma Horaria, DiariMes.com, 4 de diciembre
- La reforma horària a l'escola? Només amb una millora de les extraescolars, Cristina Garde, Nació Digital, 5 de diciembre
- 5 fórmulas para terminar con el presentismo laboral, The Venturespain

Expansión, 5 de diciembre

- El macropuente costará más de 2.000 millones a nuestra economía, ABC, 5 de diciembre
- La reforma horària a l'escola? Només amb una millora de les extraescolars, Nació Digital, 5 de diciembre
- Las oficinas flexibles se impondrán en el futuro, La Razón, 5 de diciembre
- Compromís propone la realización de un estudio para fomentar la racionalización horaria, Valencia Plaza, 6 de diciembre
- El Parlament posa a l'hora el rellotge, El Punt Avui, 6 de diciembre
- El calendari laboral és una festa, Via Empresa, 7 de diciembre
- La Fundació Joia amb la Reforma Horària, Xarxanet.org, 9 de diciembre
- Los pioneros de la reforma horaria, Cristian Segura, El País, 10 de diciembre
- Reforma horària cosmètica?, El Punt Avui, 11 de diciembre
- El govern espanyol proposa una jornada laboral que acabi a les sis de la tarda, Diari ARA, 12 de diciembre
- Báñez buscará un pacto para acabar la jornada laboral a las seis de la tarde, El País, 12 de diciembre
- Fátima Báñez quiere que la jornada laboral acabe a las 18, la oposición habla de frivolidad, Huffington Post, 12 de diciembre
- Sensibilización, incentivos y flexibilidad, la fórmula para salir antes del Trabajo, Europa Press, 12 de diciembre
- El govern espanyol proposa una jornada laboral que acabi a les sis de la tarda, Diari ARA, 12 de diciembre

• Báñez propone que la jornada laboral acabe a las seis de la tarde, La Vanguardia, 12 de diciembre

- Horaris laborals racionals, La Manyana, 13 de diciembre
- Los diputados barajan reducir su jornada hasta las 18:00 horas para dar "ejemplo", El Mundo, 13 de diciembre
- Working 9 to 8: Spain seeks to shorten 11-hour working day, The Guardian, 13 de diciembre
- La jornada hasta las 18:00 deberá acompañarse de incentivos a las empresas como rebajas de impuestos, ABC, 13 de diciembre
- 'MasterChef Celebrity', o mi cabreo con la televisión pública a las dos de la mañana, Huffington Post, 14 de diciembre
- Cambio de hora en Europa: ¿debe España adaptarse al horario europeo?, Europa Press, 14 de diciembre
- ¿Por qué vamos a lograr la racionalización horaria?, Nuria Chinchilla, El Diario.es, 16 de diciembre
- Conciliar: equilibrio entre bienestar y productividad, Elisa Sánchez Lozano, El Diario.es, 18 de diciembre
- La conciliación laboral es clave para el 45% de empleados a la hora de elegir empresa, RRHH Digital, 18 de diciembre
- Derecho a desconectar, El Periódico, 18 de diciembre
- Atrapados en el tiempo, José M.Martín Olalla, El País, 20 de diciembre
- Es presenta la iniciativa per a la reforma horària als veïns i entitats de Sants, El3.cst, 20 de diciembre
- Las consecuencias del trabajo nocturno son devastadoras para las

enfermeras, Nueva Tribuna.es, 21 de
deseembre

- A qui beneficiarà la reforma horaria
proposada per la Generalitat?, El
Periodico.com, 21 de deseembre
- El 83% de los trabajadores españoles
quiere tener un horario europeo, Muy
pymes, 22 de deseembre
- Teletrabajo, una receta de concilia-
ción fácil de implantar y con muchas
ventajas, Un habitat Mejor, 22 de
deseembre
- Horario laboral sueco con condicio-
nes de Bangladesh, Carlos Hernán-
dez, El Diario.es, 24 de deseembre
- La difícil conciliación, Mar Aranda
Jurado, Las Provincias, 25 de des-
eembre
- Horario laboral sueco con condicio-
nes de Bangladesh, Carlos Hernán-
dez, El Diario.es, 24 deseembre
- ¿Reforma horaria?, Segre.com, 25 de
deseembre
- Carta de los súper y bares a Báñez:
cambiar el huso horario se traducirá
en pérdidas, El Confidencial, 26 de
deseembre
- La difícil conciliación, Las Provincias,
26 de deseembre
- La industria de la noche pone pegas
a la reforma horaria, Cristina Sen, La
Vanguardia, 29 deseembre
- CSIF y ARHOE piden a la Adminis-
tración ser “punta de lanza” en
conciliación y cerrar los ministerios
a las 18,00 horas, Europa Press, 29
deseembre
- El 71% de empresas ve factible
aplicar la reforma horària, Diari de
Terrassa, 30 de deseembre

IMPACTES RÀDIO

- Entrevista a Fabian Mohedano, Com
pot ajudar la Reforma Horària a
la conciliació laboral i familiar. El
Suplement. Catalunya Ràdio, 16 de
gener
- Entrevista a Fabian Mohedano. Ràdio
Arenys, 16 de gener
- Debat social sobre conciliació laboral
i familiar, La Brúixola, Ràdio Onda
Cero, 19 de gener
- L'Hemiscicle, La reforma horària, a
punt de començar-se a transformar-
se en llei, Catalunya informació, 26
de febrer
- El Ple aprova la “Moció municipal a
favor de la Reforma Horària”, Ràdio
Pineda, 26 de febrer
- La Fundació Joia, premiada per les
seves bones pràctiques en conciliació
familiar. Cadena SER, 26 de febrer
- Entrevista a Fabian Mohedano, Ràdio
Sabadell, 22 de març
- Entrevista a Fabian Mohedano, Tarda
de Ràdio. Ràdio Sabadell, 24 de març
- Tertúlia amb Fabian Mohedano a
Barcelona FM, març
- Entrevista a Fabian Mohedano, El
Matí de Catalunya Ràdio, 5 d'abril
- Entrevista a Nuria Chinchilla, Julia en
la Onda, Onda Cero, 7 d'abril
- El debat de la reforma horària arriba
a Calella amb Fabian Mohedano,
Radiocalella.cat 8 d'abril
- Entrevista a Fabian Mohedano a Rà-
dioVila. Viladecavalls, 15 d'abril
- La Reforma Horària en marxa. Anem
a Prats de Lluçanès, La Vida, Catalun-
ya Ràdio, 26 d'abril
- Entrevista a Isaac Peraire, alcalde
Prats de Lluçanès, ACN, 26 d'abril
- Entrevista a Fabian Mohedano, ACN,
26 d'abril
- Entrevista a Fabian Mohedano, IB3
Ràdio, 17 de maig
- Post de Joan Josep Isern. L'Estripada.
Catalunya vespre, Catalunya Ràdio,
20 de maig
- Entrevista a Fabian Mohedano, Bar-
celona FM, 23 de maig
- Tertúlia amb Esther Sánchez, Javier
Albares i Fabian Mohedano a No ho
sé, RAC 1, 26 de maig
- Entrevista a Fabian Mohedano, El
Submarí, Ràdio Terrassa, 2 de juny
- Entrevista a Fabian Mohedano, Ràdio
Despí, juny
- Entrevista a Roger Buch (procés
participatiu). La Xarxa Notícies, 6 de
juny
- Entrevista a Fabian Mohedano “Els
horaris de les escoles de primària són
de fa 100 anys”, La Tribu a Catalunya
Ràdio, 6 de juny
- Entrevista a Fabian Mohedano a
Ràdio Despí, 15 de juny
- Podcast Futuro del Trabajo. Episodio
03 - Tenemos unos horarios ‘extrate-
rrestres’, 27 de juny
- Entrevista a Fabian Mohedano. Pod-
cast Futuro del Trabajo, 27 de juny

- Entrevista a Anna Fornés, El Matí COPE, 8 de juliol
- Taula de debat amb Fabian Mohedano sobre la reforma horària, No ho sé, RAC 1, 20 de juliol
- Entrevista a Fabian Mohedano, El Món a RAC1, 16 d'agost
- Entrevista a Fabian Mohedano, "Líquids" amb Xavier Grasset, Catalunya Ràdio, 27 d'agost
- Entrevista a Fabian Mohedano, a El Món a RAC 1, 28 d'agost
- Entrevista a Fabian Mohedano, RAC 1, 29 d'agost
- Entrevista a Fabian Mohedano, Tot és possible, RAC1, 30 d'agost
- Entrevista a Fabian Mohedano, a Ràdio Sant Feliu, 14 de setembre
- Entrevista a Cristina Sánchez-Miret "Un cap de setmana de tres dies tindria un gran benefici per a nosaltres i per al medi ambient", Catalunya Ràdio, 9 de setembre
- Entrevista a Fabian Mohedano a Ràdio Trinitat Jove, 27 de setembre
- Entrevista a Fabian Mohedano a Ràdio El Prat, 11 d'octubre
- Entrevista a Fabian Mohedano a Catalunya Ràdio, 28 d'octubre
- De Prop, S02E06, novembre
- Entrevista a Xavier Peralta a Nova Ràdio Lloret, 2 de novembre
- Entrevista a Fabian Mohedano, Ràdio Seu, 2 de novembre
- Parlem amb Juliana Fernandes, presidenta d'Slow Shop Lleida sobre la Diada de la Reforma Horària, La Ciutat Lleida, amb Núria Mora, Onda Cero Lleida., 8 de novembre
- Persianes abaixades a les 7 a Lleida per reclamar la reforma horària, Informatius, Catalunya Ràdio, 9 de

novembre

- Tertúlia Ressó de la 'reforma horaria' de comercials de Lleida, amb Ramon Alturo, i Carmel Mòdol, 'Políticament Correcte', Ser Lleida, 11 de novembre
- Entrevista a Fabian Mohedano a Ràdio Molins de Rei, 15 de novembre
- Comença al Maresme el procés participatiu per la reforma horària, Ràdio Palafolls, 22 de novembre
- Entrevista a Fabian Mohedano a "El Mirall", Ràdio Sant Feliu del Llobregat novembre
- Conrad Consum i la reforma horària, La competència, RAC 1, 29 de novembre
- Fabian Mohedano demana confiança sobre la reforma horària, Info RAC 1, 29 de novembre
- El comentari d'Elisenda Roca, La reforma horària, El món a RAC 1, 29 de novembre
- Neus Munté sobre Horaris escolars, RAC 1, 29 de novembre
- Entrevista Fabian Mohedano a "Metròpoli", Ràdio 4, novembre
- Entrevista a Fabian Mohedano, UFP Ràdio, novembre
- Entrevista a Fabian Mohedano a Cadena Cope, novembre
- Entrevista a Fabian Mohedano a Ràdio Sabadell, 29 de novembre
- La reforma horària a BTV Ràdio 91fm, 30 de novembre
- Sebastià d'Arbó i la reforma horària, RAC 1, 30 de novembre
- Entrevista a Fabian Mohedano a "Dúplex" de RTVE, 2 de desembre
- Entrevista a Fabian Mohedano i Jordi Ojeda sobre la Reforma Horària a "La Brúixola", 13 de desembre
- Francesc Bosch, Fòrum Carlemany,

s'és factible la reforma horària a les empreses de les Comarques de Girona?, Cadena SER Girona, 13 de desembre

- Els empresaris de Girona sobre la Reforma Horària, Acabar la jornada a les 6 de la tarda?, Ser Girona, 14 de desembre
- Debat amb Fabian Mohedano, Beatriz Castillo (Fundació Joia), Laia Bonastre (Suara Cooperativa) i Anna Claria i Sara Blanqué (Ajuntament de Prats de Lluçanès) sobre la prova pilot de la reforma horària a Estat de Gràcia, Catalunya Ràdio, 27 de desembre

D.XARXES SOCIALS

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

- 1. Una empresa barcelonina, premiada per tenir un responsable de la felicitat en plantilla, BTV.cat, 5 de setembre (2015)
- 2. Sopeu amb els vostres fills. La Vanguardia, 27 d'agost
- 3. ¿Qué pasaría si la jornada laboral en España acabara por ley a las seis? El Mundo, 4 d'abril
- 4. Aprenguem a viure sense pressa. Diari ARA, 7 de juny
- 5. Escuela hasta las 16h, comercio hasta las 20h, y breve pausa para comer. La Vanguardia, 6 de juny
- 6. Éstas son las empresas españolas que te echan de la oficina a las 18.00. El Mundo, 17 d'abril
- 7. Mujeres formadas que han sido madres: la nueva pobreza femenina. La Vanguardia, 17 de maig
- 8. Fabian Mohedano: 'Dormim una hora menys que la majoria d'europaus', 3 de setembre
- 9. El Parlament posa a l'hora el rellotge. El Punt Avui, 6 de desembre
- 10. El que el canvi en el rellotge pot fer per una empresa. L'econòmic, 20 de gener

LES NOTÍCIES MÉS REFERENCIADES A TWITTER

- Pero, ¿qué horas son estas? Las personas que trabajan 11 horas al día tienen 2,5 veces más posibilidades de deprimirse, El Correo.com, 2 de febrer
- En auge las empresas que miden la felicidad de sus empleados, La Vanguardia, 2 de febrer
- Más tiempo en la oficina no indica más rendimiento, sp.beneficios-incentivos.sodexo.com, 26 de febrer
- Caus i esplais ens acostem a la reforma horària, Fabian Mohedano, Diari de l'Educació, 29 de febrer
- El masclisme s'adapta als nous temps, Diari ARA, 6 de marc
- El preu de conciliar: feina més precària i sou més baix, Diari ARA, 10 de marc
- El Parlamento catalán crea una ponencia para avanzar hacia una ley de reforma horaria que permita la conciliación, La Vanguardia, 10 de marc
- Las mujeres duermen más que los hombres porque usan más el cerebro, La Nación Argentina, 18 marc
- El gráfico que muestra que en España tenemos horarios muy raros, Verne El País, 25 de marc
- Cambio de hora: así nos beneficiaría que nadie modificara su reloj esta noche, La Vanguardia, 26 de marc
- La llei que canviarà la vida de tothom, El Pais.cat, 30 de marc
- Rosell considera “bastante fácil” cambiar la jornada laboral para que acabe a las 6 de la tarde, Expansión, 5 d'abril
- Éstas son las empresas españolas que te echan de la oficina a las 18.00, El Mundo, 18 d'abril
- ¿Por qué inventamos excusas para salir antes del trabajo?, El Mundo, 22 d'abril
- Por qué conciliar hará a tus empleados personas más felices y productivas, equiposytalentos.com, 26 d'abril
- Coses que les feministes ja sabem sobre la reforma horària, El Crític.cat, 4 de maig
- Empleo y maternidad: obstáculos y desafíos a la conciliación de la vida laboral y familiar, <http://blog.funcas.es>, 10 de maig
- Escuela hasta las 16h, comercio hasta las 20h, y breve pausa para comer, Cristina Sen, La Vanguardia, 6 de juny
- “El horario de los colegios españoles es una excepción en Europa, no es racional”, El País, 9 de juny
- Pros y contras de tener siete días de vacaciones escolares cada dos meses, ABC Familia 14 de juny
- El desafío de los RR.HH. frente a la Reforma Horaria, Softmachine, 14 de juny
- I ara, a TV3, Xevi Xirgu, El Punt Avui, 19 de juny
- Las empresas españolas se muestran favorables a implementar el horario laboral europeo, Equiposytalento.com, 22 de juny
- “Ja hauríem d'estar sopant”, EL PUNT AVUI, 29 de juny
- Nou de cada 10 escolars pateixen falta de son, El Periódico de Catalunya, 12 d'octubre
- La reforma horaria va en serio, El Periódico de Catalunya, 28 de novembre
- «La jornada hasta las 18.00 deberá acompañarse de incentivos a las empresas como rebajas de impuestos», ABC.es, 18 de desembre

LA REFORMA HORÀRIA EN 50 TUI TS



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 12 Feb 2016
Estàs comprant ara mateix? Mmmm.... amb una @ReformaHoraria el/la botiguera ja podria estar a casa seva o gaudint dels moments d'oci



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · Mar 7
.@CCCBBDebats "Rosa: "També hi ha l'acceleració del canvi social. El món al teu voltant canvia a tota hora, res sembla com era fa 20 anys"

[View Tweet activity](#)



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · Mar 7
.@CCCBBDebats H.Rosa: "La revolució industrial va ser una revolució del temps. No volia fer les coses diferents, volia fer-les més ràpid"

[View Tweet activity](#)



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 9 febr. 2016
Voteu i compartiu per fer la @ReformaHoraria? Reforma horària per facilitar la conciliació laboral i familiar



Reforma horària per facilitar la conciliació laboral y ...
Es proposa europeitzar els horaris laborals per guanyar en qualitat de vida. Es tracta d'avançar l'hora de dinar i de sopar de tothom tot reduint la pausa del migdia, ... decidim.barcelona

[Retweets](#) 24 [Likes](#) 11 [Replies](#)



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · Mar 13
.@saraberbels: "Trabajamos 300 horas al año más que los alemanes y estamos en la cola de la productividad en Europa" #ElMilagroDeConciliar

[View Tweet activity](#)



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · Mar 13
.@saraberbels: "Los países más innovadores, después de la IIGM, compactaron jornadas, hicieron horarios más flexibles, aquí no"

[View Tweet activity](#)



El Nacional .cat
@elnacionalcat

[Seguint](#)

L'@luform s'ha perdut una mica al @parlament_cat amb els nous horaris de @ForcadellCarme bit.ly/1Pck8oy

ELNACIONAL.CAT

Desconcert total al Parlament

lu Form



RETUITS
7

AGRADA A
6



23:03 - 16 març 2016

[Retweets](#) 2

[Replies](#) 7

[Likes](#) 6



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 11 febr. 2016
El 2016 és un any clau per a la Reforma Horària. Ens ha de portar al #momentzero per a dur-la a terme

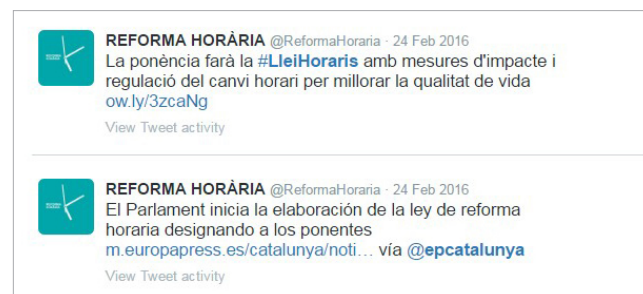


[Retweets](#)

12

[Likes](#) 8

[Replies](#)



DiegoJuradoBruggeman @DiegoJurBru · 22 març 2016
 Llevo 3 semanas seguidas quedándome frito viendo @MdT_TVE. Y as
 todo. La @ReformaHoraria sí que sería un avance civilizado.
 Tradueix del espanyol

Astrid Barqué @astridbarque · 21 març 2016
 Un altre interessant article en pro de la #reformahorària. Per a una m
 qualitat de vida bit.ly/1S1LhAK

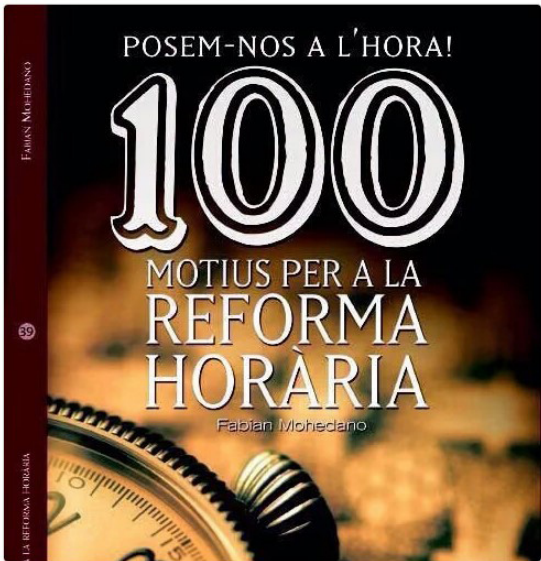
Diari Català i 20 més segueixen

Montse Nieto @lanieto · 21 març 2016
 Hoy hubiera agradecido que con la @ReformaHoraria @MdT_TVE en
 3/4 de hora antes. #EstoyKO ¿Sabeis cuándo habrá legislativo?
 Tradueix del espanyol

En resposta a Acacia

Quim Monzó @QuimMonzo · 21 març 2016
 @InfoAcacia Massa tard. ¿Encara emeteu als horaris del franquisme?
 @ReformaHoraria @fabianmohedano

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 23 març 2016
 4 d'abril (18h) Presentació del llibre '100 motius per a la Reforma Horària',
 Casa del Llibre pg Gràcia. Vindràs?



POSEM-NOS A L'HORA!
100
 MOTIUS PER A LA
 REFORMA
 HORÀRIA
 Fabian Mohedano

Raül Barahona ha retuitat

Josep Ginesta @JosepGinesta · 26 març 2016
 No cal que perdem el temps en el debat sobre el canvi d'hora; el mínim comú
 denominador que compartim el tenim a la @ReformaHoraria
 Tradueix del espanyol

jornada intensiva i 6 més segueixen

Isabel Román Martín @IsabelRomanm · 25 març 2016
 Un buen resumen de las razones y beneficios que reportaría una reforma
 horaria consensuada. @ReformaHoraria

EL PAÍS @el_pais
 Parece una anécdota, pero es un problema: así [de mal] nos organizamos en
 España ow.ly/ZV8oP En @verne
 Tradueix del espanyol

A Nuria Chinchilla i 1 altre els agrada

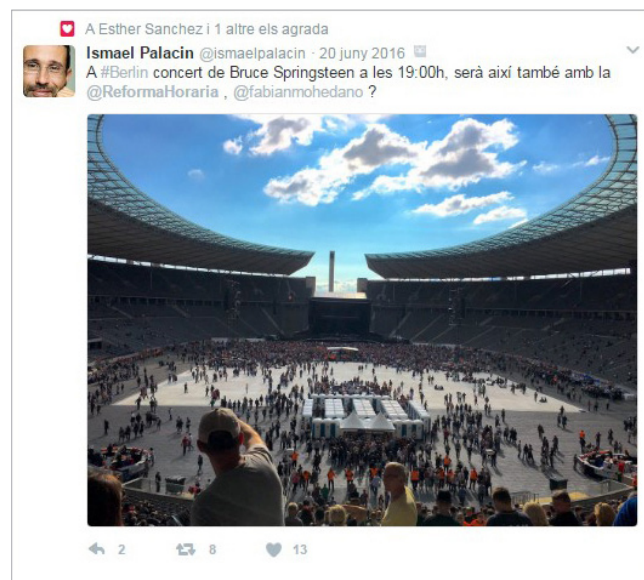
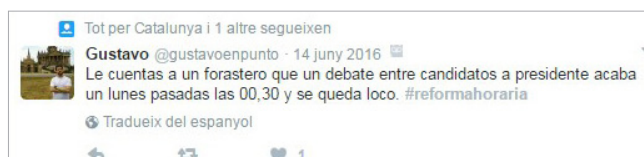
Marc Hortal i Gali @MarcHortal · 27 març 2016
 Canvi d'hora + vacances en alberg = @ReformaHoraria total ! A l'hora de
 berenar tota la família ha sopat #araquefem #ocsdetaula #tertulia

Junts pel Sí i 8 més segueixen

Mary O. Solé @LadyMerypous · 29 març 2016
 Que @8tvcat programi #LosPillaresDeLaTierra a les 23h.... no anem bé!
 #PrimeTime racional ja!!! @ReformaHoraria!!!
 Tradueix del espanyol







REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria

Bon dia! Avui #Argentona és capital de la @ReformaHoraria. Us apunteu a la Festa?

28 DE JUNY

18:15h
Contacontes a la Biblioteca
Especial reforma horària

19:30h
Cercavila-batucada

20:00h
Revetlla de Sant Pere en família. Plaça Nova

Sortida: Biblioteca Municipal
Recorregut: carrer Gran, Paret de les Mentides, carrer Gran, Av. Puig i Cadafalch, Joan XXIII, Les Parres, Plaça Nova

Tast de coques dels establiments del municipi, cava i sucres ecològics
Música de revetlla

ORGANITZA
ARGENTONA ES MÓU
AJUNTAMENT D'ARGENTONA
GRUP IMPULSOR REFORMA HORÀRIA

COL·LABORA
BIBLIOTECA MUNICIPAL

RETUITS 5 AGRADA 7

7:51 - 28 juny 2016

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 1 jul. 2016

La RH a les empreses:
Direcció per objectius
Compactació jornada
Flexibilitat horària
Accés permisos
Teletreball

PER UNA NOVA CULTURA DEL TEMPS

LES EMPRESES COM A PRINCIPAL ACCELERADOR D'UN TRIPLE CANVI:

HÀBITS PERSONALS
Desenvolupament de competències orientades al bon ús del temps (quantitat, planificació...)

CULTURA ORGANITZATIVA
DIRECCIÓ PER OBJECTIUS
COMPACTACIÓ DE LA JORNADA
FLEXIBILITAT HORÀRIA
ACCÉS ALS PERMISOS
TELETREBALL

ORGANITZACIÓ DE LA SOCIETAT
Estructuració horària (Respecte per descansar i la pau, variació dels shifts originals...)

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

INICIATIVA PER A LA REFORMA HORÀRIA

@ReformaHoraria www.facebook.com/reformahoraria

VIA Empresa @VIAEmpresa · 28 juny 2016

La @ReformaHoraria beneficiaria a empreses i treballadors goo.gl/e1rT0Z #LaFrase #ReformaHorària

Tradueix del espanyol

Javier Albares
Metge i membre del Consell Assessor per a la Reforma Horària

VIA empresa

Monica Bertran i 2 més segueixen

Demòcrates i 9 més segueixen

Andreu Vázquez #Sí @andreuvr · 17 ag. 2016

Després d'uns primers minuts complicats, lo Barça comença a dominar lo joc. Los nous molt bé. Això pintafcadd zzzzzzzzzz @ReformaHoraria

Xavi @xaviharillo · 17 ag. 2016

Potser algún dia ens haurem de preguntar xq fan els partits de futbol a certes hores #ReformaHoraria @fabianmohedano

Tradueix del espanyol

Pere Molist @pmolistb · 17 ag. 2016

Com a mostra de la voluntat d'avançar en la reforma horària, la Real Federación Española de Fútbol programa la Supercopa un dimecres a les 23h

Tradueix del espanyol



REFORMA HORÀRIA
@ReformaHoraria

12 sessions presencials per debatre els reptes i oportunitats de la Reforma Horària. Véns?
ow.ly/Vndz304kUmc



RETUITS

20

AGRADA A

21

17:55 - 19 set 2016

2

20

21

11



Dani Sainz de Aja @Sainzdeaja

Sep 20, 2016

Lo de "si ens llevem ben d'hora, ben d'hora" està clar, Pep, que no és per natos.

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria

A les 8.00h del matí d'un dia laboral la població que està realitzant treball remunerat és d'un 27%; en canvi a les 11.00h és d'un 55%.

[Mostrar medios](#)



A montse gatell li agrada



Mary O. Solé @LadyMerypous · 23 ag. 2016

Vacances multitudinàries en família. Passen les 10 i encara no hem sopat. M'agafarà alguna cosa, jo soc 100% pro-@ReformaHoraria!!!!

2

2

8



A Talia Nieto li agrada



Josep Belmonte @JosepBelmonte · 23 ag. 2016

Tan de bo a #Catalunya es comenci a fer @ReformaHoraria com a llocs d'Europa per conciliar vida laboral/familiar

[Tradueix del espanyol](#)



4

11



Verdera @joanaverdera

Oct 28, 2016

Endavant les atxes, senyors. A veure si ens porteu la civilització. Vull dinar a les 12h i sopar a les 18h sense ser una freak. [twitter.com/ReformaHoraria...](https://twitter.com/ReformaHoraria)



2



AedipeCatalunya i 16 més segueixen



Jordi Macarro @Jmcarrow · 1 des. 2016

El temps és el que es gasta fins a la mort. Gastem-lo millor. #reformahoraria



REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria

Més temps és més cultura. I si poguéssim trobar temps dins del temps? #reformahoraria ow.ly/276X306CwXd

[Tradueix del espanyol](#)

3

2



Joan Rueda @Joan_Rueda

Dic 21, 2016

Q companys periodistes, com va la setmana de la conciliació? Comuns, ple de pressupostos, Barça, cimera...

[@ReformaHoraria](#)



2



3



ADOLESCENTS.CAT @adolescents_cat · 29 nov. 2016  

La reforma horària proposa que les classes comencin a les 8 del matí adolescents.cat/noticia/31294/...



   3

Has retuïtat

REFORMA HORÀRIA @ReformaHoraria · 10 nov. 2016

Som l'únic país de tot el món que dina a les 15h, sopa a les 22h i va a dormir una hora més tard. No esmorzem i ho fem a les 11h a la feina

LES 24 HORES DEL DIA

CIRCADIARIS INTERNS QUE CAL RESPECTAR, SINCRONITZAR-LOS FA UN DIA MILLOR

La falta de son crònica i/o les alteracions dels ritmes circadiaris produeixen: alteracions cognitives, risc d'obesitat, diabetis, patologies cardiovasculars i alteracions de l'humor

The infographic is a circular diagram divided into 24 segments, each representing an hour of the day. It includes illustrations of people performing various activities and text describing health risks and biological rhythms.

Hora	Activitat	Risc / Observació
1-3	Esmorzar	Menjar amb risc de cançons enans i patir accidents
3-7	Trànsit	Mínima temperatura corporal. Mínims reflexos
7-9	Escolars	Sensació de cansament. Sensibilitat a la insulina
9-13	Escola	Alta capacitat cognitiva. Efecte de la insulina
13-16	Esport	Desgranament de l'atenció
16-17	Esport	Màxim de temperatura corporal, força muscular, elasticitat i activitat cardiovascular
17-20	Esport	Màxim de temperatura corporal, força muscular, elasticitat i activitat cardiovascular
20-23	Esport	Índex de secreció de melatonina
23-24	Esport	Preparació del son: Adults 8h, Adolescents 9h, Nens 10-11h



EL TUIT MÉS IMPORTANT DE CADA MES

Gener

Top Tweet earned 7,787 impressions

Saps de què s'encarrega el Consell Assessor per a la Reforma Horària (CARH)? No? Doncs fes clic!

presidencia.gencat.cat/ca/ambits_d_ac...

↩ 4 ↗ 35 ❤ 22

[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Febrer

Top Tweet earned 10.2K impressions

Voteu i compartiu per fer la [@ReformaHoraria](#)? Reforma horària per facilitar la conciliació laboral i familiar decidim.barcelona/proposals/refo...

↩ 24 ❤ 11

[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Març

Top Tweet earned 8,268 impressions

[@QuimMonzo](#) [@poloniatv3](#)
[@fabianmohedano](#) I nosaltres, que d'aquí poc comencem a sopar!!

↩ 3 ↗ 4 ❤ 5

[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Abril

Top Tweet earned 4,444 impressions

A [#PratsdeLluçanès](#) els restaurants saben quins són els horaris saludables als àpats. Del 25/04 a l'01/05 comprova-ho pic.twitter.com/h64v91Gwbt



↩ 20 ❤ 16

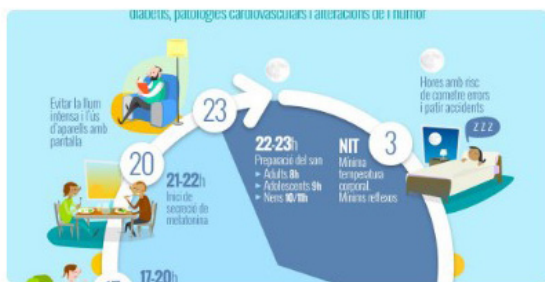
[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Maig

Top Tweet earned 10.9K impressions

Quins són els horaris més saludables als àpats? Esmorzar: de 7h a 9h; dinar: de 12:30h a 14h i sopar: de 19h a 21h
pic.twitter.com/iVZ6LNHJ2t



7 125 76

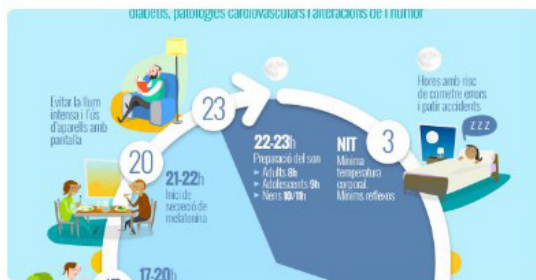
[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Juny

Top Tweet earned 7,717 impressions

Reforma Horària: esmorzar a casa, dinar entre les 12:30-13:30, espai per dinar a la feina, menjar per emportar a prop
pic.twitter.com/cjc19ziY1o



2 134 78

[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Juliol

Top Tweet earned 4,495 impressions

Esteu de vacances a [#Europa](#) o la resta del món? Ens passeu fotos d'horaris més humans? Aquí, un de [#Narbone](#) ;-))
pic.twitter.com/ls48KXXzdi



20 30

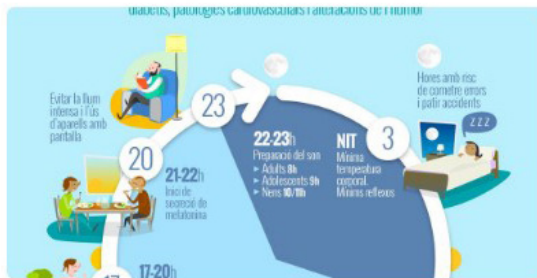
[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Agost

Top Tweet earned 9,496 impressions

Quins són els horaris més saludables als àpats? Esmorzar: de 7h a 9h; dinar: de 12:30h a 14h i sopar: de 19h a 21h
pic.twitter.com/iVZ6LNHJ2t



2 111 69

[View Tweet activity](#)

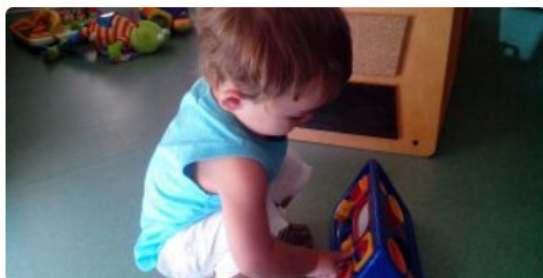
[View all Tweet activity](#)

Setembre

Top Tweet earned 14K impressions

La manca de temps dels infants per relacionar-se amb els pares és decisiu en la construcció de la seva personalitat i el rendiment escolar

pic.twitter.com/1w6QciKHAs



2 42 46

[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Octubre

Top Tweet earned 5,839 impressions

Les dones catalanes són les més estressades d'Europa i les cinquenes del món [@donesdirectives](#) [@icdones](#) [@BCN_Dones](#) [@DonesCompromise](#)
pic.twitter.com/wMfYXRvTZY



78 35

[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Novembre

Top Tweet earned 8,251 impressions

La reforma horària proposa:

1. Compactar la jornada laboral per sortir abans de la feina;
2. Introduir horaris laborals més flexibles;

pic.twitter.com/utCxxVYjKX



2 76 55

[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

Desembre

Top Tweet earned 5,185 impressions

Els infants de 3 a 5 anys necessiten entre 10 i 13 hores de son; de 6 a 12 anys, de 9 a 12 hores i els adolescents, entre 8 i 10 hores pic.twitter.com/oJhOzADSLW



55 42

[View Tweet activity](#)

[View all Tweet activity](#)

MENCIONS MÉS IMPORTANTS PER MESOS

Gener

Top mention earned 1,511 engagements



Fabian Mohedano

@fabianmohedano · 2 Jan 2016

L'editorial del [@diariARA](#)
[@ReformaHoraria](#)
pic.twitter.com/NIYT9tYHzf



39 20

Març

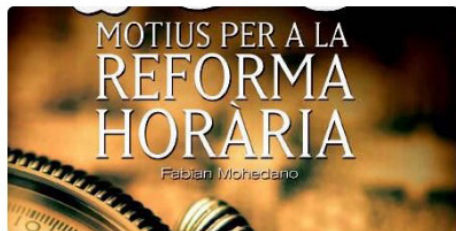
Top mention earned 337 engagements



Fabian Mohedano

@fabianmohedano · Mar 9

Ja tenim la portada del llibre "100 motius per a la [@ReformaHoraria](#)" El presentem el dia 4 a les 18h. Reserva't-ho!
pic.twitter.com/nNvV15DtEz



40 23

[View Tweet](#)

Febrer

Top mention earned 559 engagements



Quim Monzó

@QuimMonzo · 18 Feb 2016

A casa ja hem acabat de sopar. ¿A quina hora comença [@poloniav3](#)?
[@ReformaHoraria](#)

11 30 58

Abril

Top mention earned 994 engagements



Bernat Picornell

@bernatpicornell · Apr 26

Avui he defensat la [@ReformaHoraria](#) al [@Senadoesp](#)! Aquí en teniu un petit fragment. [@fabianmohedano](#)
pic.twitter.com/54Vcq1gm0T



5 101 69

Maig

Top mention earned 317 engagements



VilaWeb

@VilaWeb · May 11

Quins són els horaris més saludables dels àpats i de la son?

vilaweb.cat/noticies/quins... via

[@ReformaHoraria](#)

1 29 13

Juliol

Top mention earned 363 engagements



Meritxell Ruiz

@RuizIsem · Jul 9

Gran suport al [#congrésFundacional](#) sobre organització horària x conciliació i participació ciutadana [@ReformaHoraria](#)
pic.twitter.com/tUbr1w63zT



46 51

Juny

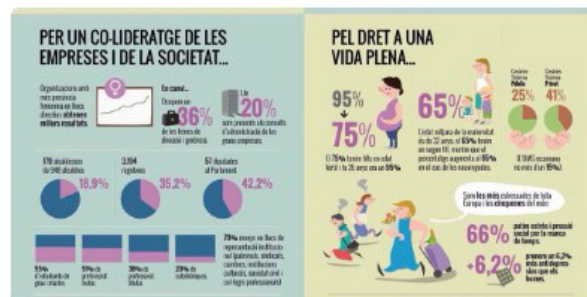
Top mention earned 982 engagements



Neus Munté

@neusmunte · Jun 10

Per què volem la [@ReformaHoraria](#) ?
[#setmanadelshoraris](#)
pic.twitter.com/UKIXhU4RD



2 129 80

Agost

Top mention earned 1,681 engagements



Fabian Mohedano

@fabianmohedano · Aug 20

Timetable reform in Catalonia
[@ReformaHoraria](#)
pic.twitter.com/qkqQSu8oXV



The purpose is to change the distribution of working hours

1 74 54

Setembre

Top mention earned 288 engagements



Govern obert

@governobertcat · Sep 1

Ja està oberta la inscripció a sessions presencials [#procésparticipatiuRH](#) bit.ly/2beWMPe [@ReformaHoraria](#) pic.twitter.com/VL0PEmAt1u



1 25 13

Octubre

Top mention earned 232 engagements



Coral Regí Rodríguez

@coralregi · Oct 4

Proposta [@ReformaHoraria](#) [@lavanguardia](#) [@cfdeh](#) i debat [@consescat](#) [#CECaraesdema](#) pic.twitter.com/pPIdCXWipW



4 17 12

Novembre

Top mention earned 341 engagements



Neus Munté

@neusmunte · Nov 28

Presentem la campanya sobre la [@ReformaHoraria](#) [#reformahorària](#) per trobar i gaudir del temps amb més qualitat pic.twitter.com/Fmx1DMAxZW



2 61 75

Desembre

Top mention earned 290 engagements



Isaac Peraire Soler

@isaacperaire · Dec 2

[#PratsdeLluçanès](#), la zona zero de la [#ReformaHorària](#) elperiodico.com/es/noticias/so... [@ReformaHoraria](#) [@elperiodico](#) [#gas](#)

3 24 24

E. REFLEXIONS CIUTADANES

SOBRE UN NOU HORARI A LES EMPRESES

LA LIA

Jo estic en desacord que quedi en mans dels convenis col·lectius! Això és un tema d'interès general i cal que es tracti com a tal. Deixar-ho en mans de negociacions em sembla absurd i poc resolutiu... Són els qui legislen a qui els toca fer un pas... Creuen o no creuen en el canvi d'horari laboral? Veig més eficaces les jornades intensives amb aturades de 20 minuts per fer un breu descans cap a les 12h i finalitzar la jornada com a màxim a les 17h.

FRANCESC MARTI OLMEDO

(la Reforma Horària) és vital i necessària a sectors com la construcció, on es treballa de vuit a sis, a les hores de més sol i al carrer; i on per motiu d'horaris turístics no es permet treballar en horari intensiu, en detriment de la salut dels treballadors i l'economia de petits empresaris, que ens veiem obligats a aturar-nos per la restricció governativa sota risc de veure la nostra activitat aturada i la corresponent sanció.

MARIA ARAUJO CHICO

Jornada partida de 8h + 1h per dinar + 2h de transport, total 11 hores al dia... No deixen marge per molt, i encara tinc sort. S'haurien de reduir horaris laborals.

SOBRE ELS HORARIS A L'ESCOLA

JORDINA OLIVÉ

D'acord amb l'horari que proposeu! Però llavors hem de pensar com ho fem: si fem una pausa per dinar vol dir que tots els nens dinen a l'escola (com arreu d'Europa), però llavors hem de pensar en les famílies que no poden/volen pagar el menjador. On es deixen les carmanyoles? Haurà de ser menjar que no s'hagi d'escalfar (estem acostumats a fer dinar de cullera). També hem de pensar en qui està amb els nens mentre mengen; si són els monitors, els pares que no volen fer ús del menjador hauran de pagar el preu dels monitors o el Departament se'n farà càrrec?

FEOLA VAN HEUVELEN

M'agrada la idea, però veig complicat el tema del dinar (obligatori a l'escola). Voldria saber si aquest horari s'aplica a alguna escola i com solucionen el dinar (menjador/carmanyola? amb mestres/monitors/pares? a quin preu?). Per norma no pagarà l'Ajuntament...

MARTA RODRIGUEZ PLA

L'horari que proposa INICIATIVA PER LA REFORMA HORÀRIA és el que s'aplica al Regne Unit i a d'altres països del nord d'Europa. Un horari molt més respectuós amb els bioritmes i la qualitat de vida de les persones. Hem de pensar en el benestar dels nens i nenes!!!

MARIA ROCA NOGUERA

A Anglaterra, on jo visc, els meus fills tenen una setmana de vacances per trimestre escolar, tres setmanes al Nadal, dues a Setmana Santa i cinc a l'estiu (la suma de dies lectius a UK i Espanya són pràcticament els mateixos). Comencen escola a les 8.30/9 i acaben 3.30/4 amb períodes més curts de pati i de menjador. Jo que he patit com a mare treballadora tant el sistema educatiu català com l'anglès, trobo molt més positiu pels infants seguir l'anglès. Van més descansats al llarg de l'any, i tenen molt més temps per gaudir.

FEOLA VAN HEUVELEN

Molt d'acord, els pares/mares s'han de poder organitzar sols amb els seus fills, sense necessitat de recórrer als avis o a cangurs. Però segons la feina dels pares, alguns nens sí que haurien de poder sortir del col·le abans. Per als altres alumnes de la primària, si surten a les 17h, idealment seria amb els deures i/o extraescolars fets.

MONTSE RODRÍGUEZ SUÑER

Si redueixen gaire més l'horari escolar, millor que es quedin a casa professors i nens perquè aquí el problema és que els pares pleguen més tard i no tenen qui els vagi a buscar.

FEOLA VAN HEUVELEN

Cal canviar/flexibilitzar horaris laborals alhora. Però voldria veure concretat com s'organitzaria el dinar a la secundària; penso que és un dels reptes més complicats.

JACQUELINE BORREL

El que no veig clar és que les escoles hagin de començar a les 8 per acabar a les 16h. Estic molt a favor del Canvi i tant de bo totes les famílies catalanes que tenim fills a primària ens hàgim acostumat a sopar d'hora per posar els petits a dormir a les 20h perquè puguin dormir les 11 hores recomanades... Però, sincerament, ho veig força improbable. Crec que faran falta més de 2 anys perquè les famílies catalanes s'acostumin a sopar a les 19h perquè els nens (6 a 11 anys) siguin al llit a les 20h. Més aviat crec que tindrem nens mig adormits arrossegant-se per les escoles. No serà només fruit de la cultura de sopar tard, és que dubto totalment que ja al 2018 les feines dels pares acabin abans de les 18h. Faig aquest plantejament com a mare d'un nen que va a una escola concertada amb 3 línies, que para 2h 15' al migdia per servir els dinars a totes els nens en 2 torns. Actualment fan de 9:00 a 17:15h.

Insisteixo que estic totalment a favor del canvi, però no em convenç gens l'horari de 8 a 16h de les escoles. Potser més endavant, quan el 100% de les empreses hagin assumit el Canvi. Però el 2018 és massa aviat.

FEOLA VAN HEUVELEN

Sí, començar a les 8h és massa d'hora pels nens tenint en compte que no els posaran a dormir a les 20h (ni a les 21h, la majoria...). Però que l'horari lectiu acabi a les 16h no és dolent, mentre hi hagi alternativa pels nens que no poden ser recollits. Molts pares/mares treballen de 6 a 14h, o no treballen, i poden recollir el seu fill/a a les 16h. Hi ha d'haver opcions per les diferents situacions familiars. Per mi també el canvi ha de començar a les empreses, i si mires aquesta pàgina veuràs que també hi estan treballant (acords amb sindicats). Costarà més aquesta part!

CRISTINA BOBRU

És més fàcil muntar-s'ho per sortir a les 17h que a les 16h. És evident! És una hora de diferència. No és el mateix demanar una hora de cangur que dues. En fi, així i tot! Si als caps ja els costa acceptar que sortim a les 17h, imagina't demanar una hora abans, o demanar una hora més de reducció, que també és una hora menys de sou. Si tenir família ja està mal vist, és un gran problema que les escoles tanquin una hora abans!

DÁNAE MEROÑO

Se suposa que de 16 a 19h els infants podran fer extraescolars... i la idea és que es facin a la mateixa escola (com a mínim així ho fan a les escoles que ja apliquen aquests horaris).

JACQUELINE BORRELL

Estic totalment d'acord amb la iniciativa. PERÒ primer cal convèncer les empreses perquè puguin abans. Encara hi ha oficines que paren 2 hores per dinar fent que els pares surtin de la feina a les 6 o les 7, si tenen sort (i les empreses no els exigeixen "disponibilitat horària"). Primer cal reglar els horaris de les empreses. Després, els de les escoles, instituts, etc. Hi haurà temps abans del curs 18-19 per aconseguir aquest canvi a les empreses?

JACQUELINE BORRELL

Tant de bo els nous convenis comencin ja a incloure la obligatorietat de plegar més aviat i els calendaris del 2017 (o 2018 com a molt tard) ja comptin amb uns horaris més compactats. Potser ho començarem a veure aviat! Quins nervis, oi? Estem vivint un moment molt interessant i crec que de tal importància que no ens n'adonarem fins d'aquí uns anys, quan els futurs pares explicaran als seus fills que antigament les botigues havien d'obrir fins les 9 i les 10 de la nit perquè hi hagués temps per anar a comprar després de plegar de la feina. I els petits se'ls miraran amb els ulls grossos i cara d'incredulitat i respondran amb un "sí, home!"

NÚRIA SERRAT

Reforma horària sí! Es molt necessària. Però primer reformem el món laboral, comercial, televisiu... I després, quan tots siguem més feliços, canviem l'escola.

CAN PUJOL

Tot és massa maco per ser veritat. I no ho dic per ser autònom, que per sobreviure a totes les adversitats imposades per les grans ofertes i la competència ferotge de la nostra societat. No entenem d'horaris conciliadors ni de la gran vida social que es promou!!!

MARIONA MAS BASSAS

Amb aquest canvi (de 9h a 5h passem a de 8h a 4h) els nens no guanyen res! Passen massa hores a l'escola. Necessiten més hores de vida social/família/canvi d'aires. L'educació no s'acaba a l'escola. Haurem de sopar a les 7 per poder anar a dormir a les 8?

SOBRE LA CONCILIACIÓ I ELS PERMISOS DE MATERNITAT/PATERNITAT

ASTRID BARQUÉ

Jo he tingut el meu tercer fill fa 3 mesos i he creat un espai a l'estudi per ell; amb el seu llit, canviador, manta al terra i joguinetes. Les reunions, si està despert, les faig amb el nen a coll. De moment no he trobat ningú que se senti ofès per atendre'l amb el nadó. Treballo més lenta, però contenta de poder estar amb el meu fill. La baixa d'autònoms és tan miserable que no permet viure, i menys amb 3 fills! Em dedico al camp de l'activitat física i l'alimentació. Ja m'han fet alguna entrevista en algun mitjà perquè els crida l'atenció com gestio-no la conciliació.

MÒNICA TEIXIDÓ

Doncs com qualsevol treballador. Quan el fill/filla està malalta, per alguns autònoms és tancar i pels treballadors és demanar permisos, al cap i a la fi o fora vacances o, si es repeteix massa sovint, prescindir del treballador... És molt complicat... I cada situació és molt delicada amb els temps que corren. Avui en dia no es pot demanar gaire cosa. Jo sóc treballadora i algun dia me l'he hagut de portar a la feina. Quan m'ha tocat anar-hi algun dissabte que no hi havia cap més treballador, si he de fer aquella feina i no tinc amb qui deixar-la, és o endur-te-la o que aquella feina concreta, ja sigui urgent o no, es quedi sense fer...

JIMENA PEÑA

Yo también lo hago. Ahora que los niños están en el cole es más fácil... Pero recuerdo que cuando eran pequeños estaba trabajando en el ordenador con un bebé en el pecho y la niña jugando por la casa. Así fue hasta que comenzaron P3. Fueron tiempos difíciles, pero muy bonitos. He ido a reuniones con ellos, esperaban sentados en algún sofá con libritos de cuentos o un biberón. Normalmente alguien en la oficina ayudaba echando un ojo, y yo con uno y otro en la reunión. Lo volvería a hacer sin duda ¡¡No me he perdido ni un instante de su desarrollo!! Y han crecido sabiendo acompañarme cuando trabajo... La gente suele asombrarse de lo bien que se comportan cuando estoy reunida por trabajo y yo creo que es porque lo han vivido así desde peques. Insisto, es difícil, pero es lo más bonito de disfrutar!

SOBRE EL PRIME TIME DE LES TELEVISIONS

SÒNIA CODERCH

La reforma horària només afecta les mares? Els pares segueixen sent la gran figura absent pel que fa a la cura dels infants, pel que veig. Si plantegem la reforma pensant en “mares més felices”, serà una iniciativa condemnada a perpetuar les desigualtats que actualment ja existeixen :(

DANI BUENO

Sóc un PARE feliç i productiu a canvi de reduir jornada. Totalment d'acord, Sònia Coderch.

ISABEL MERINO

Jo ho gravo i el dia següent ho miro a una hora normal i sense menjar-me anuncis, però aquesta no es la solució. Els horaris de la TV són ridículs.

MARIA MONTSERRAT MORERA PERRAMON

Som tan rucs que anem a dormir tard perquè el govern vol tenir la gent adormida. Jo vaig al llit a les onze i em llevo a les set, facin el que facin.

ROSA EROLES PINOS

Nosaltres tenim endollada la torre de l'ordinador a la TV i així mirem les coses l'endemà per Internet

GUILLEM GARCIA

Cal avançar el 'prime time' de TV3, no pot ser que Crackòvia comenci a les 21:55h i faci que 'Merlí' es faci a les 22:40h i acabi prop les 12 de la nit. Si el TN Vespre comencés a les 21:30h, 'Merlí' començaria 30-35 minuts abans i en comptes de fer-ho de 22:40h a 00h seria de 22:05h a 23:30h.

SUSANA NOLLA MARTÍNEZ

A casa ni LA BELLA I LA BESTIA ni LA SIRENITA ni MASTERCHEF, amb aquests horaris res. TOTS hauríem de fer el mateix i, quan les audiències caiguessin, potser farien alguna cosa.

MÒNICA GF

(...) Una televisió pública com TV3 hauria de donar el primer pas. El que no entenc és que encara no ho hagi fet...

SOBRE ELS HORARIS AL COMERÇ

MONTSE RODRÍGUEZ SUÑER

(...) Nosaltres sempre hem plegat a les 7h, ara ens han pujat l'horari una hora amunt i es plega normalment a les 6h. Creus que vindrà gent a la botiga? Quan jo plego, tu tanques. No ho veig clar. Hi ha un problema i gros. Al final s'haurà de fer festa per anar a buscar el pa, per la perruqueria, etc.

SUSANA MARTÍNEZ

Abans el comerç no obria diumenges i festius per Nadal i els Reis arribaven de la mateixa manera, oi? Abans els forns no obrien els diumenges, fins i tot crec que tampoc el dia de Nadal... Cal fer un exercici d'organització del nostre temps i d'empatia amb la resta de persones del sector del comerç. Seria bo conèixer què han de fer aquestes persones per conciliar la seva vida personal i familiar, quantes dones, molt motivades pel seu ofici, han deixat de treballar per tenir un horari de 16 a 22h de dilluns a dissabte després de tenir un fill...

LLUISA ROCA TENA

A les 20.00h ha de tancar un supermercat? Que no hi ha prou hores i dies per comprar si tanquen a les 19.00h? Moltes mares treballen en aquest sector i és indecent que pleguin a les 21.15h (de cara al públic). I encara hi ha gent que va a comprar a les 21.10h. Au va home!

SUSANA MARTÍNEZ

Per què el comerç queda com a última etapa? He llegit que Gaes és una de les empreses que col·labora en aquest tema i ha decidit tancar les botigues cap al voltant de les set.

MONTSE RODRÍGUEZ SUÑER

Si jo ho entenc... Però el sector terciari dóna servei a la gent. Si voleu tancar Saviat, quin servei donareu? Que on treballa jo es dóna servei a les empreses, i hi ha gent de guàrdia sempre, per això ha costat que ens canviessin l'horari, però s'ha fet.

PEDRO CARMONA AGUILAR

Sólo falta voluntad de la Generalitat. Ella es quien regula los horarios de los centros comerciales y de los mercados de comida. Dejar al empresario esa decisión es no conocer nada al empresario español. Ustedes ponen como ejemplo la ley del tabaco, pero esa ley fue por imposición. Y la suya es por voluntad del empresario.

GRACIELA DE FRANCESCO

Es utópico pensar que los comercios cerremos a las 19h, cuando en vísperas del 24 y 31 de diciembre casi cenamos en la tienda...

ROSA CORRAL

Jo tinc un negoci de cara al públic des de fa un any i des del primer dia obrim de 9.30h a 13.30h i de 16.30h a 19.30h. No obrim els dissabtes. Som una agència de viatges i organització d'esdeveniments. En temporada alta estem un parell de mesos a l'estiu que obrim més tard (per tema calor es fa més portable) i obrim dissabtes al matí. Però som dues sòcies i ens repartim els dissabtes i les tardes. Intentem repartir-nos equilibradament per viure millor, a part de treballar. Tenim quatre agències a la zona i totes elles tanquen més tard però nosaltres tenim clar que volem conciliar més la nostra vida i fem la nostra. I la gent s'acostuma i si ha de venir bé i s'adapta. Estem a Martorell.

CHUS CUESTA

La Iniciativa per a la Reforma Horària està treballant per millorar els horaris a totes les feines. Es tractaria, per exemple, de començar abans, o de no fer tantes hores de “descans” al migdia: en definitiva, intentar una jornada intensiva a totes les feines on es pugui fer. Així, si tothom sortís abans de treballar també podrien anar abans a comprar i les botigues podrien tancar abans.

JOSEP SOLER LLEBARIA

No tothom farà jornada intensiva de matins. N’hi ha que treballem a les tardes, o estudiem... Estic completament a favor del canvi horari, però també trobo molt tristes les ciutats del nord d’Europa que semblen desertes a partir de les 6 de la tarda.

CLARA RUIZ DELGADO

Ho veig difícil, ja que moltes mares que treballem en supermercats tanquem les botigues a les 21.15h i quan arribem a casa els nens encara han de sopar, dutxar-se, etc... Si no es posen tots d’acord que els pares també pleguem a la mateixa hora, no fem res de res i a sobre treballem dies de festa i diumenges. És una bogeria tot plegat!!

ALBERT ARCH

Jo visc a Dinamarca i treballo de 8 a 16h. Et permet tenir la tarda lliure i fer el que vulguis. A més hi ha una tendència al país a triar no treballar els divendres en comptes del fet que t’augmentin el sou. El govern també vol potenciar que la gent pugui treballar des de casa per disminuir el tràfic.

LUCIANO SCORZA

Yo soy italiano y vivo en Catalunya y una de las cosas que extraño más son los horarios de mi país. Ojalá consiguiéramos implantarlos aquí también!

**SOBRE HORARIS
A D'ALTRES PAÏSOS**

F.INFOGRAFIES, IMATGES I MAPES

1. Proves pilot: Inventari Reforma Horària
2. Mapa de municipis adherits
3. Evolució de la Reforma Horària: Tercera Fase.
4. Portada “Acord d’impuls laboral de la Reforma Horària, 10 objectius per a la negociació col·lectiva”
5. El procés de concertació per a la reforma horària: les taules quadrangulars
6. Portada Inventari reforma horària. L'eina d'autoavaluació per a organitzacions.
7. Cartell Jornada Reforma Horària a Lleida “Temps per a tot, temps per a tothom”
8. Cartell campanya Gencat “Trobarem temps dins del temps”
9. Imatges de la campanya “Trobarem temps dins del temps”
10. Portada “Diari de l’Iris. A 12 piulades de la Reforma Horària”
11. Jornada Reforma Horària Prats de Lluçanès: Horaris saludables.
12. Jornada Reforma Horària Prats de Lluçanès: Les 24 hores del dia
13. Empreses proves pilot Reforma Horària
14. Per què volem la Reforma Horària? Motius de gènere per a la humanització dels horaris
15. Logo Xarxa Gironina per la Reforma Horària
16. El procés participatiu per a la Reforma Horària
17. Conte “Diari de l’Iris. A 12 piulades de la Reforma Horària”
18. Cartell Setmana dels Horaris 2016

LES PERSONES

A. CONSELL ASSESSOR PER A LA REFORMA HORÀRIA

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

Javier Albares, metge especialista en medicina del son

Assumpta Baig, mestra [Associació Salut i Família]

Sara Berbel, psicòloga social [Ajuntament de Barcelona]

Salvador Cardús, sociòleg [Universitat Autònoma de Barcelona]

Lluís Casado, consultor [Grupo Mediterráneo Consultores]

Trinitat Cambras, professora [Universitat de Barcelona]

Núria Chinchilla, professora [IESE Business School]

Anna Ginés, professora [ESADE - Universitat Ramon Llull]

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

Elvira Méndez, directora general [Associació Salut i Família]

Fabian Mohedano, treballòleg i diputat [Parlament de Catalunya]

Jordi Ojeda, professor [Universitat de Barcelona]

Mercè Otero Vidal, professora [Ca la Dona]

Cristina Sánchez-Miret, sociòloga [Universitat de Girona]

Elena Sintes, sociòloga [Institut Infància i Adolescència / Fundació Bofill]

B.COL-LABORACIONS

Maria Bermejo, estratègia financera

Núria Galán, administració i secretaria

Cristina González, xarxes socials

Sònia Muñoz, imatge, disseny web i butlletí

Xavier Peralta, consultoria en projectes

Idoia Vallverdú, disseny gràfic Col·lecció Reforma Horària

Enric Vaquer, correcció de textos

C. LES PERSONES AMB QUI HEM DIALOGAT

- **Agustí Colomines**, director de l'Escola d'Administració Pública de Catalunya (EAPC) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Agustí Paris**, director de Serveis del Departament de Territori i Sostenibilitat del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Alba Garcia**, secretària de Dona i Cohesió Social de CCOO de Catalunya
- **Albert Botran**, diputat de la CUP-CC al Parlament de Catalunya
- **Albert Carreras**, secretari general

d'Economia i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya

- **Albert Testart**, representant del Banc del Temps de Figueres, historiador
- **Aleix Villatoro**, secretari general d'Afers i Relacions Institucionals i Exteriors i Transparència del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Alexis Serra**, cap del gabinet de la consellera de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Andreu Paneque**, membre de

Nettalking

- **Antoni Comín**, conseller de Salut del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Antonio Espinosa**, diputats de C's al Parlament de Catalunya
- **Arcadi Navarro**, secretari d'Universitats i Recerca del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Bàrbara Lligadas**, portaveu del grup municipal d'ERC-AM de Viladecans
- **Bernat Valls**, director general d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Treball, Afers

Socials i Famílies del Govern de la Generalitat de Catalunya

- **Carles Prats**, diputat de Junts pel Sí al Parlament de Catalunya
- **Carme Ortoll**, directora general d'Educació Infantil i Primària del Departament d'Ensenyament del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Carmen Bertran**, degana de la Facultat d'Infermeria a la Universitat de Girona
- **Chantal Framis**, membre de Demòcrates de Catalunya
- **Clara Boada**, directora de Cultura, Igualtat i Diversitat de La Caixa
- **Claudia Lucía**, assistent d'Investigació IESE i membre de la Plataforma Jornada Contínua de Catalunya
- **Daniel Arasa**, president de l'Associació Plataforma per la Família Catalunya-ONU
- **David Mascort**, secretaria general d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Diego Puig**, vicepresident de l'AMPA de l'Escola Enric Tatche de Ripollet
- **Elsa Artadi**, directora general de Coordinació Interdepartamental del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Emilio Palacios**, coordinador del Fòrum Educació Fundació Utopia
- **Enric Colet**, secretari general del Departament de Justícia del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Enric Olivé**, alcalde i regidor de Comunicació i Relacions Institucionals, regidor de Seguretat Ciutadana i regidor d'Hisenda de

Cardedeu

- **Enric Vinaixa**, director general de Relacions Laborals i Qualitat en el Treball del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Eugeni Cabana**, direcció de comunicació d'ENDESA Catalunya
- **Eva Martínez**, diputada del PSC al Parlament de Catalunya
- **Fernando Pindado**, comissionat de Participació de l'Ajuntament de Barcelona
- **Ferran Bel**, alcalde de Tortosa
- **Ferran Rodés**, president del Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible de Catalunya (CADS) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Francesc Bellmunt**, president de la Junta Directiva del Cercle de Cultura
- **Francisco López**, consultor
- **Frederic Udina**, director general de l'Institut d'Estadística de Catalunya (Idescat) del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Gemma Beltran**, directora de Gestió i Selecció de Recursos Humans de La Caixa
- **Gemma Lienas**, diputada de Catalunya Sí que es pot al Parlament de Catalunya
- **Glòria Plana**, tinenta d'alcaldia de l'Àrea de Promoció Econòmica, Desenvolupament Local i Turisme de Girona
- **Ignasi Buqueras**, president d'Honor de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios y de ARHOE (Asociación para la Racionalización de los Horarios en España), i José Luis Casero, president d'ARHOE

- **Ignasi Genovès**, director general d'Atenció Ciutadana i Difusió del Departament de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Imma Anglès**, direcció de comunicació d'ENDESA Catalunya
- **Isaac Peraire**, alcalde de Prats de Lluçanès
- **Itziar Ruedas**, advocada del Departament Jurídic de PIMEC
- **Jaume Collboni**, segon tinent d'alcalde de Barcelona
- **Jaume Peral**, director de TV3
- **Javier Pacheco**, secretari general de la Federació d'Indústria de CCOO de Catalunya
- **Jean Castel**, president de la Comissió d'Afers Institucionals (CAI) del Parlament de Catalunya
- **Joan Aregio**, secretaria d'Empresa i Competitivitat del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Joan García**, diputat de C's al Parlament de Catalunya
- **Joan Guix**, secretaria de Salut Pública del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Joan Masferrer**, 2n tinent d'alcalde, regidor d'Urbanisme i Espai Públic i regidor d'Obres i Serveis d'Urbanisme de Cardedeu
- **Joan Rafel**, responsable de la direcció de Recursos Humanos del grup Abertis
- **Joan Segarra**, president de la Confederació - Patronal del Tercer Sector Social de Catalunya
- **Joan-Francesc Pont**, vicepresident tercer de la Cambra de Comerç de Barcelona
- **Joanjo Puigcorbó**, regidor de

Barcelona i vicepresident de la Diputació de Barcelona

- **Joaquim Nin**, secretari general del Departament de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Jordi Baiget**, conseller d'Empresa i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Jordi Ballart**, alcalde de Terrassa
- **Jordi Foz**, secretari de Transparència i Govern Obert del Departament d'Afers i Relacions Institucionals i Exteriors i Transparència del Govern de la Generalitat de Catalunya,
- **Jordi Goro**, gerent de l'Associació Catalana de Direcció de Recursos Humans (Aedipe Catalunya)
- **Jordi Jané**, conseller d'Interior del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Jordi Miró**, direcció general d'Atenció a la Família i Comunitat Educativa del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Jordi Plana**, gerent de Serveis d'Educació de la Diputació de Barcelona
- **José Cachinero**, secretari d'Acció Sindical i Política Sectorial de CCOO de Catalunya
- **Josep Carné**, president de FATEC
- **Josep Ginesta**, secretari general del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Josep Maria Canyelles**, coordinador de Respon.cat, iniciativa empresarial per al desenvolupament de l'RSE a Catalunya
- **Josep Maria Jové**, secretari general del Departament de la

Vicepresidència i d'Economia i Hisenda del Govern de la Generalitat de Catalunya

- **Josep Solà**, secretaria general del Departament de Territori i Sostenibilitat del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Josep Vicenç Mestre**, membre de Nettekling
- **Judit Carrera**, cap del Centre de Documentació i Debats del CCCB
- **Laia Grabulosa**, directora tècnica de la Confederació - Patronal del Tercer Sector Social de Catalunya
- **Laura Domingo**, doctora en Pedagogia i professora a la Universitat Central de Catalunya - Uvic
- **Laura Suñé**, subdirectora general de Qualitat Democràtica del Departament d'Afers i Relacions Institucionals i Exteriors i Transparència del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Laura Vilchez**, diputada de C's al Parlament de Catalunya
- **Manuel Galindo**, director del Programa d'Usos del Temps i Memòria Històrica de Terrassa
- **Mar Forcada**, representant i responsable de l'àrea d'educació de Plataforma per la llengua i Membre de la coordinadora de SOMESCOLA
- **Marc Noelle**, soci i fundador de Softmachine
- **Marc Rocas**, portaveu d'Estudis i Programes de CDC
- **Maria Calvo**, membre de la Junta de Govern del Col·legi de Farmacèutics de Catalunya
- **Maria Dolors Rusinés**, coordinadora de les Politiques Públiques per a l'Estat del Benestar del Govern de la

Generalitat de Catalunya

- **Maria Jesus Larios**, adjunta al Síndic de Greuges per a la defensa dels infants i adolescents
- **Mario Cugat**, membre del Consell Assessor de Gent Gran de Barcelona
- **Mercè Conesa**, presidenta de la Diputació de Barcelona
- **Meri Planas**, portaveu de Les Corts a Demòcrates de Catalunya
- **Meritxell Lluís**, regidora de Ciutadania i Qualitat Democràtica, Transparència, Capacitats Diverses i Accessibilitat, Drets Humans i Usos del Temps de Terrassa
- **Meritxell Ruiz**, consellera d'Ensenyament del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Miquel Ortega**, cap de gabinet de la primera tinència d'alcaldia Barcelona
- **Mireia Mata**, directora general d'Igualtat del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Míriam Filella**, direcció de comunicació d'ENDESA Catalunya
- **Mònica Morros**, membre de Nettekling
- **Montserrat Llobet**, directora general d'Educació Secundària Obligatoria i Batxillerat del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Muntsa Vilalta**, directora general de Comerç del Departament d'Empresa i Coneixement del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Muriel Prieto**, estudiant de doctorat
- **Neus Munté**, consellera de la Presidència del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Núria Betriu**, directora general d'Indústria de la Secretaria d'Empresa i Competitivitat del Departament

d'Empresa i Coneixement i consellera delegada d'ACCIÓ del Govern de la Generalitat de Catalunya

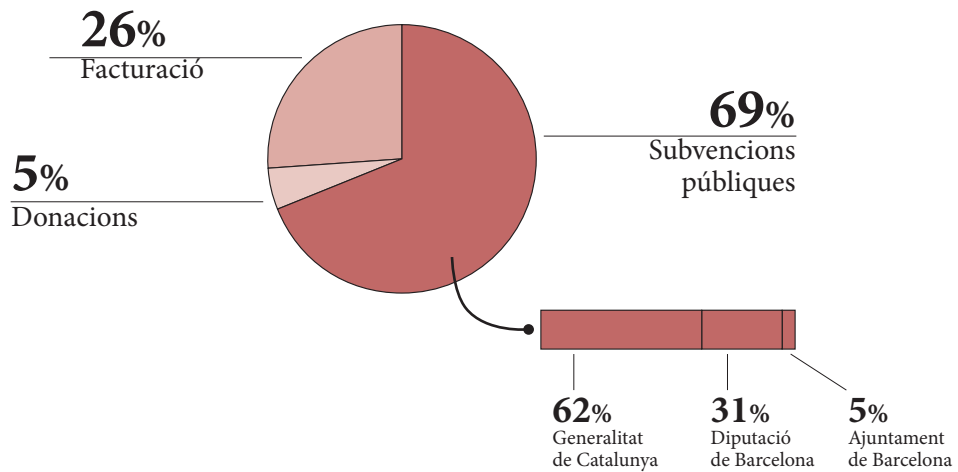
- **Núria Hernández**, regidora de Formació i Ocupació i regidora de Desenvolupament Econòmic Local de Cardedeu
- **Núria Roura**, coach nutricional
- **Núria Viñas**, presidenta Dones pel Futur (Associació Catalana de Dones Directives i Empresàries, ACDDE)
- **Òscar Bermejo**, soci i fundador de Softmachine
- **Pau Villòria**, secretaria general del Departament de Territori i Sostenibilitat del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Pere Aragonès**, secretari d'Economia del Departament de la Vicepresidència i d'Economia i Hisenda del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Pere Pladevall**, alcalde de Sant Feliu de Codines
- **Pilar Pifarré**, secretària general del Departament de Cultura del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Rafael Homet**, diputat delegat d'Educació de la Diputació de Barcelona
- **Rafel Caballeria**, regidor de Desenvolupament de l'Organització i Transparència i d'Esports de Cardedeu
- **Ramon Terrassa**, director general d'Acció Cívica i Comunitària del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Ramon Tubella**, vicepresident primer de FATEC
- **Roser Galí**, directora general de Famílies del Departament de Treball,

Afers Socials i Famílies del Govern de la Generalitat de Catalunya

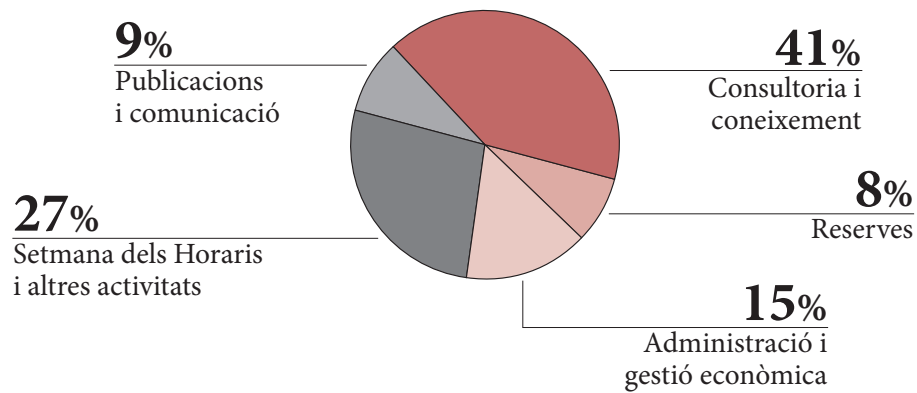
- **Salvador Alemany**, president d'Abertis
- **Salvador de Horta**, director del Gabinet de la Presidència de la Diputació de Barcelona
- **Santiago Estaún**, expert en cronopsicologia i professor emèrit UAB
- **Sergi Loughney**, director de Relacions Institucionals i RSC de la Fundació Abertis
- **Susanna Puiggròs**, membre de Nettalking
- **Teresa Maria Pitarch**, presidenta de l'Institut Català de les Dones del Govern de la Generalitat de Catalunya
- **Tona Calvo**, directora del Programa de Temps i Economia de les Cures de Barcelona
- **Xavier Amor**, president de la Federació de Municipis de Catalunya
- **Xavier Boltaina**, gerent de la Diputació de Barcelona

ECONOMIA

FONTS DE FINANÇAMENT



DITRIBUCIÓ DE LA DESPESA



LA INICIATIVA EN XIFRES

4	reunions del Consell Assessor per a la Reforma Horària (CARH)	239	actors públics, privats i del tercer sector implicats	7.168	persones seguidores a Twitter
5	publicacions de la Col·lecció Reforma Horària	350	reunions de contacte, diàleg i interlocució	37.305	sessions al web
7	persones col·laboradores	490	propostes i reflexions ciutadanes	110.710	pàgines vistes al web
16	persones expertes membres del CARH	515	impactes en premsa, ràdio i televisió	153.378	€ de pressupost
27	empreses, institucions i entitats socials impulsant proves pilot	3.866	persones i institucions reben el butlletí	201.473	abast de les publicacions a Facebook
136	ajuntaments, consells comarcals i diputacions adherides	6.761	persones seguidores a Facebook		
142	Actes, conferències i xerrades				

