

Activitat:

Parlem de temps, per unes vides més sostenibles.

Material: element de suport visual (adjunt), retoladors de colors

Temps: 2 h

Objectius

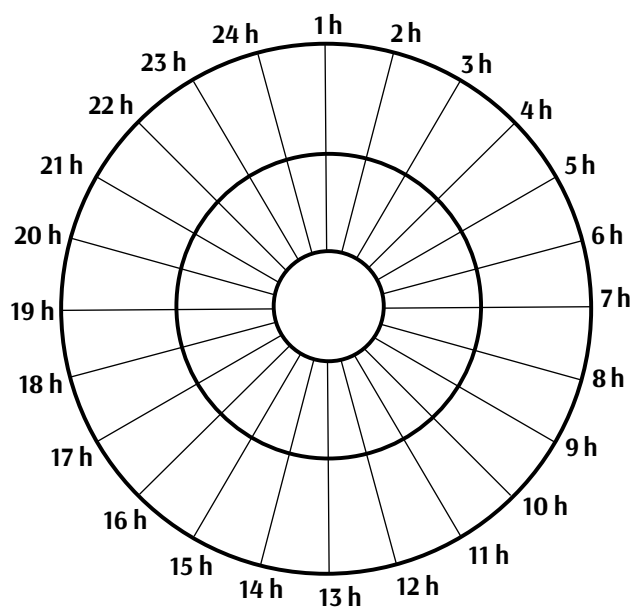
- Prendre consciència de l'actual distribució d'hores de la jornada laboral individual i els malestars que genera.
- Analitzar la influència de l'organització del temps de treball remunerat en la distribució d'hores de la jornada de vida.
- Posar en comú horitzons de conciliació amb la vida personal i línies vermelles.

Desenvolupament

1. De manera individual, omple la circumferència exterior del rellotge de 24 hores de l'element de suport visual (adjunt) amb les activitats que fas un dia laborable normal: dormir, preparar àpats, fer feines domèstiques i de cures, menjar, descansar, tenir temps lliure, treballar, desplaçar-te... Si ho pots fer amb colors, per tal que es vegi la diferència entre activitats, molt millor!
2. A continuació, a la circumferència interior, omple les activitats que t'agradaria fer en un dia laborable ideal. Pinta les activitats del mateix color que al punt anterior.
3. Ara posa un gomet o punt vermell sobre aquells moments de la circumferència interior que a tu personalment et generen malestar o que t'agradaria fer diferent (per exemple, fer una reunió de feina a mitja tarda, haver de córrer al matí per deixar la criatura a l'escola i arribar a la feina puntual, haver de destinar una hora al vespre a fer-te el tàper de l'endemà, etc.), i un punt o gomet verd sobre aquells moments o activitats que et generen més benestar.
4. Col·lectivament, poseu tots els rellotges de manera que tothom els pugui veure, i comenteu:
 - Quins gomets, verds i vermells, tenen a veure amb l'entitat?
 - Totes les persones han assenyalat els mateixos punts conflictius o de benestar? Parleu de les similituds i diferències! Hi ha alguna diferència entre dones i homes? I entre edats? I entre persones amb responsabilitats familiars o no?
 - Celebreu totes aquelles mesures que ja estiguen fent per millorar o assegurar la conciliació amb la vida personal!
5. Reflexioneu i penseu mesures que podríeu emprendre per transformar els moments o les activitats que generen malestar a les persones de l'entitat.

Consells per a la facilitació

Tenim tan integrada la cultura del treball que, fent aquest exercici, pot costar que les persones se sentin legitimades per expressar les seves necessitats i desitjos reals respecte al temps per por a ser llegides com a egoistes o poc compromeses amb l'entitat. És important que la facilitadora recordi que aquest exercici és important per visibilitzar necessitats i desitjos respecte a la conciliació entre la vida personal i laboral, perquè es coneguin, reconeguin i, sempre que hi hagi la possibilitat, transformar dinàmiques organitzatives que n'impedeixen la satisfacció.



8.7 Recursos

- CLEMENTE, Susana; GARCÍA, Andrea; SALOBRAL, Nieves. *Estrategias y políticas de conciliación en las empresas de economía social, favorecedoras de la igualdad de oportunidades laborales entre mujeres y hombres. Diagnóstico participativo*. 2012.
http://www.economiasolidaria.org/files/guia_conciliacion.pdf
- *Mesures, recursos i bones pràctiques sobre gestió democràtica, transparència, igualtat de gènere i conciliació a les cooperatives de treball*. Federació de Cooperatives de Treball de Catalunya, 2016.
http://www.cooperativest treball.coop/sites/default/files/materials/d_2n_inf_mrbb_gdtgc.pdf
- *50 bones pràctiques en els nous usos socials del temps a l'administració local i a l'empresa*. Diputació de Barcelona, 2006.
<https://www1.diba.cat/uliep/pdf/49857.pdf>
- Entitats:
 - Associació Institut Quotidiana (iQ)
 - Fundació Maria Aurèlia Capmany
 - Cooperativa Pandora Mirabilia
 - Fundació Surt