

# 28

## APROFUNDIMENT

### USOS DEL TEMPS

**Metròpolis  
Barcelona**

Agència de  
Desenvolupament  
Econòmic



## Presentació de la monografia

El rellotge marca el moment en què ens despertem, en què comença la jornada laboral; quan podem fer una pausa, quan hem d'agafar l'autobús o quan hem de fer la compra. **El temps ordena i estructura la vida quotidiana.** És el temps de les persones, soles i en interacció amb d'altres, el que va configurant el **tarannà, la cultura, la forma de ser i de fer dels territoris.**

Els diferents usos del temps de les activitats de la vida quotidiana sempre han representat una font de desigualtat entre sexes, grups i classes socials. **El temps constitueix un recurs universal, però limitat:** totes les persones disposen de 24 hores al dia per poder dur a terme diverses activitats, però no totes tenen les mateixes condicions materials.

En els darrers anys, els grans processos de canvi de la societat, així com les situacions de crisi, han fet del temps **un nou valor social.** En conseqüència, els governs locals han incorporat progressivament el temps en la gestió de les ciutats per tractar de millorar l'organització del mateix en la quotidianitat i, en especial, en la qualitat de vida i el benestar de les persones. A l'hora d'aconseguir una societat, no tan sols més lliure i moderna, sinó també més equitativa i solidària, **és essencial reflexionar al voltant del temps des d'una visió ètica, política i col·lectiva.**

Aquest informe identifica els factors que influeixen en la distribució horària del temps i articula una reflexió al voltant de les polítiques públiques de temps i les investigacions aplicades sobre el treball, la família, la salut o la vida a la ciutat.

TENDÈNCIES  
REPTES  
OPORTUNITATS  
TROP  
POSICIONAMENT



1.	El dret al temps	4
2.	Temps i ciutadania	8
3.	Temps i treball en les organitzacions	15
4.	Temps a les ciutats	17
5.	Reptes i oportunitats	20
6.	Casos i aplicacions pràctiques	22
	1. El Pacte del Temps de Barcelona	
	2. L'Institut Basc de la Dona (EMAKUNDE)	
	3. La 'Oficina del Temps' de Rennes	
	4. Bremen 2030: una ciutat conscient del temps	
	5. Programes del temps a Bolzano i Torino	
	6. Polítiques públiques per a un millor ús del temps a Finlàndia	
7.	Repercussió i aplicabilitat a l'AMB	29
8.	Bibliografia	30



PxHere

# 1 El dret al temps

En les darreres dècades, la ciutadania ha manifestat una insatisfacció creixent i cada vegada més generalitzada davant els usos del temps i els ritmes de vida que imposen les societats urbanes desenvolupades. Aquest malestar ha comportat la reemergència del temps com a valor social a les ciutats.

## El conflicte temporal contemporani

En el context urbà, coexisteixen una multiplicitat de formes de vida que es posen de manifest mitjançant diversos ritmes temporals. Emergeixen necessitats diferents en relació amb l'ús del temps quotidià, que xoquen entre si i són conseqüència de la forma en què vivim els temps, organitzem la vida quotidiana i establim les fronteres entre temps privat i públic. Per entendre l'abast del malestar creixent vinculat al temps, cal tenir present les **transformacions socials, econòmiques i culturals** que estan fent emergir **nous valors sobre els usos del temps** [1].



**Dessincronització laboral.** El treball, que durant segles havia estat el gran sincronitzador de la societat i l'estructurador de la resta de temps socials, esdevé al segle XXI el gran dessincronitzador. Des de la crisi econòmica, s'ha posat en qüestió l'estabilitat laboral i s'han fet comunes les jornades de treball a temps parcial i les jornades flexibles.



**Doble presència de les dones i sobrecàrrega de responsabilitats en l'àmbit domèstic i familiar.** Les condicions laborals de les dones que accedeixen al mercat de treball evidencien trajectòries i situacions laborals inestables. A més, es produeix una major càrrega de treball per part de les dones que continuen fent-se càrrec del treball de cura dels fills i de les persones amb dependència, en sumar-se al treball familiar i domèstic el treball laboral.



**Territoris immersos en un temps global.** Les TIC permeten anul·lar distàncies, llocs, temps i horaris. Creen noves continuïtats entre món privat i professional. Faciliten la creació de sincronies noves que no requereixen presencialitat i fan créixer exponencialment les possibilitats de comunicació en temps real. Existeix una forta pressió perquè els espais locals esdevinguin centres productius en continu, totes les hores del dia i durant tot l'any.

**Processos d'individualització que generen temps més plurals i necessitats diverses.** Com assenyalen Beck i Beck-Gernsheim (2003), l'autonomia, la independència i l'espai personal són els nous valors que prevalen en la societat contemporània. Ja no existeix un únic temps social sinó múltiples temps socials que corresponen a la pluralitat d'individus i d'institucions que configuren una societat complexa i fragmentada.



**Noves pautes de mobilitat en el territori.** Les pautes de mobilitat són més complexes que mai: hi ha una ampliació horària en el ritme de la ciutat, s'incrementen els desplaçaments extralaborals i augmenten els desplaçaments orbitals que connecten perifèries entre si.



**Nous valors d'identitat individual: vindicació de temps per a un mateix.** La societat contemporània es troba en un moment crític pel que fa a l'equilibri entre temps social i temps individual, que s'evidencia en expressions com la "pobresa de temps" i les demandes creixent de "més temps per a un mateix" o "d'un major temps per conciliar vida laboral i familiar".



## Emergència del temps com a dret social

El temps està reemergint com a valor social en les nostres ciutats i està esdevenint de manera progressiva un àmbit d'intervenció concret per al govern local. Les polítiques del temps són els instruments dels quals s'han dotat els governs per incidir, explícitament o implícita, en l'organització social del temps.

### El dret al temps

Des de diferents perspectives teòriques s'ha començat a argumentar en favor de reconèixer el **dret a gaudir d'un temps propi i a la justícia en el repartiment del temps entre les persones**. Ha estat sobretot el **pensament teòric feminista** el que ha proposat la redefinició del concepte de ciutadania en relació amb la distribució dels temps dedicats al treball de producció i de reproducció.

L'emergència del temps com a dret social parteix de la necessitat d'examinar les condicions socials i les divisions sexuals que structuren la ciutadania, per reclamar la **incorporació de les activitats de l'esfera privada i les necessitats afectives i relacionals dels éssers humans en la noció de ciutadania**. La base de la reflexió se centra en la necessitat de compartir el temps de cura i transformar aquesta activitat en valor social i cívic, de manera que es creïn les condicions perquè aquest treball pugui ser assumit tant pels homes com per les dones, com pels serveis públics.

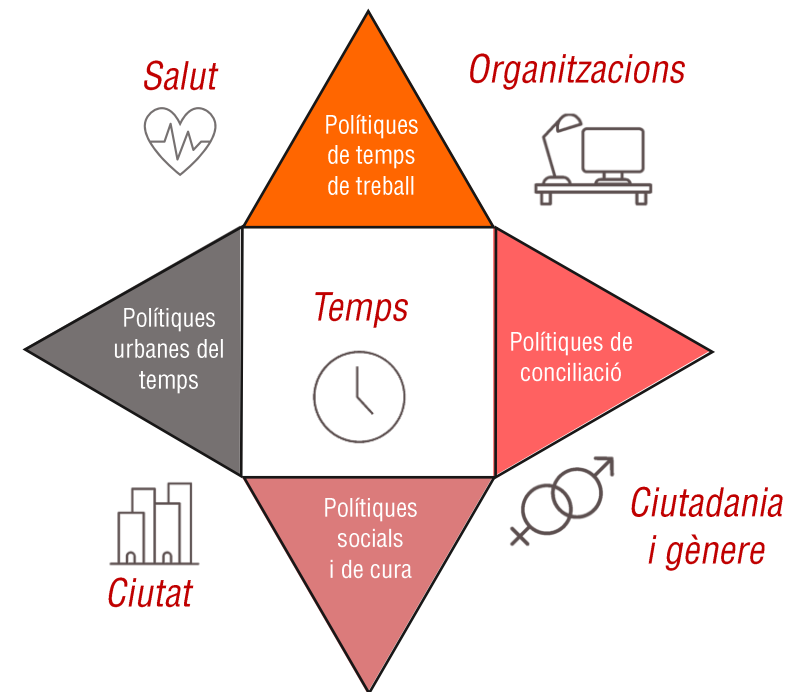
Des d'aquesta perspectiva, es defensa una nova concepció efectiva de l'organització del temps com un dret de ciutadania fonamentada en la protecció i la promoció de la salut i en la igualtat i equitat de gènere, perquè totes les persones visquin un temps quotidià de major benestar.

### Les polítiques del temps

Alguns països europeus han considerat d'interès incloure en la seva agenda política propostes i mesures per facilitar al conjunt de la ciutadania un **major equilibri en els seus usos del temps a la vida quotidiana i alhora propiciar més equitat social**. En l'àmbit local i internacional conviuen diverses polítiques del temps...

► **Polítiques de temps orientades a facilitar el benestar de la ciutadania i que tenen la vida quotidiana com a espai d'actuació.** Són polítiques que es configuren en el marc de les polítiques familiars, de les polítiques socials i de cura, i de la salut, que contribueixen a configurar un determinat règim de benestar local.

► **Polítiques urbanes del temps:** consideren la ciutat com a espai material on cal planificar, regular i ordenar els múltiples usos socials del temps en el territori urbà. Són iniciatives plantejades amb una clara perspectiva de gènere i promogudes pel govern local.



## Evolució de les polítiques del temps


Els municipis i les ciutats de la província de Barcelona han esdevingut pioners en la reflexió i implementació de polítiques públiques d'usos del temps. Ja a la dècada del 2000 van començar a aparèixer actuacions en aquest àmbit, emmirallant-se en les actuacions que es duïen a terme als països europeus veïns, França i Itàlia, principalment.

### A Europa

**1980s** Primeres teoritzacions del dret al temps

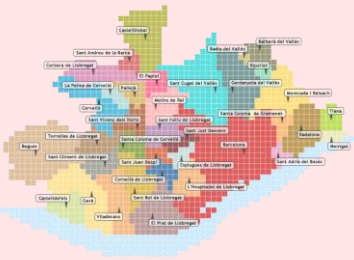
**1990s** Primers intents de regulació del dret al temps

**2000s** Impuls local i europeu



- 1980s:** Laura Balbo, sociòloga italiana, va ser pionera en les reflexions sobre les polítiques del temps en la seva obra *Time to Care* (1987). El text era un primer toc d'atenció sobre la necessitat de tenir en compte el procés de reproducció i reivindicava el temps com a element primordial dels drets de la ciutadania.
- 1990s:**
  - Proposta de llei al Parlament d'Itàlia "Temps de la Ciutat" (1990)**, presentada per dones de l'antic Partit Comunista Italià. Demanaven que se'ls reconegués la importància i la necessitat de les aportacions de les dones a la societat. Tot i que la proposta no va ser aprovada, la seva presentació va originar importants debats socials.
  - Llei Aubry a França (1997)**, que plantejava una jornada laboral de 35 hores setmanals.
- 2000s:**
  - Polítiques de conciliació de la Unió Europea.**
  - Aprovació de la Llei Turco (2000) a Itàlia**, que estableix obligacions pels alcaldes en municipis de més de 30.000 habitants d'elaborar un Pla territorial sobre els horaris de la ciutat, crear una oficina municipal i taules de debat amb la ciutadania.
  - Creació de la xarxa nacional francesa Tempo Territorial (2004)**, que aglutina organitzacions, associacions, empreses i particulars amb l'objectiu de sensibilitzar, donar a conèixer i intercanviar coneixement en l'àmbit de polítiques de temps.
  - Creació de la Xarxa Europea de Ciutats pels Usos del Temps (2006)**, formada per autoritats europees amb l'objectiu de combatre les dificultats i compartir els avenços i beneficis experimentats en polítiques d'usos del temps.

### A l'Àrea Metropolitana




**2005**

Creada l'any 2005 per la Diputació de Barcelona, la **Xarxa de ciutats i pobles pels nous usos del temps** es configura com un espai de reflexió i debat entre els ajuntaments adherits entorn les polítiques del temps i la seva incidència a l'àmbit local.


**2010**

El 2011, se signen a Barcelona, Sant Boi de Llobregat i Terrassa els primers **Pactes del Temps**, que es reediten i mantenen fins a l'actualitat.




**2015**

Tres anys després es desenvolupa la **Iniciativa per la Reforma Horària**, una entitat que pretén incidir en la reforma dels horaris de manera que s'assoleixi l'adaptació a uns temps més humans i més cívics. El Govern de Catalunya s'afegeix a la iniciativa el mateix any de creació i crea un grup de treball interdepartamental per estudiar propostes de racionalització horària.



**2020**

El 2019 neix **Barcelona Time Use Initiative (BTUI)** amb l'objectiu d'incloure el dret al temps a l'agenda social i econòmica, en l'àmbit urbà i internacional per fer front a la desigualtat des d'una perspectiva de salut individual i pública, d'igualtat i d'eficiència productiva. Constitueix una aliança amb la Generalitat, la Diputació de Barcelona, l'Àrea Metropolitana de Barcelona i l'Ajuntament de Barcelona.



**BARCELONA TIME USE INITIATIVE FOR A HEALTHY SOCIETY**

Font: Elaboració pròpia a partir d'Ajuntament de Barcelona [2].

## Les polítiques del temps en els últims anys

Al llarg del 2020 i del 2021 s'ha impulsat la internacionalització de les polítiques del temps, a través de la col·laboració entre la Barcelona Time Use Initiative (BTUI) i les principals institucions catalanes.

El 2020, se signa un **conveni de col·laboració** que estableix els objectius principals referents a les polítiques del temps, així com les iniciatives que s'impulsaran per aconseguir-los.



Generalitat de Catalunya



Diputació Barcelona



Ajuntament de Barcelona

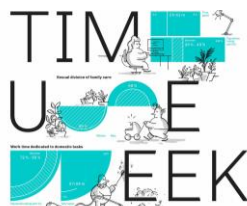


Àrea Metropolitana de Barcelona



### OBJECTIU 1

Creació d'un espai de trobada internacional per a l'impuls de les polítiques del temps



El 2020 es va celebrar la primera edició de la **International Time Use Week**, de manera virtual, amb la presència de més de 20 experts internacionals. L'octubre de 2021 es preveu la celebració de la segona edició, en la que s'hi esperen més de 600 participants.

En ambdues edicions s'organitzen...



Trobades entre experts i polítics locals i internacionals



Presentacions de resultats de recerca



Actes de sensibilització sobre el temps

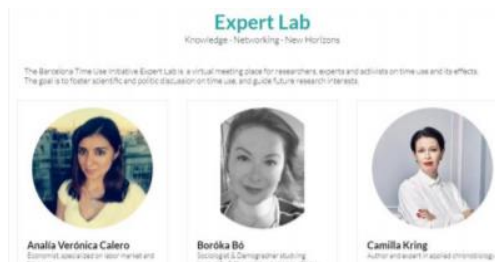
### OBJECTIU 2

Foment de la recerca en usos del temps, posicionant l'ecosistema català

## Expert Lab

Knowledge · Networking · New Horizons

L'Expert Lab és un **grup internacional multidisciplinari d'experts** en temps que assessora la BTUI. És un dels principals instruments que enriqueixen el projecte i posicionen la recerca en l'àmbit espanyol i català en aquesta temàtica.



### OBJECTIU 3

Revitalitzar la Xarxa Europea de Ciutats pels Usos del Temps

Entre els actes de sensibilització realitzats, destaca la **jornada adreçada a representants electes i tècnics dels municipis de l'Àrea Metropolitana** organitzada per l'Agència de Desenvolupament Social i Econòmic i la BTUI el novembre de 2020, on es van compartir bones pràctiques de conciliació i es va parlar sobre els beneficis que les polítiques del temps tenen per a la ciutadania.



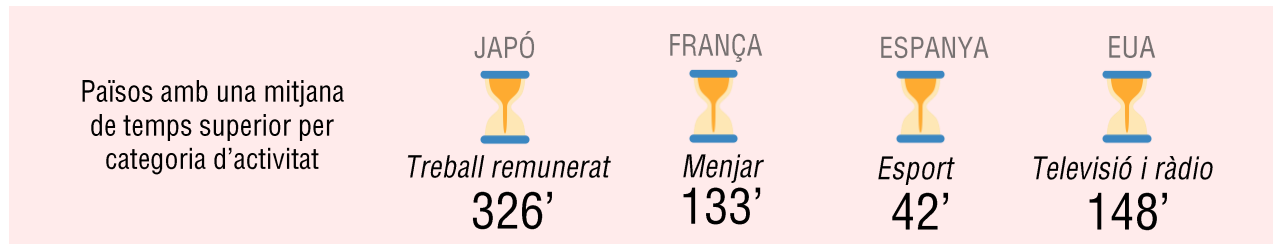
## 2 Temps i ciutadania

L'ús que fan les persones del temps està clarament condicionat per diverses condicions de partida: el gènere, l'edat, la renda o la formació, entre d'altres. Tanmateix, un dels factors que deixa entreveure més diferències en les demandes de temps és la nacionalitat i el context i lloc en què les persones socialitzen.

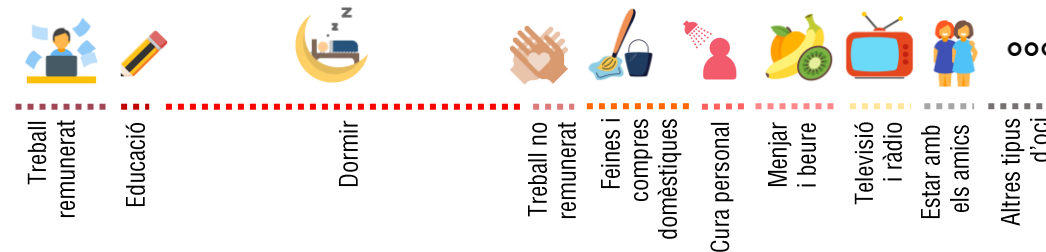
### Diferències globals en l'ús del temps

Les dades d'ús del temps de 33 països que publica l'Organització per a la Cooperació i Desenvolupament Econòmic (OCDE) permeten extreure algunes conclusions sobre les diferències entre diferents regions del món.

- **Les hores de treball tendeixen a ser més extenses al sud i a l'est d'Àsia, mentre que les jornades més curtes es troben a Europa, especialment a països com Espanya, França i Itàlia.** A Espanya es treballen 176 minuts al dia de mitjana, el que representa un 44,13% menys que a la Xina, si bé el temps dedicat a feines no remunerades és superior en el primer país. En aquest sentit, i segons dades l'Organització Internacional del Treball [3], a països com Corea del Sud, Turquia i Xile, al voltant de la meitat dels treballadors treballa més de 48 hores a la setmana, mentre que a la Unió Europea aquesta xifra és del 15%.
- **A Europa, existeixen patrons culturals diferenciats en el temps que s'inverteix en l'oci.** Per exemple, França és el país on la gent passa més temps menjant (el cas de Grècia, Itàlia i Espanya són similars), segurament perquè els menjars es consideren una activitat social. A Espanya, d'altra banda, es dedica una part important de temps a la televisió i la ràdio i a estar amb amics. El temps invertit en cura personal també és elevat si es compara amb altres països.



Mitjanes de minuts al dia que les persones d'entre 15 i 64 dediquen a cada activitat per països



EUROPA  
MÉS  
ESTÀ

Font: Elaboració pròpia a partir de dades de la OCDE [4].

## L'ús del temps a l'Àrea Metropolitana de Barcelona

Les activitats quotidianes comporten un consum de temps sovint molt elevat. Més enllà de les hores de son i de menjar, el treball, els afers domèstics, el lleure, l'educació i les cures personals són algunes de les activitats que més temps de dedicació exigeixen diàriament.

### Distribució temporal de les activitats diàries en un dia mitjà\*



\*Correspon a la mitjana del temps diari destinat a una determinada activitat de tota la població, incloent-hi les persones que no la realitzen (Base 100).

### Participació i durada mitjana de les activitats diàries\*

Font: idescat (2011) [5].

	Treball remunerat	Estudis	Llar i família	Treballs voluntaris i reunions	Oci
Participació (% persones)	34%	13%	85%	11%	54%
Durada mitjana (hores)	7:29	05:00	3:26	1:54	2:03



\*Recull la participació de la població en una determinada activitat i el temps destinat a aquesta activitat per part de les persones que la realitzen. Les activitats "Dormir", "Menjar" i "Altres cures personals" no estan detallades en representar més del 95% de la població i comptar amb valors molt similars a la distribució temporal del primer gràfic.

**El treball és una de les activitats quotidianes que té una presència més central i contundent en la distribució horària diària de la població activa (de 16 a 65 anys).** Més enllà de les 35 i 40 hores de la setmana laboral estàndard, la població expressa unes situacions força diverses, sovint relacionades amb les diferents característiques personals: edat, gènere, nivell d'estudis i categoria socioprofessional.

**La durada mitjana de les activitats relacionades amb el treball remunerat pel conjunt de la població de l'Àrea Metropolitana de Barcelona és de 7 hores i 29 minuts.** A Catalunya, la mitjana es troba en 7 hores i 24 minuts. S'observen diferències significatives en el temps que es dedica al treball en funció de l'edat. Els joves de menys de 25 anys treballen entre la meitat i un quart de les hores que les persones de 25 a 44 anys. Aquesta diferència és conseqüència del fet que els joves treballen molt més a mitja jornada.

**La diferència d'hores treballades varia significativament en funció del seu nivell educatiu.** El nombre d'hores treballades augmenta en la mesura en què el nivell d'estudis s'incrementa. De fet, una persona amb estudis superiors treballa de mitjana un 86 % més temps que una persona sense estudis.

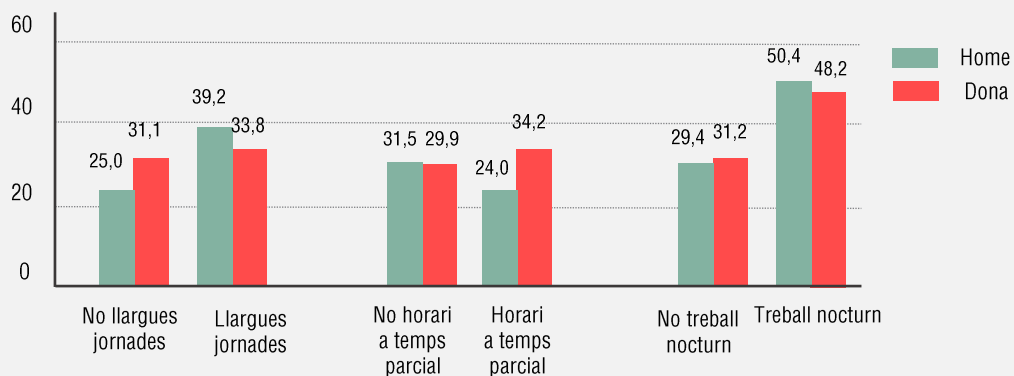
## Impacte de l'ús del temps en la salut

Els canvis en els estils de vida de la nostra societat han generat no obstant això, en els últims anys, un increment del sedentarisme i una reducció en les hores de son a nivell generalitzat, factors que s'han associat amb diversos problemes de salut tant física com psicològica. El confinament, a més, ha accentuat aquesta tendència.

Tot i que la major part d'estudis apunten que **l'impacte de la feina remunerada sobre la salut és beneficiós** tant entre els homes com entre les dones comparat amb no tenir una feina remunerada, també s'ha documentat que **els horaris atípics de treball remunerat poden tenir efectes negatius sobre el benestar físic i psicològic de les persones.**

Hipertensió	Estrès	Depressió o fatiga	Comportaments relacionats amb la salut com fumar i consumir alcohol
Trastorns cardiovasculars i muscoesquelètics			

Prevalença de dormir 6 hores o menys al dia entre les persones assalariades de 25-64 anys per sexe i tipus de jornada. Barcelona, 2006 (en percentatge)



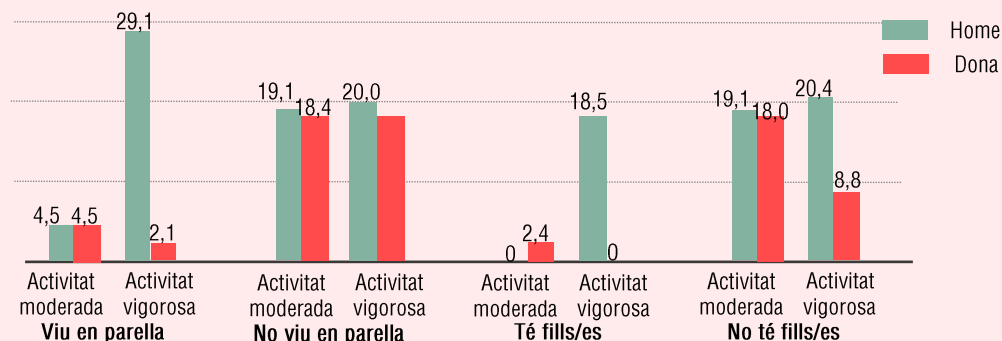
Font: Elaboració pròpia a partir de dades de l'Ajuntament de Barcelona [6].



**Aquests horaris atípics són més comuns en el cas de les dones**, perquè aquestes, com que els correspon les responsabilitats domèstiques i familiars, han d'optar en moltes ocasions per feines a temps parcial i ocasionals.

Les dades mostren que les **dones de tots els grups d'edat i amb ocupacions manuals** tenen un pitjor estat de salut, fan menys exercici en el temps de lleure i dormen menys hores que els homes i les ocupacions no manuals. **Entre les dones més joves, conviure amb fills o filles s'associa amb més sedentarisme en el temps de lleure.**

Temps mitjà dedicat a l'activitat física en el temps de lleure entre les persones de 16-24 anys per sexe i situació familiar. Barcelona, 2006 (en minuts)



Font: Elaboració pròpia a partir de dades de l'Ajuntament de Barcelona [6].

## L'ús del temps des de la perspectiva de gènere

L'Enquesta d'Usos del Temps, elaborada per l'Institut d'Estadística de Catalunya, ajuda a **visibilitzar, reconèixer i mostrar les diferències i desigualtats entre homes i dones**. En aquest apartat, se'n destaquen algunes de les principals conclusions.

**+** A dia d'avui, el treball de mercat és encara un espai majoritàriament masculí. Mentre la **taxa d'activitat masculina** se situa al **66,9 %**, la **taxa d'activitat femenina** és de **56,9 %** pel 2017.

A més, les dones, en cas de ser contractades, **acumulen unes pitjors condicions laborals**. Compten amb una major proporció de contractes parcials – la parcialitat de les dones triplica la dels homes, i implica que aquestes assumeixin les tasques domèstiques i de cura- o pateixen la bretxa salarial, del 23,8 % el 2015 a Catalunya.

**+** A Catalunya, els homes dediquen **una hora i dos minuts** diaris més que les dones al **treball remunerat**, i les dones destinen **una hora i 52 minuts** més a **activitats domèstiques i de cura**.

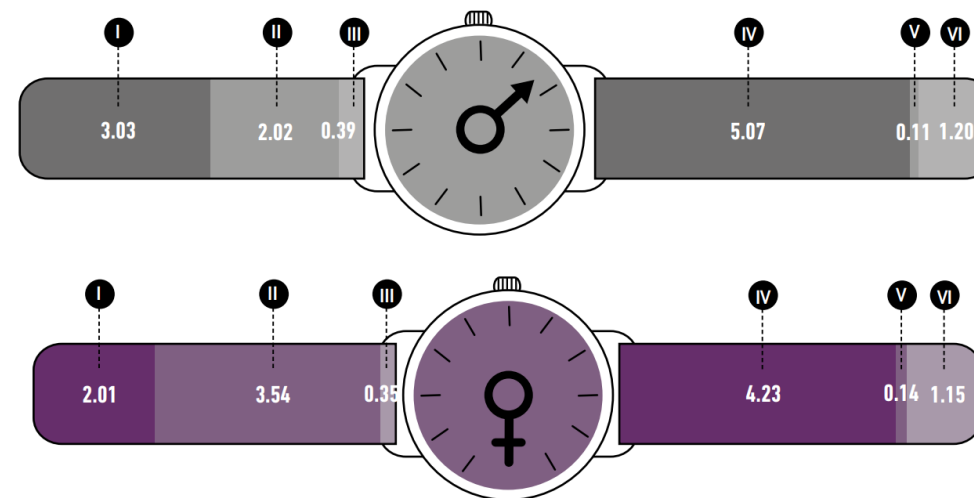
*Treball que es realitza a canvi d'un salari. Porta associats una sèrie de drets socials (dret a l'atur, dret a una pensió i drets laborals).*

*Activitats que tenen la finalitat de cuidar tots els processos de cobrir la gestió i el manteniment de la llar i els membres de la família.*



Si sumem el temps de treball remunerat i no remunerat, el resultat és que **les dones, de mitjana, treballen 50 minuts més diaris que els homes**. Aquesta realitat va estar conceptualitzada per Laura Balbo (1933) com a "doble presència", pel fet de compaginar ambdós tipus de tasques.

Activitats per sexe entre els 18 i 65 anys a Catalunya, 2010-2011 (mitjana diària en hores i minuts)



- I Treball remunerat
- II Treball no remunerat (llar i família)
- III Estudis
- IV Aficions i vida social
- V Treballs voluntaris
- VI Transport i altres

Font: Fundació Josep Irla [7].

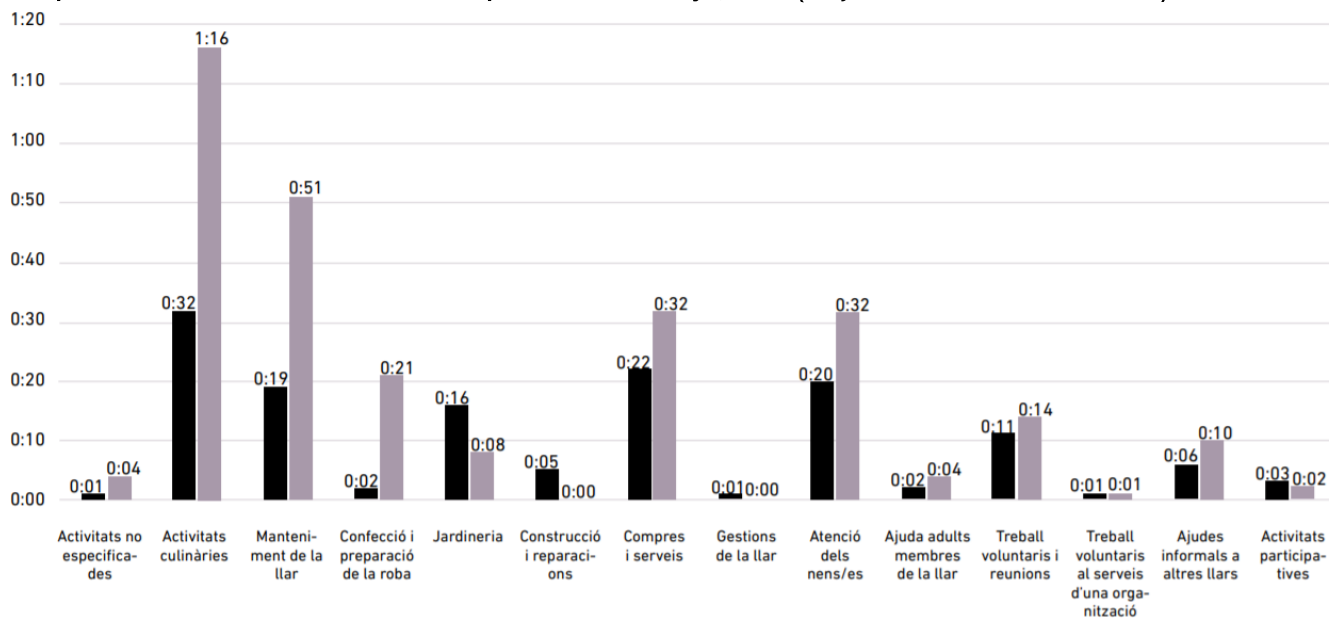
**+** En totes les activitats de treball no remunerat les dones dediquen més temps, exceptuant aquelles vinculades amb les accions participatives i les tasques de jardineria i atenció d'animals. Les majors diferències les trobem a l'hora d'analitzar les **tasques culinàries**.

**+** Els homes gaudeixen de **44 minuts més** diaris que les dones de **temps lliure**.

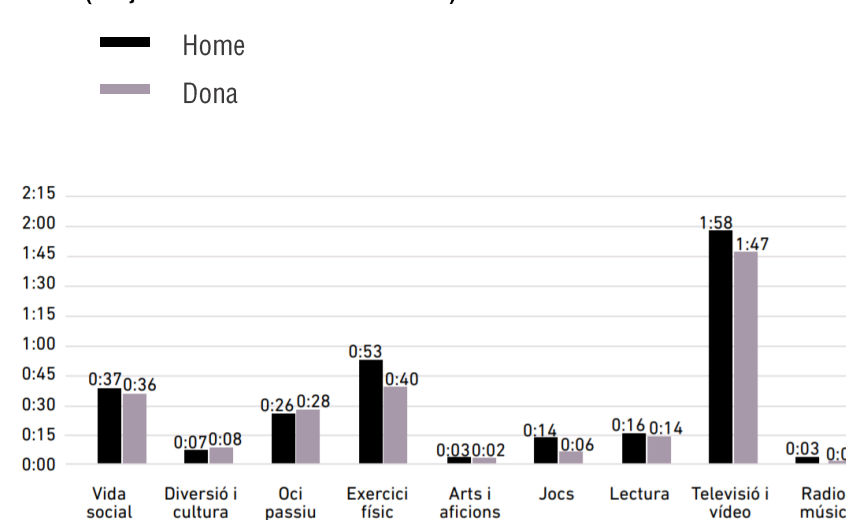
Les dades mostren com encara hi ha una perpetuació dels rols de gènere a l'hora de repartir aquestes tasques. Tal com expressa la sociòloga Sara Moreno, **els homes participen més en aquelles activitats més reconegudes en l'àmbit social i que no requereixen tant sacrifici individual**. Les tasques que acostumen a desenvolupar són puntuals i relacionades amb l'oci de les criatures, mentre que les dones s'encarreguen de les tasques de la cura de les persones grans, amb menys reconeixement social, tasques continuades i que no poden ajornar-se.

S'observa que els homes dediquen més temps a les activitats d'exercici físic. Segons Vicent Borràs, les dones tendeixen a utilitzar més temps lliure en aquelles **activitats que són més flexibles o que queden en un segon pla respecte a les altres tasques**.

Temps d'activitats de treball no remunerat per sexe a Catalunya, 2011 (mitjana diària en hores i minuts)



Temps d'activitats de temps lliure per sexe a Catalunya, 2011 (mitjana diària en hores i minuts)



Font: Fundació Josep Irla [7].

## L'efecte de la covid-19 en la percepció del temps

Fa més de dos segles que els científics intenten esbrinar quins són els factors que determinen la percepció subjectiva del pas del temps. En aquesta matèria, com en moltes altres, la pandèmia ha suposat una oportunitat per investigar i aprofundir en la percepció de com transcorre el temps.

Sentir que el temps en alguns moments s'estanca i que en altres s'accelera és una experiència comuna. De fet, **la majoria de les persones expressa haver viscut distorsions en el pas dels dies durant el confinament**. Tant és així, que durant el 2020 s'ha encunyat un nou terme, el de "blursday", en referència a la dificultat per determinar quin dia de la setmana és. Ara bé, les distorsions **que ha patit la percepció del temps durant el confinament no han estat les mateixes per a tothom. Mentre que per a la meitat de les persones els mesos de pandèmia han transcorregut més a poc a poc, l'altra meitat els ha percebut com a més breus**. A què es deuen aquestes diferències?

# +80 %

de les persones han viscut distorsions en la percepció del temps durant el confinament [8]



Rafael Román Caballero, investigador de la Facultat de Psicologia de la Universitat de Granada, en l'article "El tiempo en pandemia, ¿pasa más lento o más rápido? [9] explica el model neurocientífic que planteja les reaccions emocionals com a unitat de mesura del temps. Segons aquest model, **les situacions d'alta intensitat emocional provoquen moltes sensacions en molt poc temps, fet que fa alentir la percepció del pas del temps**. En canvi els períodes en què vivim pocs esdeveniments rellevants acostumen a passar més ràpid.

L'estudi de Ruth S. Ogden [8], investigadora i professora de Psicologia de la Universitat de Liverpool, sobre les conseqüències del confinament en percepció del pas del temps confirma la mateixa teoria. La principal conclusió de l'estudi és que **les mesures de distanciament social han distorsionat la sensació del transcurs del temps, i que aquesta distorsió varia en funció de l'edat, el nivell de satisfacció personal amb la interacció social, l'estrès o la sobrecàrrega de tasques**.



Les persones que han mantingut una rutina social plaent durant el confinament, o han tingut una càrrega de treball més important, han pogut desviar l'atenció sobre el curs del temps, i per tant la percepció ha sigut de més fluïdesa.



L'alentiment del temps va associat a una major edat, un augment de l'estrès, una reducció de la càrrega de tasques i una reducció de la satisfacció amb els nivells actuals d'interacció social.

## L'efecte de la covid-19 en l'ús del temps

Les dificultats per conciliar la vida laboral i familiar s'agregen en el context de la covid-19, especialment per a les dones. Aquesta és una de les conclusions que s'extreuen de les respostes de l'Enquesta sobre els usos del temps i el confinament (2020), que ha permès actualitzar algunes de les dades de l'Enquesta d'Usos del Temps de 2011.

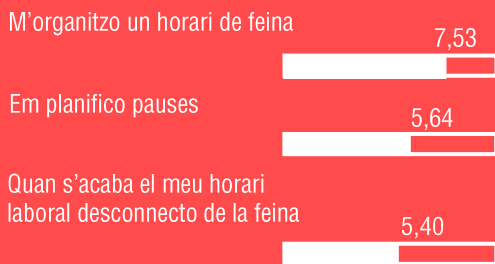
Durant el confinament, els horaris de la població que ha pogut teletreballar s'han flexibilitzat.

♂ 61%

♀ 66%



El treball a distància ha comportat noves planificacions del temps.



Grau d'acord amb les afirmacions (de l'1 – poc - al 10 – molt-)

També obre la porta a noves oportunitats, que s'han valorat diferentment segons el gènere.

Permet conciliar millor els horaris laborals amb les responsabilitats familiars

♂ 7,74 ♀ 8,01

Permet gestionar millor el temps

♂ 7,70 ♀ 7,53

Permet conciliar millor els horaris amb el temps personal

♂ 7,73 ♀ 7,63

Permet tenir una vida més sostenible

♂ 7,68 ♀ 8,18

Grau d'acord amb les afirmacions (de l'1 – poc - al 10 – molt-)

Activitat a distància

Treball domèstic i familiar

El volum de tasques domèstiques i d'atenció i cures s'ha incrementat durant el confinament.

40%

dels enquestats consideren que el volum de tasques domèstiques ha augmentat.

26%

dels enquestats consideren que el volum de feina d'atenció i cures ha augmentat.

El repartiment del treball domèstic i familiar entre els membres ha canviat en moltes llars, si bé no cap a un repartiment més igualitari.

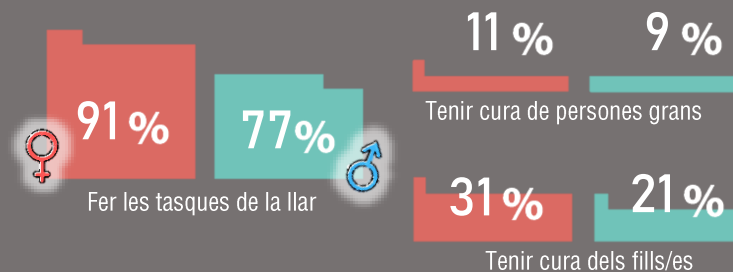
4%

de les persones enquestades consideren que s'ha fet un repartiment del tot igualitari.

21%

de les dones enquestades considera que no s'ha fet un repartiment gens igualitari entre sexes del treball domèstic i familiar. En el cas dels homes, només un 6 % reconeix que el repartiment és desigual.

Activitats de treball domèstic i de cures durant el confinament per sexe (abril de 2020)



Font: Elaboració pròpia a partir de dades de l'Institut Català de les Dones [11].

## 3 Temps i treball en les organitzacions

L'organització del temps de treball és un component molt important de l'organització social del temps, per la repercussió que té sobre la productivitat de les organitzacions i sobre la qualitat de vida de les persones. Els canvis socials i del sistema productiu, així com la pandèmia, han originat la necessitat de noves maneres de treballar pensades des de la importància creixent de la flexibilitat.

### Impacte del teletreball en el temps

El teletreball, forçat per les circumstàncies de la pandèmia ha precedit una revolució cultural i tecnològica sense precedents. Segons diferents enquestes, el 68 % de les persones voldrien conjugar teletreball i presencialitat amb un repartiment de 2 o 3 dies a la setmana [12]. No obstant això, els impactes del teletreball en el temps són múltiples, i no tots positius.



Impacte positiu

- **Facilita la conciliació laboral i familiar.** Un 12 % de les persones preferiria treballar sempre en remot i, d'aquestes, un 64 % són dones amb una edat mitjana de 39 anys i ho escollirien per poder tenir més cura de la seva família.
- **Estalvia el temps i els diners del desplaçament al lloc de treball.** Un 48 % de les persones donen com a argument per treballar tots els dies en remot l'estalvi de diners en transport.
- **Més flexibilitat i respecte al ritme circadiari de cadascú.** Un 63,2 % de les persones reconeix que se li han flexibilitzat els horaris de feina (66 % en el cas de les dones i 60,9 % en el dels homes).
- **Increment del compromís amb la feina, la productivitat i la dedicació.** El treball en remot realitzat de manera parcial incrementa l'eficiència dels treballadors i el seu compromís.

*Quin és el perfil dels treballadors que prefereixen teletreballar tots els dies?*

En la seva majoria són **dones** (64 %).

Edat mitjana de **39 anys**.

El 70 % estan **casats o en una relació estable**.

El 58 % **té fills**.

El 56 % **porta quatre anys o més** treballant en la seva empresa.



Font: [12].

**Les interaccions a través de la pantalla no són comparables a les reals.** Malgrat que les comunicacions i les reunions en remot poden ser molt eficaces, el cert és que les dades posen de manifest que les interaccions cara a cara incrementen, en un 17 %, la qualitat i la satisfacció de les relacions amb la resta dels membres de l'equip. D'altra banda, un 10 % dels treballadors que treballen des de casa avaluen la "qualitat de la relació amb els seus companys" com un 10 % menys satisfactòria que quan treballen a l'oficina.

**Costos socials i de salut.** El treball en remot complet comporta molts costos socials per a qui ho practica; fomenta el sedentarisme, ja que no requereix el desplaçament d'anar a la feina; i afavoreix l'aïllament social.

**Dificulta establir un horari de treball i mantenir una rutina.** Un 25,6 % de les persones que teletreballen reconeixen que han treballat més hores del normal durant el confinament. En aquest sentit, la capacitat d'autogestió i l'autodisciplina són essencials perquè el treball en remot sigui efectiu.

**Pèrdua d'oportunitats dins l'empresa.** La manca de visibilitat, especialment en el cas de les dones, pot dificultar promocions.

**Dependència d'uns mitjans no accessibles a tothom.** Un 4 % de les persones escolliria fer la feina de manera totalment presencial per la manca de mitjans per fer la feina en remot.

S'esborren els límits entre feina i vida personal.

Es fa més difícil desconnectar de la feina.



Impacte negatiu

## Conciliació laboral

L'organització del temps de treball és una variable que influeix de manera directa en l'optimització dels recursos de les empreses i organitzacions i en la qualitat de vida dels seus treballadors. Les mesures de conciliació i gestió de temps que les empreses i organitzacions poden impulsar són de característiques diverses, però totes elles tenen un impacte potencial transformador.

### Flexibilitat de temps

Distribució flexible del temps de treball que, partint d'objectius o dedicacions horàries establertes, atorga autonomia al treballador.



INICIATIVA LOCAL



INICIATIVA EUROPEA

La Fundació Joia, guanyadora del Premi Barcelona a l'Empresa Innovadora en Organització i Usos del Temps, ha establert uns horaris adaptats als treballadors, amb mesures de flexibilitat horària i borses d'hores per atenció i cura dels infants i de la gent gran.

L'Ajuntament de Reykjavik ha realitzat una prova pilot de jornada laboral de 4 dies. Els resultats han demostrat que la productivitat dels treballadors es manté o millora si se'ls paga el mateix per treballar menys hores.

### Flexibilitat en l'espai de treball

Desvincula la persona treballadora d'un espai físic concret on desenvolupa la seva tasca professional.

INICIATIVA LOCAL



Són moltes les empreses que arran de la covid-19 han recorregut al teletreball com a modalitat de treball. La cooperativa Suara ja ho havia implementat abans de la pandèmia mitjançant un laboratori d'innovació en aquesta matèria i ja comptava amb una guia del teletreball per als seus treballadors.

### Flexibilitat a les relacions laborals

Permet adaptar la dedicació laboral als diferents moments de la vida professional al llarg del cicle vital.

INICIATIVA LOCAL



La cooperativa Espai Ambiental, guanyadora del Premi Barcelona a l'Empresa Innovadora en Organització i Usos del Temps, garanteix un mínim de 16 setmanes de permís per paternitat i cura dels infants, de manera similar al que li correspondria a una dona. D'altra banda, l'associació ha elaborat un Pla de cures per gestionar millor el temps dels treballadors que han de cuidar als seus fills o pares.

### Suport professional

Assessorament i formació per al desenvolupament professional i personal dels treballadors.



INICIATIVA LOCAL



La Xarxa d'empreses NUST (Nous Usos Socials del Temps), a la que s'acullen més d'un centenar d'empreses des de l'any 2006, organitza tallers sobre conciliació laboral, gestió de conflictes, igualtat, comunicació interpersonal, etc.

### Serveis o prestacions indirectes

Recursos aportats per les empreses per facilitar la compatibilització del temps personal i laboral de les persones treballadores.



INICIATIVA LOCAL



L'Ajuntament de Barcelona ha impulsat el programa Concilia, que posa en funcionament sis espais de cangur municipal per a famílies monoparentals amb pocs recursos, dones víctimes de violència de gènere i famílies sense teixit comunitari.

### Reconeixement i visibilització

Intercanvi d'experiències entre empreses i organitzacions o reconeixement d'iniciatives en l'àmbit de la gestió del temps.



INICIATIVA LOCAL



La xarxa NUST també reconeix i promou la tasca de les organitzacions compromeses a facilitar l'harmonització del temps gràcies a l'atorgament anual de premis en conciliació i temps. També actua com a plataforma per intercanviar i difondre experiències en aquest àmbit.

## 4 Temps i ciutats

Les ciutats han estat tradicionalment modelades per una planificació urbana dictada per la infraestructura, el vehicle privat i la monofuncionalitat. La segregació espacial ha causat una separació i oposició entre el temps i l'espai urbà. La degradació de la qualitat de vida, el temps destinat als desplaçaments i l'estrès en són algunes de les conseqüències.

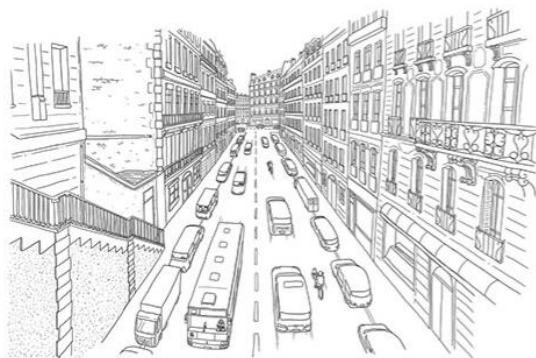
### El model urbà contemporani

Les ciutats es caracteritzen per una acceleració del ritme de vida amb la conseqüent sensació d'estar aclaparat per una rutina que no cessa i de "córrer darrere el temps". Així, **l'urbanisme i la temporalitat estan íntimament relacionats**: per resoldre el malestar general, la ciutat ha d'adaptar-se als diferents ritmes i necessitats dels seus habitants. Això no obstant, **la construcció territorial de les últimes dècades no ha abundat en la construcció de ciutats complexes que siguin un reflex dels diferents ritmes i usos del temps que s'hi duen a terme.**



L'urbanisme tradicional no és neutre [13]

Vivim en ciutats dissenyades i planificades des d'una òptica androcèntrica basada en les necessitats de l'home: un home adult, occidental, treballador, sa i, en general, motoritzat. **Les ciutats modernes han pres com a model neutre i universal el cos masculí, oblidant la presència d'altres cossos també presents en la ciutat**: dones, nens, persones en edat avançada, persones amb mobilitat reduïda i altres col·lectius subalterns.



Ciutats amb empremta de la desigualtat de gènere [14]

Els edificis i l'ordenació urbanística sovint creen **barreres que dificulten l'accessibilitat i la sensació de seguretat de les dones**. A més, la planificació de la mobilitat ha girat al voltant dels desplaçaments entre lloc de treball i residència i ha obviat altres motius i maneres de desplaçar-se que comporta l'activitat quotidiana, com les del treball domèstic o reproductiu.



Teixits urbans monofuncionals

S'han generat ciutats amb teixits monofuncionals, desconnectats entre si, que demanen l'ús del cotxe com a modalitat principal de transport. Això ha comportat la **creació de zones amb usos excessivament especialitzats** – barris on es dorm i barris on es treballa –, el que ha dificultat que la població ho tingui tot dins d'una àrea de proximitat i pugui decidir en què invertir el seu temps.

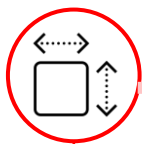
≈ 70 %  
de l'espai públic de  
Barcelona està  
ocupat per cotxes



Font: [13].

## El temps invertit en mobilitat

Les característiques de l'entorn urbà influeixen en els temps de desplaçament. Aquesta relació s'estableix mitjançant les característiques de la ciutat (la grandària, la densitat i les tipologies de l'espai públic) i de la influència en l'ús dels diferents mitjans de transport.



### Superfície de la ciutat

La grandària de la ciutat és directament proporcional al temps invertit en els recorreguts.

A les ciutats europees de menys de 30.000 hectàrees, els temps mitjans són de 22 minuts per desplaçament, mentre que a les de més de 90.000 hectàrees s'arriba als 30 minuts.



### Densitat urbana

A les ciutats o barris més densos es realitzen més desplaçaments a peu o en transport públic.

La densitat repercuteix en el mitjà de transport emprat per a desplaçar-se. En primer lloc, perquè la densitat implica multifuncionalitat i proximitat dels equipaments i dels serveis i, per tant, la possibilitat de desplaçar-se a peu, ja que la distància del trajecte és assumible. En segon lloc, perquè el servei de transport públic requereix uns llindars mínims d'usuaris potencials perquè siguin factibles amb relació al cost i les tarifes. Per tant, a les ciutats amb densitats mitjanes o altes, el cost temporal i econòmic dels desplaçaments és menor.

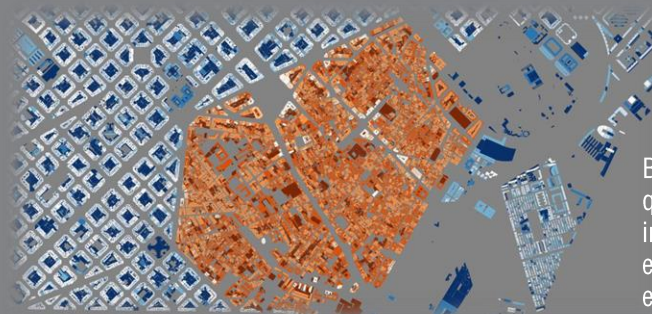


### Trama urbana

L'estructura urbana determina el mitjà de transport emprat i el temps de desplaçament.

Les tipologies que permeten la convivència de diferents velocitats, des de la dels vianants fins a la del transport privat, corresponen a ciutats que estalvien temps, perquè són més compactes i s'hi pot exercir la proximitat. A les ciutats on només es circula amb transport privat, com ara les ciutats americanes de baixa densitat, els temps de recorregut són molt més elevats.

Font: [15].

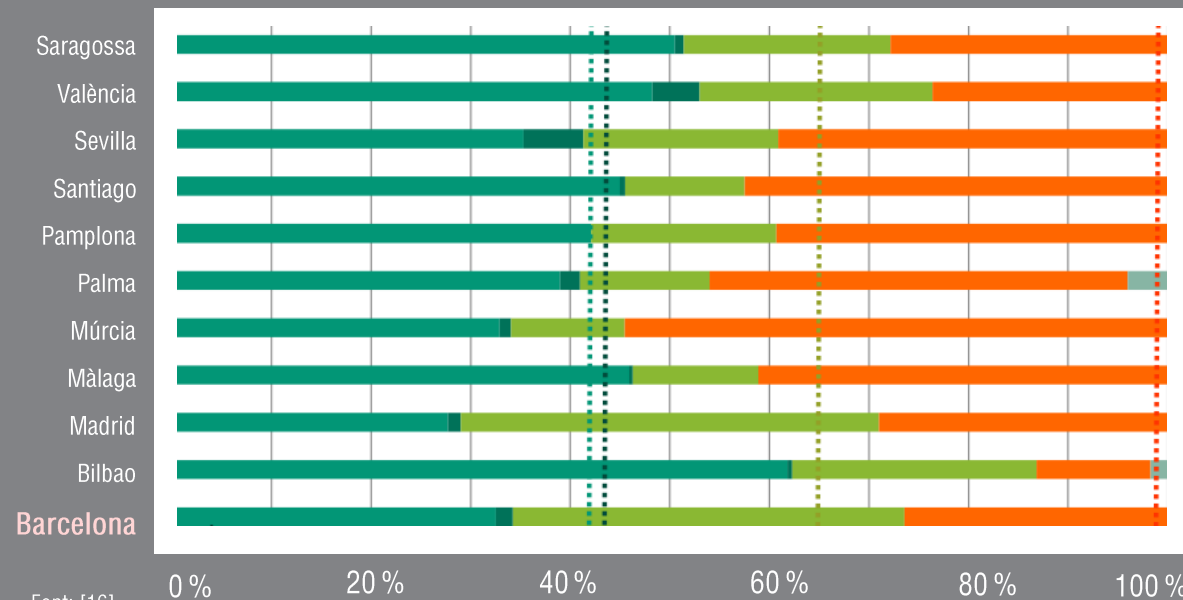


### El cas de Barcelona: paradigma de ciutat compacta

Barcelona ha tingut un desenvolupament compacte que ha permès la compatibilitat d'usos. La seva inscripció en l'àrea metropolitana ha permès encaixar zones residencials i econòmiques més enllà dels seus límits municipals.

La compacitat de la ciutat es veu reflectida en el seu repartiment modal: un 74% dels desplaçaments es fan a peu, en bicicleta o en transport públic.

### Repartiment modal



Font: [16].

## Noves formes de fer ciutat

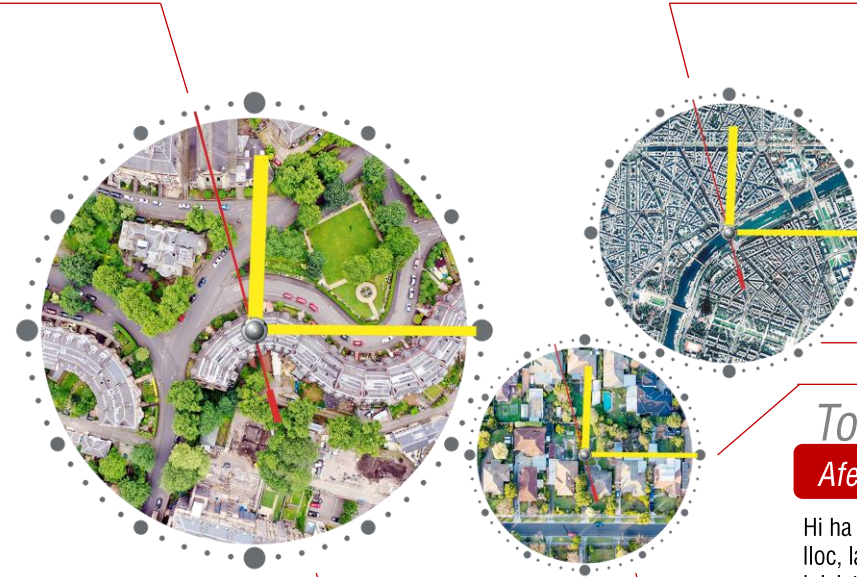
A l'encreuament de la crisi climàtica amb la sanitària, s'ha obert un debat mundial a propòsit de la "ciutat dels 15 minuts". Aquesta proposta promou una reconfiguració urbana que fa de la proximitat la clau per millorar la qualitat de vida i que limita l'impacte ambiental de la vida a la ciutat.

La **ciutat dels 15 minuts** (anomenada així pel temps màxim de trajecte que permet a un resident accedir des de casa seva fins als serveis i activitats necessàries pel seu benestar i vida diària) **posa la temporalitat al centre d'una visió nova de la planificació urbana** i qüestiona l'ús del temps i de l'espai per part dels individus en paral·lel a l'organització espacial i temporal de la ciutat. Amb la finalitat de tornar als habitants la possessió del seu temps i revifar la flama del seu territori, la ciutat dels 15 minuts es proposa canviar el nostre mode de vida per trobar en la hiperproximitat una resposta a les necessitats essencials: habitatge, feina, subministraments, atenció sanitària i accés a la cultura i a l'esport. La recepta del benestar urbà a la ciutat dels 15 minuts consisteix a reduir la velocitat i la distància de trajecte. Els vianants i els ciclistes són, de fet, els actors d'aquest model urbà, i els seus viatges actius i no contaminants estan alineats amb els reptes ecològics contemporanis.

### Cronotopia

#### Ús diferenciat d'un lloc segons la temporalitat

Els espais urbans poden tenir usos diferents segons l'hora del dia (aparcaments, aules, etc.), segons el dia de la setmana (mercat, pati d'escola, etc.) i segons l'època de l'any (universitat, sala de conferències, museu, discoteca, etc.). L'urbanisme tàctic també convida a pensar en la cronotopia en un espai-temps més ampli, ja que permet modificar l'ús d'un lloc buit en l'espai-temps disponible abans de l'inici de les obres del projecte urbà definitiu.



### Cronourbanisme

#### Vinculació dels ritmes diaris i els espais

El cronourbanisme proposa integrar la dimensió temporal en la planificació urbana per combinar espais, moviments i temps, és a dir, l'entorn construït, els fluxos i els horaris. La ciutat d'un quart d'hora crea una nova atmosfera urbana, en la qual es passa de la mobilitat obligada, en una ciutat fragmentada, a una mobilitat escollida, en una ciutat policèntrica i multiservicial.

### Topofilia

#### Afecció al lloc

Hi ha diferents elements que contribueixen a l'afecció al lloc: la bellesa del lloc, la sostenibilitat, l'accés a zones naturals properes, el dinamisme de les iniciatives locals i la creació de xarxes d'actors que donen vida al lloc. Integrar aquests elements en el desenvolupament ajuda a fer que els habitants no necessitin fer tants viatges "d'escapada" a l'exterior, i això contribueix a una alta qualitat de vida social i a desenvolupar vincles amb el barri.

## Característiques de la ciutat dels 15 minuts

Font: [17].

## 5 Reptes i oportunitats



**Desigualtats de gènere en la distribució del temps diari.** Històricament **les feines de cura han estat assignades a les dones**. Els mandats de gènere han estat els encarregats de la reproducció de patrons en els quals les dones són encara responsables d'àmbits vitals de la societat com són les cures i el treball domèstic. Tot i ser essencials, s'ha devaluat aquests esforços de manera que **encara a dia d'avui no es reconeix el valor essencial que tenen**. A més, se segueixen distribuint de manera desigualitària i recauen majoritàriament sobre les dones.



**Conseqüències del teletreball.** La connexió constant que exigeix el teletreball **ha esborrat la fràgil separació entre espai personal i laboral**. La desaparició dels límits entre vida professional i privada té conseqüències de temps indubtables, que a la vegada impacten en la salut mental de les persones. Hi ha, a més, una bretxa de gènere clara, ja que les dones acumulen més càrregues de treball.



**Problemes de salut.** Les llargues jornades de treball i les feines a temps parcial i ocasionals, per exemple, s'associen amb **problemes de salut com la hipertensió, els trastorns cardiovasculars i muscoesquelètics, estrès, depressió o fatiga, i amb comportaments relacionats amb la salut com fumar i consumir alcohol**. Els usos del temps pel que fa a l'esfera domèstica i familiar, també s'han associat amb efectes negatius sobre la salut i els comportaments relacionats amb la salut de les persones, però especialment entre les dones degut a la divisió sexual del treball.



**Estrès i sensació que “el temps va cada vegada més de pressa”.** No tenir temps és un pensament més que recurrent, que persegueix a moltes persones, fins i tot quan estan en plena desconexió. Les obligacions laborals actuals, que sovint s'estenen més enllà de la jornada de treball, i que també són molt intenses en un entorn laboral caracteritzat per la precarització, reforcen aquesta sensació de falta de temps, i també d'angoixa i estrès.



**Fragmentació i diversitat de les demandes temporals de les persones.** El temps constitueix un recurs universal, però limitat: totes les persones disposen de 24 hores al dia per poder dur a terme diverses activitats, però no totes tenen les mateixes condicions materials. L'ús i la distribució que es fa del temps diari està **condicionada per la posició de cada individu en la societat**, de manera que la distribució equitativa del mateix és un repte que s'ha de treballar mitjançant polítiques del temps. A la vegada, la conjunció dels diferents ritmes personals és un repte important dels territoris, ja que aquests són polirítmics (els individus tenen diferents ritmes socials i personals) i policrònics (l'ús dels espais varia segons els horaris)



**Noves pautes de mobilitat en el territori.** Barcelona està immersa en dues dinàmiques territorials, en dos usos de la ciutat contraposats i alhora complementaris que generen noves pautes de mobilitat. D'una banda, les tendències recents de **descentralització territorial i l'especialització funcional a l'entorn de Barcelona** han generat una major obertura i interrelació dels municipis i, per tant, una ampliació de la ciutat real (el que comporta un augment de les distàncies). D'altra banda, **s'han intensificat les activitats al barri**, un fenomen associat a la recerca de la proximitat com a valor en alça.



**Horaris més saludables i respectuosos amb els ritmes interns de cadascú.** En els darrers anys s'han posat sobre la taula diferents propostes per millorar la gestió del temps...



Recuperar les dues hores de desfasament horari en relació amb la resta del món.



Impulsar una nova cultura del temps a les organitzacions a favor de models més eficients i més flexibles per atendre les noves necessitats socials.



Consolidar el factor temps com a nova mesura de llibertat, equitat i benestar

## 5 Reptes i oportunitats



**La corresponsabilitat de les activitats de cura de la petita infància i de les persones dependents, així com de les tasques domèstiques [18].** La pandèmia ha mostrat, un cop més, la importància de **redistribuir els temps de cura i domèstics** entre tota la població i la necessitat de **promoure la corresponsabilització a edats primerenques**. Esdevé fonamental fomentar una organització de la vida quotidiana que permeti la consecució d'un temps de vida en què tinguin cabuda els temps de sociabilitat i d'afectivitat, els temps de treballs reproductius, i els temps per a la participació sociopolítica.



**El rol estratègic dels governs locals en la gestió del temps quotidià [1].** Les polítiques urbanes del temps esdevenen oportunitats per convertir les ciutats en **actors polítics amb estratègies i projectes col·lectius autònoms**. La proximitat emergeix com un espai des del qual es poden oferir respostes més adequades a la diversitat, als conflictes i als nous reptes emergents vinculats als usos del temps quotidians.



**Recuperació econòmica postpandèmia.** La recuperació econòmica de després de la covid-19 pot suposar una bona oportunitat per aplicar noves polítiques del temps. El confinament ha possibilitat l'**adaptació de mesures de teletreball i digitalització** que en certes ocasions han facilitat la conciliació laboral i familiar, a la vegada que han suposat un estalvi de temps per a les persones. En aquest context, cal aprofitar el moment actual per seguir impulsant aquest tipus de mesures i assentar-les sobre unes bases més sòlides.



**Importància de la creació de xarxes.** Diferents xarxes existents estan treballant actualment en la gestió del temps, l'organització horària o els temps de treball, familiar, personal i social. La formació de noves xarxes, integrades per entitats, organitzacions i institucions de la ciutat, obre l'oportunitat d'**impulsar polítiques que comparteixen com a eix comú els usos del temps**.



**Conciliació de la vida laboral i familiar.** La promoció de polítiques que permetin compaginar vida laboral i familiar, fomentant un ús més saludable del temps, són una demanda creixent per part de la població. Esdevé fonamental, en aquest sentit, **incrementar els recursos públics per a la cura de les persones dependents** (escoles bressol, activitats extraescolars considerant la possibilitat que puguin ser desenvolupades en família, centres de dia per a les persones grans i serveis de proximitat) i **incrementar i millorar les mesures de compaginació de vida laboral i familiar en el treball remunerat**.



**Noves maneres de pensar i fer les ciutats.** Tradicionalment, la ciutat ha estat pensada i construïda des d'un model industrial-utilitari que recorria a la zonificació funcionalista per determinar els usos i els temps urbans. Actualment, la configuració de l'activitat econòmica promou contextos urbans de caire diferent: entorns amb una **diversitat d'espais per a la comunicació, el passeig, la trobada, el joc, la cura i el lleure, que responen a la complexitat social existent**, és a dir, espais físics d'acord amb una societat que és cada vegada més heterogènia. A la vegada, es fomenta la **proximitat entre els diferents espais i equipaments, la mixtura d'usos, l'accessibilitat i la mobilitat activa**, per tal d'aconseguir uns temps i unes ciutats més equilibrats, saludables i sostenibles. Cal seguir treballant en aquest sentit per adaptar les ciutats als usos atorgats pels seus habitants.

## 6 Casos i aplicacions pràctiques



# 1 Pacte del temps de Barcelona

Impulsor  
Ajuntament de Barcelona

Localització  
Àrea Metropolitana de Barcelona

## Descripció

El Pacte del Temps de Barcelona és una iniciativa municipal que cerca el compromís de veïnes i veïns, organitzacions, institucions i de l'Administració per impulsar accions en l'àmbit dels usos del temps i construir una ciutat on les persones es re apropiïn del seu temps i puguin organitzar-lo per tal de satisfer les seves necessitats. L'estratègia, impulsada al 2011, és un acord viu, que aposta pel temps con un dret de ciutadania i cerca una organització del temps més saludable, igualitària i eficient.

## 6 eixos d'actuació del Pla, i algunes de les actuacions dutes a terme



## 2 L'Institut Basc de la Dona (EMAKUNDE)

Impulsor  
Institut Basc de la Dona (EKAMUNDE)

Localització  
País Basc, Espanya

### Descripció

L'Institut Basc de la Dona (EMAKUNDE) és un organisme autònom del Govern Basc que dissenya, impulsa, assessora i avalua les polítiques d'igualtat, i sensibilitza la societat amb la finalitat d'aconseguir la igualtat real i efectiva entre homes i dones. Els dos grans camps d'actuació de l'Institut són, d'una banda, el treball amb les administracions públiques, consolidant les estructures a favor de la igualtat en les mateixes i impulsant la posada en pràctica de les mesures per la incorporació de la perspectiva de gènere en el conjunt de les polítiques públiques i, d'altra banda, el treball amb la societat en general, impulsant l'empoderament de les dones, la igualtat en les empreses i la prevenció contra la violència cap a les dones.

### Els usos del temps en el VII Pla per a la Igualtat de dones i homes

El VII pla de l'organisme planteja la necessitat d'un nou model d'organització social que faciliti que les persones, dones i homes, puguin satisfer totes les seves necessitats en els diferents àmbits de la vida i fer front a les responsabilitats generades des de l'àmbit privat i públic. En aquest sentit, un dels eixos que es plantegen és la transformació de l'economia i l'organització social per garantir els drets. Aquest programa es proposa treballar en els següents tres objectius:

#### 1 Reconeixement de la igualtat com a valor necessari per a la transformació social i econòmica

Un valor que parteix del reconeixement de la igualtat de les dones i els homes i des dels seus drets socials i que és necessari impulsar a través d'un model coeducatiu, l'exercici dels drets de la ciutadania i amb la corresponsabilitat en aquest procés d'altres institucions, organitzacions i societat en el seu conjunt.

#### 2 Autonomia econòmica de les dones

Un eix que es busca assolir mitjançant ocupacions de qualitat, disminuint la feminització de la pobresa i promovent la reflexió sobre la seguretat dels ingressos de les dones al llarg de tot el seu cicle vital.

#### 3 Economia feminista de les cures

El darrer objectiu aprofundeix en la visibilitat i valor de les cures, així com en les vies per recolzar la corresponsabilitat en la seva provisió.

### Sistema d'indicadors estratègics del Pla

Dins del sistema d'indicadors estratègics del Pla es contempla la variable del temps. En l'avaluació de la implementació de les mesures projectades pel Pla es considera el temps que les dones inverteixen en les cures a persones; les activitats domèstiques; les activitats esportives, culturals i d'oci; i les activitats de voluntariat i benèfiques. De nou, una visió innovadora i inclusiva amb la pluralitat d'usos del temps.



### 3 La “Oficina del Temps” de Rennes

Impulsor  
Ajuntament de  
Rennes

Localització  
Rennes, França

#### Descripció

La ciutat de Rennes és pionera a França per crear el 2002 una “Oficina del Temps”, amb l'objectiu d'aconseguir una millor conciliació entre la vida professional i privada, afavorir la qualitat dels seus serveis públics i millorar la vida dels ciutadans des de la perspectiva de la igualtat. L'oficina busca contribuir en la construcció del territori i donar suport a les iniciatives locals d'acord amb les limitacions temporals dels ciutadans. Adaptant els horaris dels serveis públics, reorganitzant temporalment el territori (planificació d'horaris, viatges, etc.) i desenvolupant serveis innovadors per a satisfer millor les necessitats dels usuaris, l'Oficina del Temps està contribuint a millorar la qualitat dels seus serveis públics.

#### Objectius

L'Oficina del Temps persegueix els següents tres objectius per a l'acció pública local:

1

#### Actuar per una millor igualtat social

“El temps aprofundeix les desigualtats existents d'àmbits diversos.”

*Actuacions:* els primers estudis realitzats per l'Oficina del Temps es van centrar en la millora de les condicions laborals de les dones i homes encarregats del manteniment i la neteja de la ciutat. Anteriorment treballaven en un horari escalonat (de vegades nocturn), i des del 2005 s'ha treballat perquè aquests agents puguin treballar de dia i en horari continu. Les empreses del sector privat s'estan inspirant també en aquest enfocament. D'altra banda, l'Oficina també dona suport a iniciatives per promoure la cura dels nens en horaris atípics, mitjançant la creació de guarderies o la prolongació dels horaris de les guarderies ja existents.

2

#### Millorar la mobilitat

“Els desplaçaments impacten en el medi ambient però també en la distribució del temps diari.”

*Actuacions:* per reduir la congestió de les carreteres i del transport públic, l'enfocament temporal proposa canviar els horaris escolars, universitaris i professionals en àrees determinades. En aquest sentit, la universitat de Rennes ha reduït la congestió del metro en les hores “punta” del matí mitjançant canvis en els horaris dels estudiants.

3

#### Respondre a les limitacions d'un món amb recursos finits

“L'enfocament temporal pot donar resposta a les necessitats de la població de recórrer a recursos limitats, com edificis, aparcaments, etc.”

*Actuacions:* la Oficina ha realitzat estudis sobre els horaris d'obertura de piscines, biblioteques, el Museu de Belles Arts i els Champs Libres per tal de compatibilitzar els usos dels espais entre les diferents franges d'edat poblacionals i moments del dia.

Conférences  
LES JEUDIS DU TEMPS

Bulletin  
du TEMPS

VIVRE AVEC SON TEMPS  
d'adolescent(e)

1ERU  
AVRIL 2021  
À 20H30  
EN VISIO  
SUR TEAMS



LA CRISE SANITAIRE CHANGE-T-ELLE LE RAPPORT AU TEMPS DES JEUNES ?

avec Jocelyn Lachance,  
Socioanthropologue de l'adolescence – Université de Pau

#### Altres actuacions impulsades

##### Eines per a una millor gestió del teletreball

Per donar suport a les empreses en el desplegament del teletreball, l'Ajuntament de Rennes organitza “trobades de teletreball”, amb intervencions d'experts i intercanvis de bones pràctiques.

##### Conferències de l'Oficina del Temps

Amb la finalitat de conscienciar al major nombre possible de persones sobre els desafiaments del temps, l'Oficina del Temps organitza periòdicament conferències obertes a la població. El temps es discuteix en totes les seves facetes, amb les intervencions de sociòlegs, filòsofs, economistes, urbanistes... Els textos d'aquestes trobades constitueixen una base única a França per a les reflexions i anàlisis sobre el temps i les polítiques urbanes.

# 4 Bremen 2030: una ciutat conscient del temps

**Impulsor**  
Parc Tecnològic i Ajuntament de Bremen

**Localització**  
Bremen, Alemanya

## Diferents projectes impulsats des del 1992

A Alemanya no hi ha hagut una actuació global, impulsada pel Govern federal sobre les polítiques de temps a la ciutat, sinó diverses iniciatives lligades al món local. La ciutat de Bremen ha sigut pionera, en aquest sentit, en la introducció de polítiques urbanes que cerquen la millora de la qualitat de la vida de la ciutadania en funció dels diversos usos socials del temps a la ciutat. En aquest sentit, la ciutat compta, des de 1997, amb la primera «Oficina del temps» d'Alemanya, tot i que no va ser fins a l'Expo 2000 que una nova generació de projectes finançats pel Ministeri d'Educació i Recerca alemany va ecllosionar. El projecte "Bremen 2030", dirigit per la universitat HWP d'Hamburg i l'IAW (Institut de Treball i Economia) de Bremen, va guanyar el 2001 el concurs d'idees Ciutat 2030.

## Objectius de la iniciativa Bremen 2030: una ciutat conscient del temps

A diferència dels anteriors projectes implementats, aquest programa es va caracteritzar per una integració més gran en l'Administració de Bremen, amb un Consell Rector, un Comitè de Treball i un centre de coordinació on hi estaven representats diferents representants del *land*, de la Federació Alemanya de Ciutats i del Sindicat Verd.Di. El projecte compta amb dos objectius que es centren en tres camps d'actuació...

- #1 Treballar en un model de desenvolupament adequat a una ciutat amenaçada per l'envelliment.
- #2 Implantar mesures concretes de política de temps que permetin avançar cap a aquest model o puguin perfeccionar-lo.

**1 Urbanisme**

«Les ciutats s'han de caracteritzar per la densitat espacial i la diversitat temporal, fet que les converteix en realitats vives i atractives».

*Camps d'actuació:* la regeneració/revitalització dels centres urbans, dels barris i dels espais públics; la seguretat en l'espai públic; la transformació dels punts de mobilitat, i el desenvolupament de pactes de mobilitat entre d'altres.

**2 Conciliació dels règims temporals**

«Els horaris de treball, els temps socials i la conformació temporal de les ciutats s'han d'adaptar a la vida quotidiana de cada cas».

*Camps d'actuació:* la conformació d'horaris escolars i d'atenció a llars d'infants que encaixin en els models temporals quotidians; l'adaptació d'horaris laborals i una adequada oferta de mobilitat amb finalitats culturals, sanitàries,... Entre d'altres.

**3 Modernització dels serveis**

«Els serveis públics i privats han de prendre les obligacions i les necessitats temporals dels seus usuaris com a punt de referència i han de contribuir a generar i fomentar la qualitat de vida».

*Camps d'actuació:* la qualitat i l'accessibilitat de serveis personals importants per a la superació del dia a dia, l'adequació de les seves estructures temporals, la generació d'associacions públiques-privades i de pactes temporals locals, entre d'altres.



## L' "hermenèutica de la planificació"

Més enllà dels camps d'actuació identificats, el projecte s'ha desenvolupat sobre la base d'un enfocament real. Per això, les autoritats van optar per concretar 5 projectes clau i "exemplars" que permetessin visualitzar i fer realitat la ciutat conscient del temps...

- 1 La conformació urbana d'un barri científic amb una intensa presència tecnològica.
- 2 La conformació d'un barri mediàtic amb patrons temporals diferents dels *fordistes*.
- 3 La conformació d'escoles com a nous nodes de coneixement i formació integrats al barri.
- 4 L'establiment de noves estructures professionals pel que fa a la política de temps a l'Administració de Bremen.
- 5 La creació de llars d'infants properes als llocs de treball dels pares.

# 5 Programes de temps a Torino i Bolzano

**Impulsor**  
Ajuntaments de Torino i Bolzano

**Localització**  
Torino i Bolzano, Itàlia

Itàlia és l'escenari de referència en matèria de polítiques de temps i ciutat. Després de la primera experiència realitzada a Mòdena, l'any 1990 el Parlament italià va aprovar una llei on es preveien competències per a les alcaldies per reorganitzar els horaris de la ciutat. Aquest instrument legislatiu ha afavorit el desenvolupament de noves polítiques del temps a les ciutats.

## El projecte "Tempi della Città" a Bolzano

L'Ajuntament de Bolzano ha implementat, des de l'any 2004, diferents polítiques locals del temps en el marc del projecte "Tempi della Città" amb l'objectiu de reconceptualitzar els serveis, els equipaments i els temps a la ciutat. Les iniciatives busquen incidir en dos àmbits complementaris...

- #1** Millorar la conciliació del temps familiar, del temps de treball i del temps per a un mateix.
- #2** Millorar els horaris dels serveis públics per a un millor ús espacial i temporal de la ciutat.

El projecte va prendre més embranzida al 2013, gràcies a l'acord signat entre els municipis de l'Àrea Metropolitana d'Alto Adige per promoure polítiques per a la millora de l'ús del temps a les ciutats. A continuació, se n'exposen alguns exemples.

### Rutes escolars i "Pedibus"

S'han introduït dos projectes per a millorar l'autonomia dels infants que van a escola des de les primeres classes de l'escola primària i per millorar la mobilitat a la ciutat. El primer té a veure amb el tancament de carrers al voltant de les escoles durant les hores d'entrada i sortida. El segon projecte s'anomena PEDIBUS i consisteix en formar grups d'alumnes que viuen en una mateixa àrea i que són acompanyats a l'escola per "avis guardians" (persones jubilades designades pel municipi).

### Temps entre classes

Un dels projectes que es va iniciar el 2002 i encara segueix funcionant és la planificació d'activitats lúdiques entre la fi dels àpats al menjador escolar i l'inici de les lliçons de la tarda.

### Gestió de l'edat

El projecte està relacionat amb la gestió de les diferents generacions dins l'administració municipal. Les àrees d'intervenció inclouen l'equilibri entre feina i vida personal, la motivació, la formació, la selecció de nou personal o el suport als empleats que s'acosten a la jubilació. Arran de la COVID-19, l'administració municipal ha activat un mode de treball intel·ligent, amb la intenció de disminuir els contactes i els moviments. Actualment, aproximadament el 50 % de la feina administrativa es fa d'aquesta manera.



## El programa "+spazio +tempo" de Torino

L'Ajuntament de Torí també és referent a Itàlia per les iniciatives impulsades. El municipi va signar un acord de col·laboració plurianual l'any 2008 per millorar el desenvolupament urbanístic i la gestió dels temps i horaris de la ciutat segons els usos socials. El programa "+spazio +tempo" es va vertebrar d'acord amb els següents àmbits d'actuació...

- 1 Horaris. facilitar l'accessibilitat dels serveis públics i les activitats econòmiques.
- 2 Conciliació. Organització de serveis adaptats a les necessitats de les famílies.
- 3 Voluntariat i banc del temps. promoure, l'intercanvi de temps, la solidaritat i el desenvolupament de les xarxes existents.
- 4 Nens. permetre l'autonomia i la seguretat en l'ús del temps i de l'espai.
- 5 TIC. afavorir el seu ús en termes de serveis útils i augment del temps lliure.
- 6 Mobilitat. facilitar els viatges en diferents moments del dia amb especial atenció als joves i a la gent d'edat avançada.
- 7 Espai públic. Millorar l'accessibilitat i la jugabilitat per a nens i adults.
- 8 Animació. Utilitzar l'espai per activitats educatives, culturals, de retrobament entre ciutadans.

## 6 Polítiques públiques per a un millor ús del temps

Impulsor  
País de Finlàndia

Localització  
Finlàndia

El govern finlandès realitza enquestes d'usos del temps a la ciutadania des de 1979. Des d'aleshores, el país ha llançat quatre qüestionaris en períodes de 10 anys –tots ells comparables–, que han estat finançats per fins a 8 organismes (públics i privats).

### Les particularitats de l'enquesta

Les enquestes es realitzen en dos moments diferents, un dia laborable i un cap de setmana, en intervals de 10 minuts.

Les dades es recullen per unitat familiar (llar), no individualment, des de les dues últimes interaccions (1999; 2009).

Hi participen els majors de deu anys i la mostra total representa aproximadament el 41% de la població.

Les dades es recullen telemàticament amb suport telefònic, o bé presencialment.

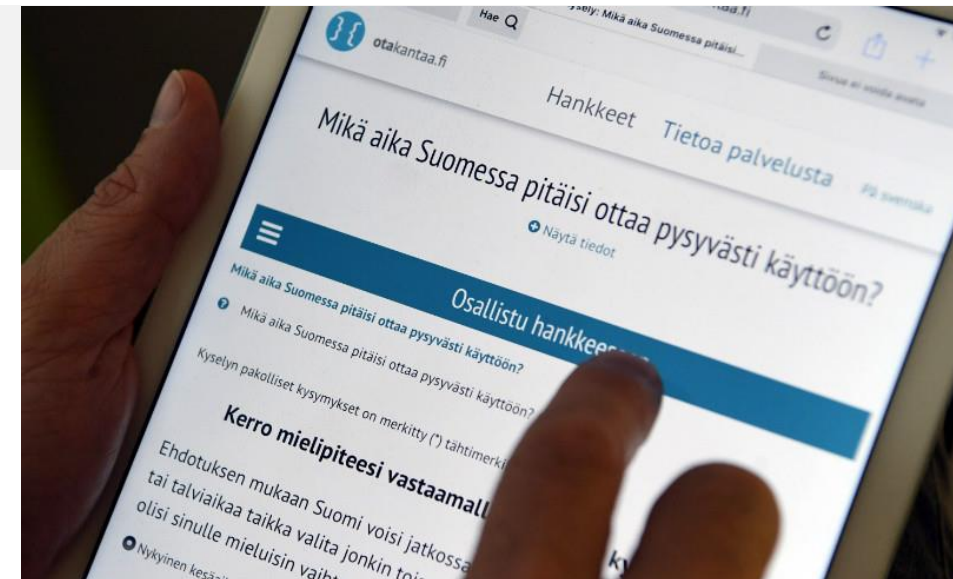
El departament d'Estadística ofereix articles i publicacions amb els resultats compilats.

**Diferents organismes implicats.** Fins a vuit organismes públics i privats han mostrat interès en la utilització de les dades d'ús del temps recollides en les enquestes per millorar diferents àmbits d'acció al país...

- **Seguretat Social:** l'organisme ha estudiat els efectes dels permisos familiars en l'ús del temps de les famílies.
- **Centre d'Investigació del Consumidor:** monitoritza gràcies als resultats el Compte satèl·lit familiar.
- **Ministeri d'Educació i Cultura:** fa ús de les dades per avaluar les polítiques culturals i l'ús del temps de famílies i infants.
- **Federació Familiar:** investiga l'ús del temps de les famílies amb els nens, els efectes del temps de treball sobre la família, el temps en solitari, la divisió del treball domèstic entre homes i dones i les mares solteres.
- **Companyia Nacional de Tv:** planeja els programes televisius en funció dels usos del temps identificats.
- **Ministeri de Medi Ambient:** planifica l'habitatge i pren accions climàtiques en relació als resultats obtinguts.

### Resultats globals de les enquestes en els últims anys.

Les publicacions disponibles suggereixen que el repartiment entre el temps dedicat a dormir, menjar, treball remunerat, estudis, treball domèstic i oci no ha canviat en els últims 30 anys. Les dades disponibles mostren, no obstant això, que el temps dedicat al treball domèstic s'ha equiparat entre homes i dones. També s'observa una equiparació entre les tasques realitzades; en concret, els homes realitzen més tasques de la casa (cuinar, netejar, planxar) i les dones més tasques de manteniment.



### Enquestes del temps i polítiques implementades

Diferents acadèmics i investigadors han demostrat la influència dels resultats de les enquestes amb diferents reformes públiques implementades en els anys següents...

**1979** Primera enquesta d'usos del temps realitzada a Finlàndia.

**1987** Segona enquesta realitzada. S'introdueix un permís per a pares amb fills menors de 3 anys (1989), el dret a l'escola bressol per a pares amb fills menors de 3 anys (1996) i una dotació privada per a guarderia (1997).

**1999** Tercera enquesta del temps realitzada a Finlàndia. En aquest període el Govern introdueix una reducció d'impostos per a despeses domèstiques (2001), el llançament d'un "compte satèl·lit" familiar (2001) i el programa Veto, iniciat per fer la vida laboral més atractiva (2004).

**2009** Quarta enquesta del temps realitzada a Finlàndia. L'any 2013 s'introdueix una reforma legislativa per a pares fins a 18 dies laborables de permís de paternitat remunerat, així com una Política Familiar i Infantil.

# 7 Repercussió i aplicabilitat a l'AMB

L'AMB, com a agrupació de municipis i gestora de l'àrea metropolitana, pot contribuir decididament a desenvolupar una visió metropolitana de les polítiques de temps, des de dos angles:

## #1 Esdevenir una metròpolis referent a través de la implementació de polítiques de temps als municipis de l'àrea metropolitana

- Fomentar l'intercanvi de pràctiques en polítiques de temps entre municipis metropolitans.
- Donar suport als municipis per a la implementació de polítiques de temps i oferir recursos per a dur-la a terme.

## #2 Crear una política pròpia de temps en clau metropolitana

- Avançar cap al territori de 45 minuts.
- Desenvolupar mesures de temps relacionades amb el desenvolupament socio-econòmic a nivell metropolità.
- Proporcionar dades metropolitanes d'usos de temps.



Àrees de competència municipal on aplicar polítiques de temps...



## 8 Bibliografia

- [1] Diputació de Barcelona, Polítiques urbanes del temps. Marc conceptual i operatiu (2010), [en línia]. Disponible a: <https://centredocumentacioap.diba.cat/cgi-bin/koha/opac-retrieve-file.pl?id=e72d5a073dfb55b8790d6e9bfff5a3d5>
- [2] Ajuntament de Barcelona, Les polítiques de temps: un debat obert (2006), [en línia]. Disponible a: <https://ajuntament.barcelona.cat/tempsicures/sites/default/files/1%20Les%20politiques%20del%20temps%20un%20debat%20obert.pdf>
- [3] Organització Internacional del Treball, Working Conditions in a Global Perspective (2019), [en línia]. Disponible a: [https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS\\_696174/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_696174/lang--en/index.htm)
- [4] Visual Capitalist, A Global Look at How People Spend Their Time (2020), [en línia]. Disponible a: <https://www.visualcapitalist.com/how-people-spend-their-time-globally/>
- [5] Idescat, Estadística Social de l'Enquesta de l'Ús del Temps (2011), [en línia]. Disponible a: <https://ajuntament.barcelona.cat/tempsicures/sites/default/files/Idescat%20Usos%20del%20temps%202010-11.pdf>
- [6] Ajuntament de Barcelona, Usos del temps i salut (2006), [en línia]. Disponible a: <https://ajuntament.barcelona.cat/tempsicures/sites/default/files/7%20Usos%20del%20temps%20i%20salut.pdf>
- [7] Fundació Josep Irla, Gènere i temps: en què inverteixen les hores les catalanes i els catalans? (2019), [en línia]. Disponible a: <https://irla.cat/wp-content/uploads/2019/04/eines31-variables.pdf>
- [8] Ogden, R. S., The passage of time during the UK Covid-19 lockdown (2020), [en línia]. Disponible a: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0235871>
- [9] Caballero, R. R., El tiempo en pandemia: ¿pasa más lento o más rápido? (2021), [en línia]. Disponible a: <https://theconversation.com/el-tiempo-en-pandemia-pasa-mas-lento-o-mas-rapido-153986>
- [10] Centre d'Estudis d'Opinió, Enquesta sobre els usos del temps i el confinament (2020), [en línia]. Disponible a: <http://upceo.ceo.gencat.cat/wsceop/7608/Dossier%20de%20premsa%20-966.pdf>
- [11] Institut Català de les Dones, L'impacte de gènere de la COVID-19 en dades (2020), [en línia]. Disponible a: [https://dones.gencat.cat/web/.content/03\\_ambits/Observatori/03\\_dossiers\\_estadistics/Limpacte-de-gener-de-la-COVID-19-en-dades.pdf](https://dones.gencat.cat/web/.content/03_ambits/Observatori/03_dossiers_estadistics/Limpacte-de-gener-de-la-COVID-19-en-dades.pdf)
- [12] IESE Business School, Un lugar de trabajo sostenible: hacia un modelo remoto y presencial (2021), [en línia]. Disponible a: [https://dones.gencat.cat/web/.content/03\\_ambits/Observatori/03\\_dossiers\\_estadistics/Limpacte-de-gener-de-la-COVID-19-en-dades.pdf](https://dones.gencat.cat/web/.content/03_ambits/Observatori/03_dossiers_estadistics/Limpacte-de-gener-de-la-COVID-19-en-dades.pdf)
- [13] Paisaje Transversal, Escuchar y transformar la ciudad (2019). Editorial Catarata, ISBN: 978-84-9097-688-3
- [14] Miralles Guasch, C., Dones, mobilitat, temps i ciutats (2010), [en línia]. Disponible a: [https://dones.gencat.cat/web/.content/03\\_ambits/docs/publicacions\\_quaderns14.pdf](https://dones.gencat.cat/web/.content/03_ambits/docs/publicacions_quaderns14.pdf)
- [15] Ajuntament de Barcelona, Usos del temps i mobilitat (2006), [en línia]. Disponible a: <https://ajuntament.barcelona.cat/tempsicures/sites/default/files/3%20Usos%20del%20temps%20i%20mobilitat.pdf>
- [16] Greenpeace, Ranking de la movilidad urbana 2019 (2019), [en línia]. Disponible a: [https://www.ucm.es/data/cont/docs/3-2020-02-03-Informe%20GP\\_An%C3%A1lisis-de-Movilidad-en-Ciudades-Neopolitan.pdf](https://www.ucm.es/data/cont/docs/3-2020-02-03-Informe%20GP_An%C3%A1lisis-de-Movilidad-en-Ciudades-Neopolitan.pdf)
- [17] Moreno, C., Viure en proximitat, la ciutat dels 15 minuts (2020), [en línia]. Disponible a: <https://www.barcelona.cat/metropolis/ca/continguts/viure-en-proximitat-la-ciutat-dels-15-minuts>
- [18] Ajuntament de Barcelona, Temps, ciutadania i desigualtats (2006), [en línia]. Disponible a: [https://ajuntament.barcelona.cat/pactedeltemps/sites/default/files/temps\\_ciutadania\\_i\\_desigualtats\\_0.pdf](https://ajuntament.barcelona.cat/pactedeltemps/sites/default/files/temps_ciutadania_i_desigualtats_0.pdf)
- [19] The Urban Observatory, +tempo +spazio: Torino attiva (2011), [en línia]. Disponible a: <https://theurbanobservatory.com/2011/10/17/tempo-spazio-torino-attiva/>
- [20] Data2x, Invisible no more? Country Case Studies (2018), [en línia]. Disponible a: <https://data2x.org/wp-content/uploads/2019/05/Data2X-Invisible-No-More-Volume-2.pdf>