



# LA CONCILIACIÓN DE LA VIDA

## Gestionando el día a día

Cada persona dispone de un tiempo limitado que distribuye entre los diferentes tiempos de vida: trabajo, familia y tiempo personal.

**¡Encontremos el equilibrio del tiempo!**



Conoce las medidas y servicios que permiten organizar un mejor modelo de vida

## ¿QUÉ ES Y QUÉ NO ES CONCILIAR?



### Conciliar es...

...buscar el equilibrio entre vida personal, familiar y profesional.

...mejorar la calidad de vida de las personas y lograr la corresponsabilidad entre hombres y mujeres.

...compatibilizar los intereses, obligaciones y necesidades.



### Conciliar no es...

...algo sólo para mujeres.

...ayudar a las mujeres a realizar más cómodamente el cuidado de la familia y el hogar.

...trabajar menos (y no se limita a flexibilidad de horarios y permisos laborales).

## ¿CÓMO PODEMOS COMPATIBILIZAR EL ESPACIO LABORAL, FAMILIAR Y PERSONAL?

### Flexibilización del TIEMPO

Los objetivos son más importantes que los horarios. Y las personas tienen autonomía para decidir el horario más beneficioso para ellos y la empresa.



Flexibilidad en la entrada y la salida.

Banco de horas: canje de horas extra por horas personales puntuales.

### 1 MEDIDAS DE FLEXIBILIZACIÓN



### Flexibilización en el EL ESPACIO

Se desvincula la persona trabajadora de un espacio físico concreto. Puede desarrollar su tarea profesional en diferentes lugares.



Trabajar desde casa: modelos alternativos de trabajo a distancia puntual.

Reuniones por videoconferencia para evitar desplazamientos.

### FLEXIBILIZACIÓN

La dedicación laboral se adapta a los diferentes momentos del ciclo vital.



Prolongar la vida laboral con una jubilación gradual.

Ampliación de los permisos vinculados a la paternidad/maternidad más allá de lo que exige la ley.

### 2 RELACIONES LABORALES



### APOYO PROFESIONAL

Se asesora y forma a las trabajadoras y trabajadores para garantizar su desarrollo profesional y personal.



Formación en línea y otros modelos de formación no presencial.

Flexibilización de la jornada para cursar estudios.

### INDIRECTOS

Recursos aportados por las empresas para facilitar la conciliación.



Cheque servicio y otras ayudas económicas, para servicios de guarda de menores y personas dependientes a cargo.

Apoyo a la movilidad diaria: parking gratuito, incentivos para compartir coche.

### 3 SERVICIOS O PRESTACIONES



### SERVICIOS Y PRODUCTOS COMPLEMENTARIOS

Dirigidos a clientela o plantilla.



Servicio de canguro o guarda de niños o personas dependientes simultáneo a cursos o seminarios.

Servicio de comedor en la misma empresa, office equipado, etc.

## EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE LA CONCILIACIÓN LABORAL

### CONCILIACIÓN INEXISTENTE

70'S

Jornada 48 horas semanales

### REDUCIENDO LA JORNADA LABORAL

80'S

Jornada 40 horas semanales

### CONCILIA... ¿QUÉ? EUROPA MUEVE FICHA!

90'S

Se sitúa la conciliación en la agenda política

### TOMA DE CONCIENCIA: ¡NUEVOS MOVIMIENTOS!

00'S

Primeras leyes de igualdad y permisos regulados por ley

### CONSOLIDACIÓN: ORGANISMOS Y EMPRESAS PASAN A LA ACCIÓN

10'S

Se empieza a hablar de corresponsabilidad

## ¿TE GUSTARÍA PROFUNDIZAR MÁS?



Tipos de contratos +