

**XVI Jornadas Internacionales BANCOS DEL TIEMPO X CONCILIACIÓN DE LA VIDA FAMILIAR
Y LABORAL
Barcelona, 16 y 17 de Octubre 2014.**

Sra. Elvira Méndez. Directora General Asociación Salud y Familia

Las posibilidades efectivas de conciliación de la vida familiar y laboral afectan de forma crucial a la calidad de la vida diaria de todas y todos, especialmente de las mujeres y de los menores.

Los esfuerzos para conciliar la vida familiar y laboral se distribuyen de forma muy desigual entre mujeres y hombres, recayendo principalmente en las mujeres. Todas las encuestas y estudios realizados en Cataluña y en la Unión Europea revelan que las mujeres trabajadoras soportan cargas de trabajo global (domésticas, de cuidado y laborales) manifiestamente más elevadas que los varones. Esta sobrecarga de tareas consume horas y horas de la vida de las mujeres. El indicador cuantitativo de dedicación horaria no llega a reflejar la presión psicosocial a la que tantas mujeres están sometidas dado que simultáneamente realizan varias tareas a la vez, entre éstas y quizás la más intangible y significativa, mantener la continuidad del cuidado y la atención de sus seres queridos de forma permanente.

Las oportunidades de conciliación de la vida familiar y laboral son el resultado de un entramado de políticas e iniciativas públicas: políticas de apoyo a las familias, disponibilidad de servicios públicos de atención a los menores y las personas dependientes, políticas laborales y políticas comunitarias.

Las políticas comunitarias a escala local inciden en la mejora de los usos del tiempo en la vida diaria promoviendo un cambio social de valores y facilitando la ampliación y la cohesión de las redes de amistad y de apoyo social.

El movimiento de los Bancos del Tiempo en su conjunto está incidiendo en el cambio social de valores que favorece una conciliación de la vida familiar y laboral más igualitaria, más compartida y mejor repartida. Los valores de reciprocidad, corresponsabilidad, compromiso entre personas y ayuda mutua que sustentan la práctica diaria de los intercambios y las relaciones personales en los Bancos del Tiempo muestran que las/os ciudadanas/os activas/os podemos cambiar la corriente principal de la vida social.

En los Bancos del Tiempo se practican los valores de la corresponsabilidad, la reciprocidad y la ayuda mutua lo que contribuye a reducir los estereotipos de género ofreciendo a todas/os las/os socias/os la oportunidad de ponerse en contacto con lo valioso de cada persona. Los Bancos del Tiempo permiten aprender cómo usar las oportunidades, los bienes y los recursos a favor de uno mismo en un clima de compromiso y corresponsabilidad.

Los Bancos del Tiempo, mediante la experiencia del intercambio y de la reciprocidad, hacen que veamos con claridad cuanto y como estamos de entrelazados. Las personas existimos porque otras personas nos brindan existencia. Nadie puede desenvolverse por sí mismo aisladamente. Para desarrollar y mantener las actividades, las funciones y las relaciones necesarias para vivir una vida de calidad nos necesitamos mutuamente. Y más aún cuando aceptamos que una vida unidimensional no es deseable ni posible. Todas/os tenemos necesidad de encajar aspectos, espacios y tiempos diferentes en nuestras vidas. Por ello, la conciliación de la vida familiar, laboral y personal es hoy un objetivo común de primera magnitud.

Una vida familiar y laboral que nos permita relacionarnos con calidad y cuidar los unos de los otros no es una esperanza vana. Las rutas están abiertas y cada vez las transitan más mujeres y hombres que han entendido que sus vidas individuales son profundamente interdependientes de la vida de sus comunidades y que su contribución es decisiva.