

RESPOSTES AL TREBALL DE GRUP 7

1. Partint de la ponència i dels dos testimonis, com veus la teva realitat objectiva pel que fa a l'ús del temps. En què t'ha enriquit, quines novetats hi trobes?

No s'ha plantejat el temps de jubilació: quan passem d'estar ocupat tot el temps per temes laborals a tenir tot el temps del món. És un canvi important.

Veiem que els nostres horaris afecten els nostres compromisos en temes d'associacionisme. També ens podem afectar greument en les relacions socials i la cura dels nostres fills. Poca broma.

Els horaris incideixen en la salut i també en crear desigualtats socials. Per tot això, cal una legislació que reguli els horaris laborals, de comerç i de serveis. Recordem que no només les grans superfícies obren fins a tard, sinó que tenim col·lectius d'immigrants (pakistanesos, xinesos...) que obren en festius i allarguen molt el seu horari comercial.

A nivell familiar, per tal d'evitar problemes de salut, de comunicació i convivència, també ens cal trobar espais. És per això encara més important fer coincidir horaris de trobada (conciliació laboral i familiar). També cal recordar que durant els àpats, tenir la televisió encesa perjudica la comunicació familiar. Fins i tot quan dinem sols, tenir la televisió encesa no ajuda, ja que no parem atenció a com estem, a com mengem...

Hi ha horaris que sí que podem començar a modificar: intentar comprar abans de les 19h, avançar l'horari de les misses i de les reunions...

Els infants ens han fet replantejar l'horari d'àpats i de descans: ara són més regulars. Això ha millorat la qualitat de vida de la família i ha fet veure que és possible un canvi.

A Espanya tenim molta contaminació lumínica i de televisió a les ciutats i això dificulta tenir prou hores de descans i/o de qualitat. Dormir és molt important, gairebé més que menjar. Estudis científics recents parlen que és quan dormim que el nostre cervell selecciona el que aprenem.

Serà bo conèixer més estudis de les comunitats que han compactat horaris (pe. les escoles d'Andalusia) que mostrin no només la reducció de costos que suposa, sinó els pros i contres ten temes de salut i equitat social.

També seria interessant conèixer si el nostre fus horari és idoni. Es tracta d'una franja molt ampla per a molts països amb horaris solars molt diferents.

Recordem que molta gent allarga la jornada laboral perquè té un sou precari que no li permet viure decentment. Cal continuar reivindicant millores en aquest sentit.

Pel que fa a horaris flexibles, per a moltes empreses ha estat l'oportunitat per allargar la jornada (pots entrar més tard, però la reunió la poso a darrera hora...). També el teletreball en algunes ocasions, no ha estat ben gestionat: pots treballar des de casa però com que treballem per projectes i no pas per hores, per demà has d'acabar un volum de feina que a casa, amb la família, és molt difícil de dur a terme.

Pensem que hi ha horaris que no són tan fàcils de regular: els serveis (pe. serveis sanitaris).

Ha faltat aprofundir en com administrem el nostre propi temps (el que podem administrar, clar). Sempre hi ha més feina de la que podem fer. És interessant pensar que una activitat també em suposarà preparació (una reunió, un voluntariat...) i aquest és un temps que cal contemplar quan ens comprometem.

Cal també una actitud de compromís flexible al canvi. Un compromís en l'ara i no tant amb l'ahir o el demà, amb responsabilitat compartida per a no defallir quan no arribem.

2. Quines opcions socials o evangèliques són les que més marquen el temps que dediques a allò que tu consideres important?

Alguns opten per l'opció per les persones desfavorides o malaltes, assegurant que la relació de gaudi ha de ser recíproca.

Les opcions o prioritats han d'anar més marcades per prioritats personals que no pas pel context que vivint. Per tant, cal escoltar-se més a un mateix i actuar amb coherència. Això vol dir dedicar temps per aturar-se i escoltar-se.

3. Escoltant el que han dit els altres del teu grup, quines crides sents i a què hauries de dedicar més temps i a què no?

La qualitat del temps ens la dona la comunicació i el que compartim amb els altres. Optem més per les relacions i no tant per l'activisme.

Segons el grau de responsabilitat de la persona, podem arribar a estressar-nos molt si no sabem dir que no a tasques que no arribem o que no podem fer en el temps del qual disposem.

És important també tenir estones per "perdre el temps", relaxar-se, no fer res programat.

Viure bé el temps que tenim, vol dir, cercar l'equilibri entre el que volem fer i el que som capaços de fer dins d'una franja horària limitada.