

**14:00-14:15 h. Clausura**

**Jesús Alfaro Santafé.** Presidente de la Comarca de Hoya de Huesca/Plana de Uesca

**Teresa Sevillano Abad.** Directora General de Igualdad y Familias. Departamento de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón

**Destinatarios/as:**

**Profesionales** que trabajen en **distintas administraciones públicas** de Ayuntamientos o Comarcas

**Representantes de empresas y entidades sociales:** asociaciones, fundaciones..., empresas de iniciativa social, empresas, cooperativas...

**Familias** y personas interesadas en el tiempo como valor y el aprendizaje de su gestión como punto clave de calidad de vida

**25 de OCTUBRE de 2017**  
**De 10:00 h. a 14:15 h.**

**INSCRIPCIÓN:** cumplimentando solicitud a través del siguiente enlace en barra del navegador, hasta el 23 de octubre inclusive:  
**<http://bit.ly/2x2MaSV>**

**Capacidad: 80 plazas.** Se cubrirán por orden de inscripción hasta completar aforo

**Salón de Actos de Bantierra**  
C/ Berenguer, nº 2-4  
22002 HUESCA



**25 OCTUBRE 2017**  
**HUESCA**

**JORNADA COMARCAL**



**GESTIÓN DE TIEMPOS**

**Para el Bienestar Personal  
y Familiar**

**Los usos del tiempo y las  
familias**

## Programa

La buena gestión del tiempo tiene múltiples y buenos efectos sobre la vida de las personas y de las familias.

La realidad familiar de hoy es compleja y no hay lugar a dudas sobre la necesidad de adoptar medidas específicas en la racionalización de horarios que faciliten la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, aumentar la productividad, apoyar el rendimiento escolar, favorecer la igualdad, disminuir la siniestralidad, facilitar la globalización, mejorar la calidad de vida, cuidar y mantener hábitos saludables, dormir el tiempo suficiente y, en definitiva, dar mayor valor al tiempo.

Racionalizar horarios para hacerlos convergentes con el desarrollo vital y aprender a hacer una buena gestión de nuestro tiempo, es tarea fundamental y vital para nuestro bienestar como personas y la convivencia armónica en el entorno familiar.

### 10:00-10:15 h. Inauguración

**M<sup>a</sup> Victoria Broto Cosculluela.**  
Consejera de Ciudadanía y Derechos Sociales. Gobierno de Aragón.

**Luis Felipe Serrate.** Alcalde de Huesca.

### 10:15-11:30 h. Ponencia

#### ***LA RACIONALIZACIÓN DE HORARIOS: Productividad y Bienestar Personal y Familiar***

**José Luis Casero.** Representante de ARHOE: Asociación para la Racionalización de los Horarios Españoles.

### 11:30 -12:00 h. Descanso / café

### 12:00-13:00 h. Ponencia

#### ***APRENDIENDO A GESTIONAR NUESTRO TIEMPO. La gestión del tiempo como experiencia personal y familiar***

**Nieves Asensio Echegoyen.** COACH especializada en Inteligencia Emocional y Mindfulness.

13:00-14:15 h. Mesa Redonda:

### **EXPERIENCIAS DEL BUEN USO DEL TIEMPO. Uso racional y conciliador**

#### ***La empresa y la responsabilidad social***

**SALVADOR CORED. CEOS-CEPYME HUESCA.** Confederación empresarial oscense

#### ***La gestión del tiempo: Conciliación y corresponsabilidad***

**ROSA SERRANO. UGT HUESCA**

#### ***Familias con especiales dificultades en la gestión del tiempo***

**Representantes de CADIS HUESCA.**  
Coordinadora de Asociaciones de Personas con Discapacidad de Huesca

#### ***Armonización de horarios escolares, laborales y familiares***

**NIEVES BURÓN. FAPAR.** Federación de Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos/as de la Escuela Pública de Aragón