

La conciliación personal, familiar y laboral

¿Qué es la conciliación personal, familiar y laboral?

La conciliación es una **estrategia para compatibilizar el espacio personal, familiar y laboral y equilibrar el uso de los tiempos** de la vida de cada persona en función de sus obligaciones, necesidades y prioridades.

Está relacionada con las oportunidades que tienen las mujeres y los hombres de participar en el ámbito familiar, personal y laboral de forma equilibrada, desde una visión integral y partiendo de su derecho a desarrollarse en los tres ámbitos.

Conciliar la vida personal, familiar y laboral **es un derecho y una condición fundamental para garantizar la igualdad entre mujeres y hombres.**

Además, garantiza que:

- Las mujeres y los hombres accedan al mercado de trabajo y puedan permanecer en él sin que su situación familiar sea un elemento que afecte negativamente a sus posibilidades de acceso al empleo o a puestos de responsabilidad.
- Los hijos y las hijas puedan ser cuidados y educados por sus progenitores.
- Las personas en situación de dependencia sean atendidas por sus familias siempre y cuando ellas así lo deseen y sea posible.

Y también facilita que cualquier persona trabajadora pueda mantener una carrera profesional plena y a la vez ejercer su derecho al cuidado de su familia, el desarrollo de su personalidad, su formación o el disfrute de su ocio y tiempo libre.

¿Quiénes están implicados?

- **Las familias:** a través de la corresponsabilidad con el reparto equitativo de las responsabilidades domésticas y familiares.
- **Las empresas:** aplicando políticas de igualdad e implantando medidas de conciliación laboral, personal y familiar.
- **Las Administraciones Públicas:** diseñando políticas públicas y apoyando la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.
- **Los sindicatos:** impulsando la inserción de medidas de conciliación personal, familiar y laboral en las negociaciones colectivas.
- **Los trabajadores y trabajadoras:** ejercitando su derecho a conciliar de una forma responsable.

¿Qué medidas existen actualmente?

No en todas las comunidades autónomas existe una regulación específica de la conciliación personal, familiar y laboral. Pero con la **modificación del Estatuto de los Trabajadores** en el año 2019, cualquier trabajador o trabajadora tiene derecho a la adaptación de la jornada y a solicitar flexibilidad horaria, cambio de turno o incluso teletrabajo sin necesidad de reducir horas ni salario.

Estos derechos vienen de forma más detallada en el Capítulo V del **BOE núm.159, de 4 de julio de 2019, por la que se registra y publica el XV Convenio colectivo general de centros y servicios de atención a personas con discapacidad.**

Cada vez más las administraciones públicas ponen a disposición de la ciudadanía servicios de: atención residencial temporal, ludotecas y/o guarderías, campus o actividades de verano, etc. enfocadas hacia la conciliación de las familias.

Por su parte, el Movimiento Asociativo **Plena inclusión** dispone de **servicios de conciliación y de respiro familiar** a través de los que se ofertan diferentes modalidades: estancias (cortas o largas) por días, estancias con alojamiento en recursos comunitarios, apoyos puntuales en domicilio, acompañamientos, etc. Puedes consultar los servicios disponibles en tu federación más cercana.

Asimismo, muchas federaciones cuentan con servicios de información, orientación y asesoramiento a familias donde pueden informaros sobre las medidas de conciliación de vuestra comunidad autónoma.

Puedes consultar tu federación más cerca en el siguiente enlace:
<https://www.plenainclusion.org/conocenos/nuestra-organizacion/donde-estamos>