

Caja de herramientas



1. ¿Cómo distribuimos nuestras labores remuneradas y no remuneradas en un día tipo?

A través de esta herramienta, se puede analizar cómo es un día tipo semanal de las personas adultas responsables del hogar y ver cómo se distribuye el trabajo remunerado y no remunerado en ese día tipo. En caso de que alguna de las personas adultas que integran el hogar no trabaje de manera remunerada, sigue siendo importante redistribuir las labores domésticas y de cuidado de manera equitativa.

Instrucciones: la invitación es que las personas adultas del hogar, piensen cómo es un día tipo laboral de la semana, y qué es lo que hacen en las 24 horas del día, describiendo las horas en que duermen, cocinan, se transportan, hacen distintas tareas domésticas, de cuidado y su horario laboral en caso de que trabajen de manera remunerada. Después que cada persona rellenó su respectivo día tipo comparen y vean si hay balance o no, en cómo se reparten las tareas de cuidado y domésticas, considerando además el trabajo remunerado.

Día tipo laboral de la semana

Responsable 1:



Responsable 2:

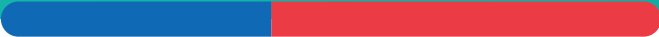




2. ¿Cómo usamos el tiempo en una semana tipo?

El siguiente cuadro ayudará a las personas a detectar las cargas de trabajo y si están equitativamente repartidas al interior del hogar, considerando las posibilidades personales y la disponibilidad laboral de cada persona.

Comparando las horas semanales en las distintas actividades de cada persona adulta responsable, podremos también perfilar mejor aún en qué tipo de actividades gasta su tiempo cada una y qué podemos hacer para hacer un justo balance.



Tareas	Responsable 1	Responsable 2	Otros responsables
Horas semanales destinadas al trabajo remunerado fuera de casa			
Horas semanales de trabajo remunerado desde casa			
Horas semanales destinadas al trabajo doméstico			
Horas semanales destinadas a atender y cuidar a otras personas de la familia			
Horas semanales para ocio común			
Horas semanales para ocio individual			
Horas semanales para formación, desarrollo personal			



3. ¿Qué tareas domésticas y de cuidado realizamos al interior del hogar?

Basándonos en la información completada en las dos herramientas anteriores, se debe indicar quién hace las siguientes tareas de la tabla N°3. Por cada tarea evaluar quién hace más frecuentemente esa tarea, y si creen repartirla de manera equitativa, seleccionen ambos.

Algunas cosas para tener en consideración que pueden ayudar:

- Esta es solo una lista sugerida de tareas, ya que hay que considerar que cada hogar es diferente.
- Considera que las tareas domésticas y de cuidado requieren de tiempos y frecuencias distintas.

Tareas	Responsable 1	Responsable 2	Responsable 3	Todos por igual
Preparar el desayuno				
Preparar la comida				
Lavar la loza				
Guardar la loza lavada				
Hacer la lista de las compras				
Hacer las compras				
Organizar el menú diario y/o semanal				
Pagar y administrar cuentas				
Sacar la basura				
Limpiar las ventanas				
Limpiar el/los baños				
Recoger la ropa				
Limpiar superficies (pisos, muebles, entre otros)				
Hacer la/s camas				
Lavar la ropa				
Tender la ropa				
Planchar la ropa				
Guardar la ropa				
Decidir las compras relacionadas a las necesidades de las personas del hogar (ropa, artículos escolares, etc.)				
Asistir a reuniones de apoderados/as				
Llevar a los niños/as y/o personas con dependencia a centros de salud				
Revisar las tareas escolares de hijos/as				
Jugar con los hijos/as				
Ordenar/recoger juguetes				
Hacer arreglos de ropa				
Hacer arreglos de mantenimiento del hogar (fontanería, electricidad, etc.)				
Llevar a los hijos/as a actividades extraescolares (talleres, plaza, etc.)				
Cuidar las plantas de la casa				
Cuidar los animales de la casa				
Hacer una limpieza profunda				
Atender tareas domésticas de personas con dependencia				
Higiene de los hijos/as				
Vestir a los hijos/as pequeños				
Vestir a las personas con dependencia				
Otros				

4. Ahora, ¿cómo distribuimos las tareas identificadas?

Una vez que identifiquemos si las brechas de distribución son desigual en el uso del tiempo entre las personas adultas responsables, utilizaremos esa información para acordar y definir cómo se redistribuirá el tiempo, procurando considerar edad de las personas, las responsabilidades fuera del hogar como estudios o trabajo, y sus posibilidades. Es importante que ese reparto se haga de forma equitativa y justa.

Pueden asignarse tareas específicas a cada uno/a, o pueden turnarse en las mismas tareas, lo importante es que lleguen a un acuerdo común en que ambos evalúen que las tareas de cuidado y doméstica están bien repartidas y balanceadas.

Sabemos que es difícil plantear cambios a las rutinas de los hogares, y que la invitación a la corresponsabilidad no se alcanza de manera inmediata, sin embargo, la corresponsabilidad en el trabajo no remunerado es una pieza clave para lograr la equidad de género. Tal como esperamos que hombres y mujeres participen de igual manera en el mercado laboral para que así todos y todas contribuyan al desarrollo de la sociedad, esperamos también que hombres y mujeres participen de igual manera al interior del hogar.

¡Ten en cuenta los siguientes consejos!

- En la medida de lo posible, es importante que las personas adultas del hogar intenten ampliar la red de apoyo para el cuidado.
- Hombres y mujeres podemos enseñar e involucrarnos en la realización de las tareas domésticas y de cuidado.
- Siempre considera la edad de quienes conforman el hogar, sus posibilidades, sus responsabilidades laborales y escolares, para lograr un balance en la repartición de tareas domésticas y de cuidados.

Recuerda, adoptar la corresponsabilidad:

- Aumenta el sentido de responsabilidad de quien se involucra.
- Entrega una sensación de independencia y cierta autonomía al ser capaces de hacer algo por sí mismos/as.
- Mejora la autoestima, al ver que otras personas confían en el desempeño que se tiene en los trabajos domésticos, ya que éstos contribuyen al bienestar de la familia.
- Mejora las relaciones al interior de la familia y el hogar.
- En los niños y niñas mejora la adaptación social, al incorporarse a una sociedad en la que hay que trabajar dentro y fuera de casa.
- Se aprende a valorar y comprender el trabajo doméstico y de cuidado. Se fomentan prácticas de cooperación.
- Disminuye la sobrecarga de las mujeres y les permite tener más tiempo y energía para descansar, dedicarse a su desarrollo personal, al ocio, y a la participación en espacios de toma de decisiones.
- Impacta directamente en la inserción y desarrollo laboral de las mujeres.