



Réseau international des gouvernements locaux et régionaux des politiques temporelles

Marc Martorell Escofet, chargé de mission temps au TUI et membre du
secrétariat de la [Local and Regional Time Network](#)

Nous avons un problème avec le temps

En Europe, 20 à 30 % des citoyens souffrent de pauvreté temporelle, tandis qu'en Amérique latine, ce chiffre atteint jusqu'à 50 %.



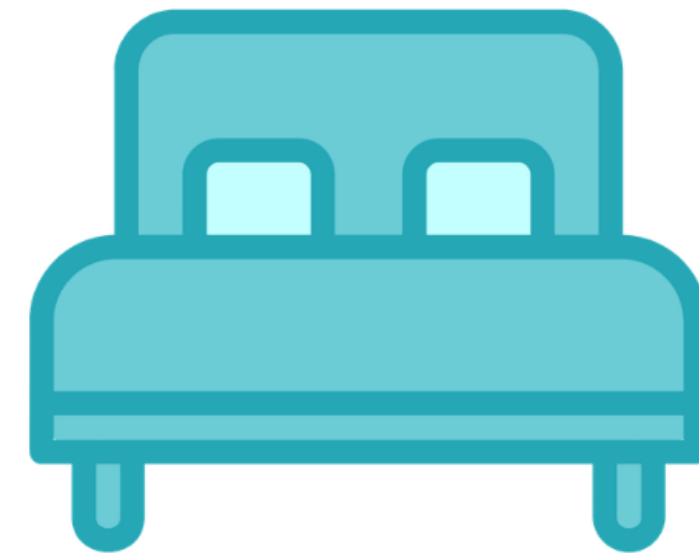
SOURCE : Enquête européenne sur la qualité de vie (EQLS) et rapport de la Banque interaméricaine de développement (BID)

La privation structurelle de sommeil entraîne des pertes estimées du PIB national de 1 à 3 %.



SOURCE : rapport de la RAND Corporation, "Why Sleep Matters: The Economic Costs of Insufficient Sleep" (2016)

Le manque d'heures de sommeil augmente de 55 % la dépression et les troubles du comportement, en particulier chez les jeunes.



SOURCE : article de Nature Reviews Psychology, "Sleep's role in the development and resolution of adolescent depression" (2022)

Nous avons un problème avec le temps

Les taux de natalité stagnent depuis 2011 en raison d'un manque d'équilibre entre vie professionnelle et vie privée : 1,53 naissance par femme dans l'UE en 2021.



SOURCE : statistiques d'Eurostat sur la fécondité

Les horaires scolaires matinaux entraînent une faible productivité chez les élèves, en particulier à l'adolescence.



SOURCE : American Academy of Pediatrics (AAP) et National Sleep Foundation (NSF)

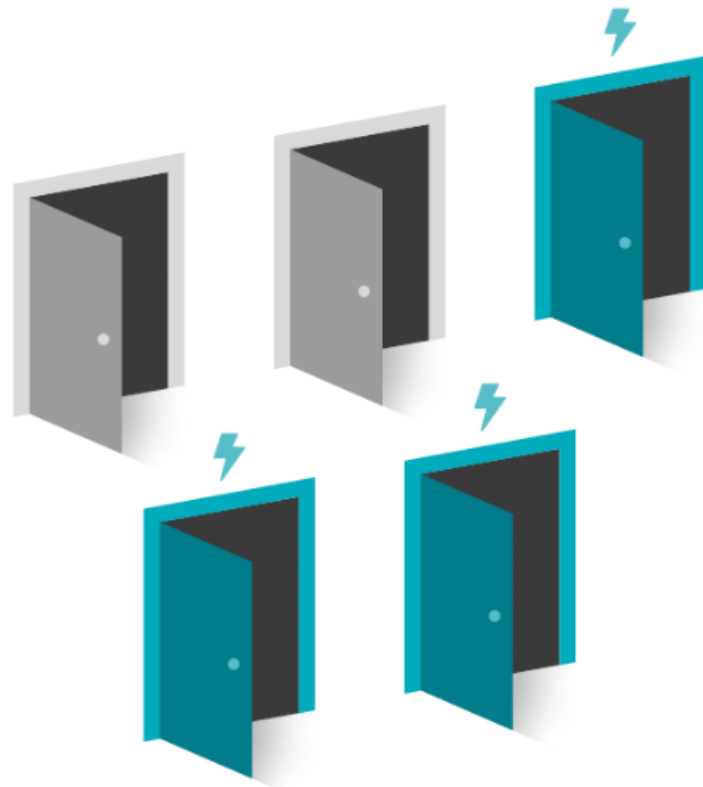
Les trajets domicile-travail sont vécus comme une "perte de temps". En Europe, 10 % du temps quotidien est consacré aux déplacements. En Amérique latine, ce chiffre atteint 17 %.



SOURCE : Banque mondiale et OCDE

Nous avons un problème avec le temps

Le stress au travail est l'une des principales causes de l'épuisement professionnel dans l'UE.



SOURCE : enquête européenne d'Eurofound sur les conditions de travail

745 194 décès dans le monde sont dus à de longues heures de travail, en particulier dans les pays asiatiques.



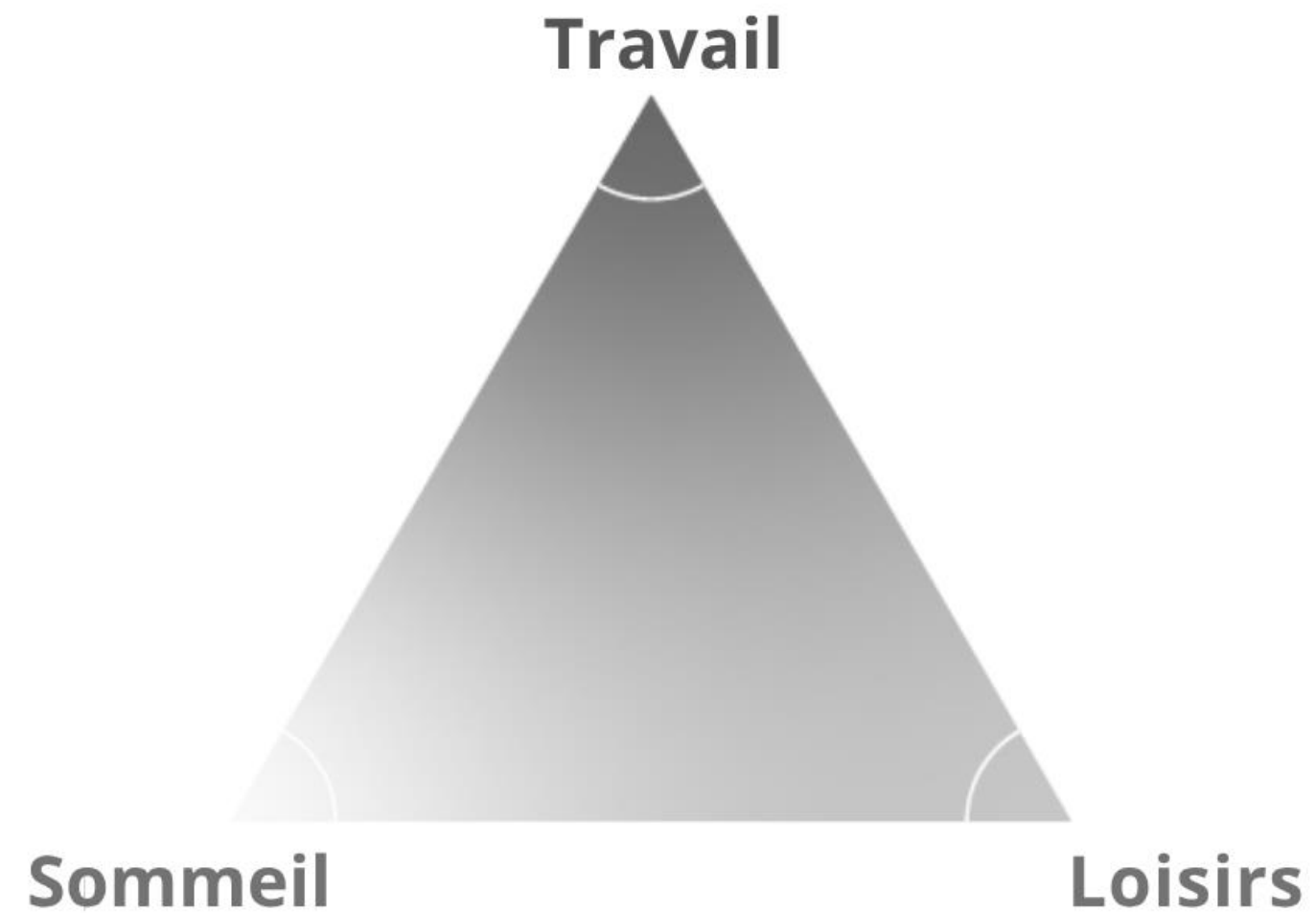
SOURCE : rapport de l'OIT et de l'OMS, "Long Working Hours and the Risk of Heart Disease and Stroke" (2021)

20 % des cas de dépression dans le monde sont liés au stress professionnel.

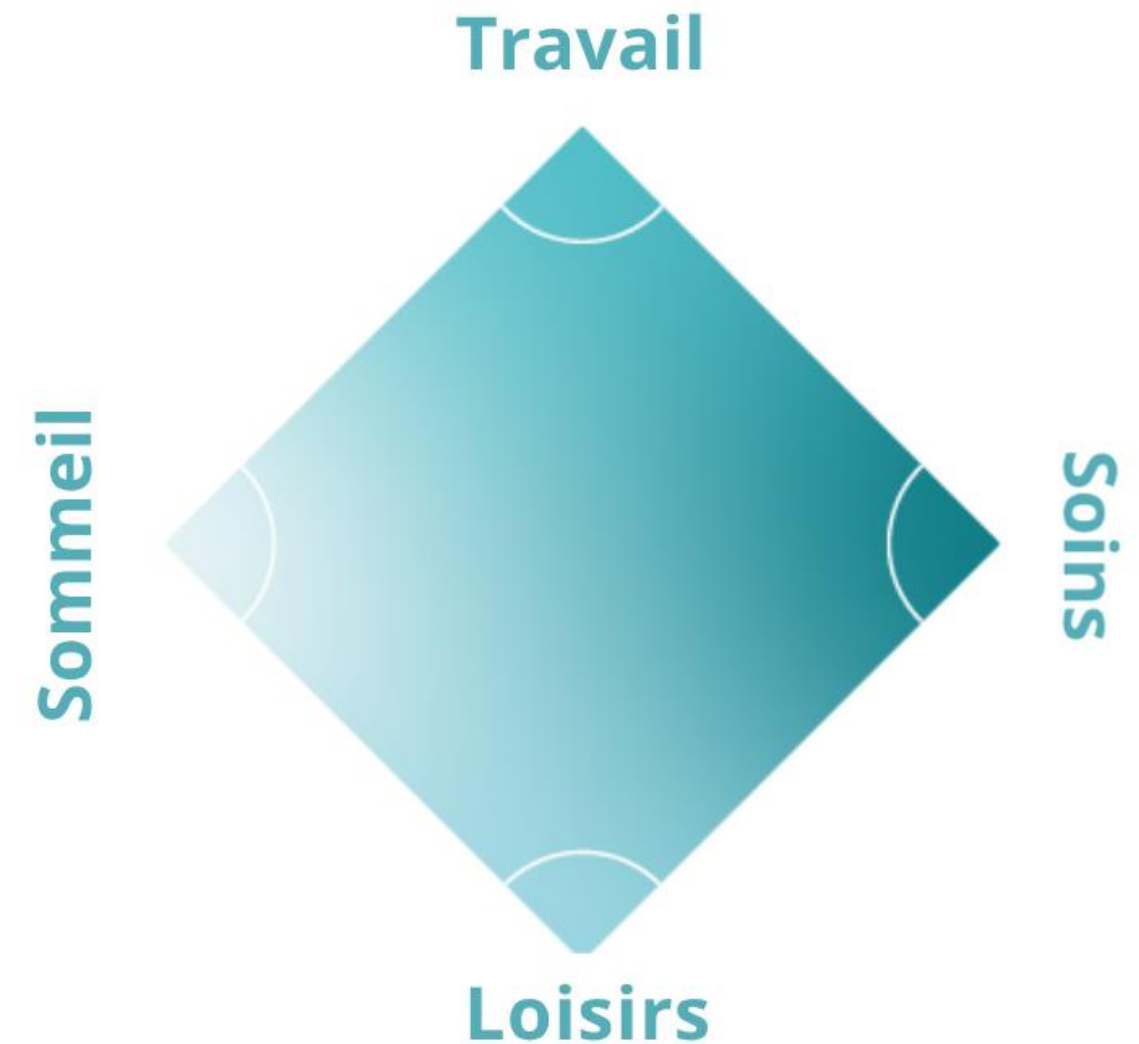


SOURCE : rapport de l'OMS, "Mental Health and Work: Impact, Issues and Good Practices"

Le droit au temps : un nouveau paradigme



“Triangle des huit heures” (Robert Owen, 1817)



“Diamant de l'équilibre de vie”

Société future

BÉNÉFICES DES POLITIQUES TEMPORELLES

**Santé et
bien-être**



Égalité



Productivité



Durabilité



Qu'est-ce que le Réseau ?

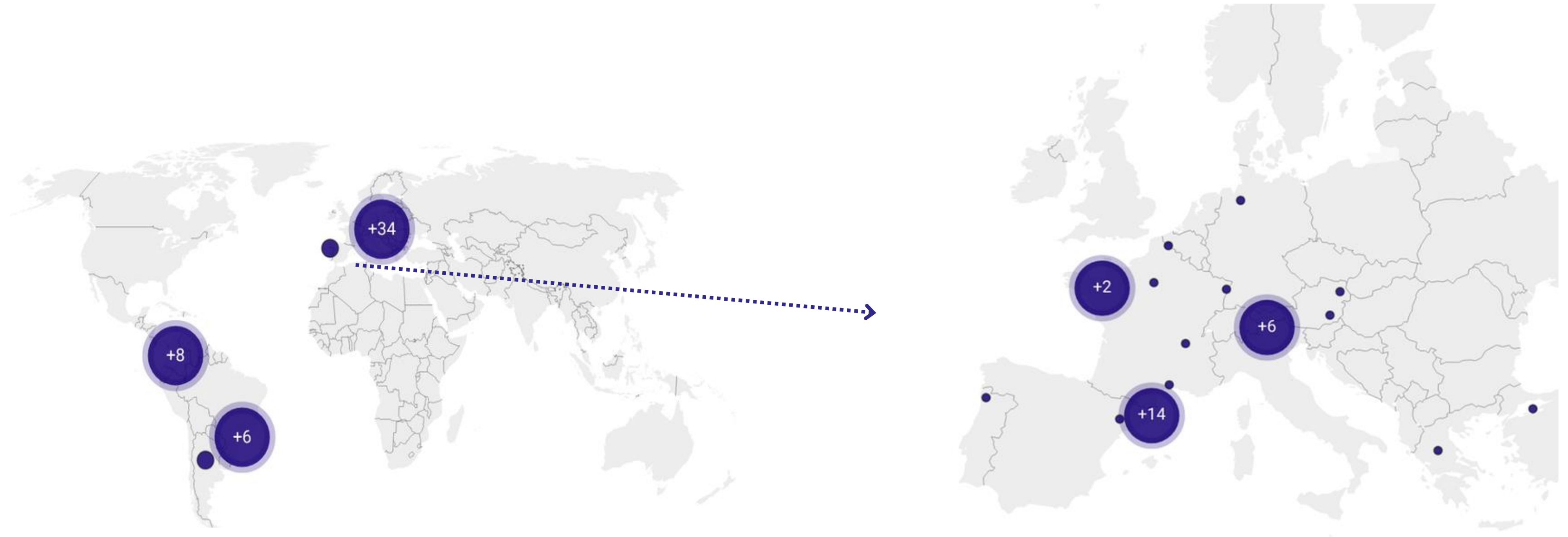
Le seul réseau **de villes, de métropoles et de régions** qui promeut la mise en œuvre de politiques du temps.

Il est composé de gouvernements infranationaux engagés en faveur du **droit au temps**.



Qui sont les membres du Réseau ?

Actuellement, le Réseau compte **50 institutions membres**, parmi lesquelles des villes, des métropoles et des régions du monde entier, comme Barcelone, Rennes, Lille, Milan, Eistanbul ou Bogotá. Cela représente un total de **90 millions d'habitants** dans le monde.



Que faisons-nous au sein du Réseau ?

1. **INNOVER** : des opportunités offertes par une communauté internationale pour comprendre, expérimenter et imaginer comment concrétiser le **droit au temps**.
2. **METTRE EN ŒUVRE** : des formations, des ressources et des outils pour apprendre à appliquer les politiques temporelles dans des contextes et réalités territoriales variés.
3. **TISSER** : des espaces d'échange, de coopération et de plaidoyer, à travers l'Assemblée générale et d'autres événements consacrés au développement des politiques publiques.
4. **INSPIRER** : la **Capitale mondiale des politiques temporelles**, un levier pour sensibiliser les citoyen·nes, renforcer la durabilité du Réseau et promouvoir des politiques temporelles innovantes.



Barcelone
2022

Bolzano
2023

Strasbourg
2024

Bogotá
2025

Sant Boi de
Llobregat
2026

Résumé des activités 2026

#MyTimeMatters a été un succès et une expérience pionnière de coordination pour sensibiliser aux politiques temporelles



YES

The gender gap in domestic and care work persists in Europe, reaching up to 2 hours a day.

SO

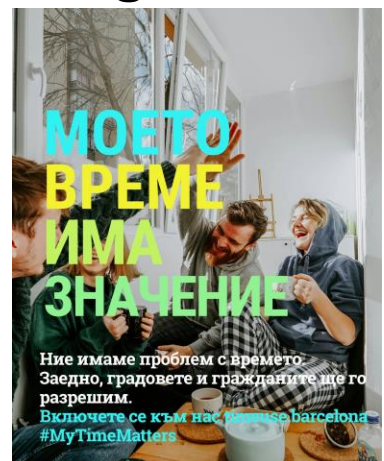
Cities, metropolises, and regions are working to expand work-life balance and care policies across all territories.

- 260 000 comptes individuels atteints
 - Plus de 20 villes et organisations ont relayé la campagne sur leurs réseaux
 - 150 000 personnes atteintes dans 25 pays de l'UE (tous sauf le Danemark et la Hongrie)
 - 110 000 personnes atteintes hors de l'UE
- Une approche efficace : « nous avons un problème avec le temps » + « les politiques temporelles apportent des solutions »
- Campagne facilement reproductible à l'avenir

Résumé des activités 2026

#MyTimeMatters a démontré que le Réseau dispose de solutions face aux défis liés au temps

Bulgarian



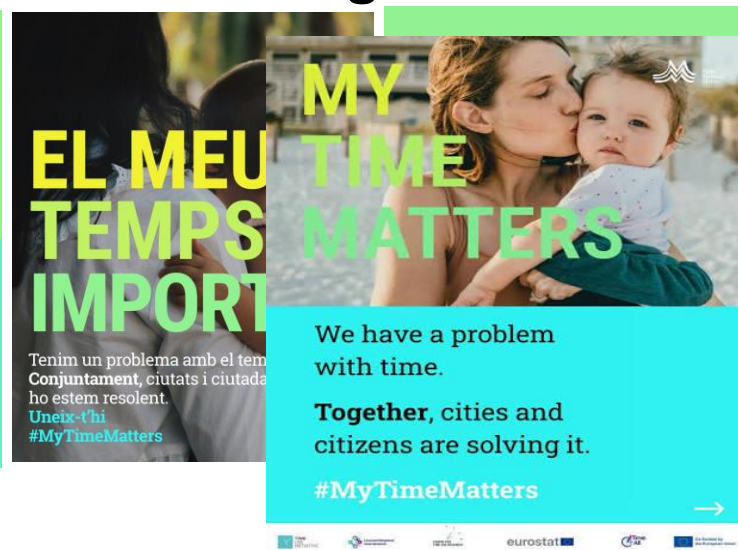
МОЕТО ВРЕМЕ ИМА ЗНАЧЕНИЕ

Ние имаме проблем с времето. Заедно, градовете и гражданите ще го разрешим. Включете се към нас [timeusebarcelona](#) #MyTimeMatters

РАБОТАТА С БЪРЗО ТЕМПО И ПОД НАПРЕЖЕНИЕ ЗА КРАТКИ СРОКОВЕ, КОЕТО ЗАСИЛВА ВРЕМЕВИЯ НАТИСК И ПРОФЕСИОНАЛНОТО ПРЕГАРЯНЕ

64% БЪЛГАРИЯ **77%** ЕС

Catalan English



EL MEU TEMPS IMPORTA

Tenim un problema amb el temps. Conjuntament, ciutats i ciutadans ho estem resolent. Uneix-t'hi #MyTimeMatters

MY TIME MATTERS

We have a problem with time. Together, cities and citizens are solving it. #MyTimeMatters

French



IT'S TIME WE RETHINK TIME TO VALUE CARE

Co-responsibility
Equal Care Rights & Co-responsibility
Aligning maternity and paternity leave and launching awareness campaigns to redistribute care and domestic work fairly, effectively closing the gender time gap.

Universal Care
Universal Care Systems
Free and universal care services for children outside of regular school hours to guarantee support for families and redistribute time for caregivers.

MAKE MOTHERS MATTER

German



MY TIME MATTERS

Nous avons un problème avec le temps. Ensemble, collectivités et citoyens s'en emparent.



1 H DE MOINS TRAVILLÉE
par jour à partir du 3e mois de grossesse

DÉCALAGE D'UNE HEURE
de la prise de poste le matin de la rentrée scolaire

MY TIME MATTERS



MEINE ZEIT IST WICHTIG

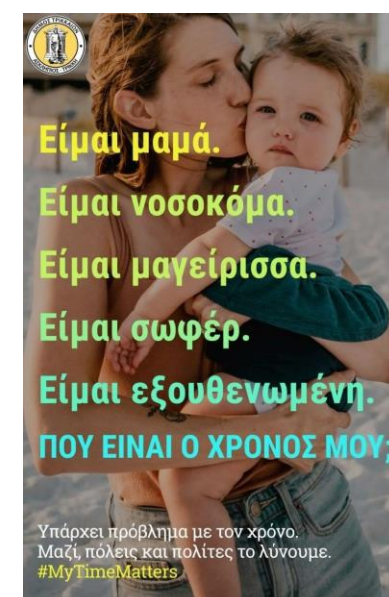
Wir haben ein Problem mit Zeit. Gemeinsam arbeiten Städte und Bürger*innen an Lösungen. Mach mit auf [timeusebarcelona](#) #MyTimeMatters

EINSAMKEIT BETRIFFT MILLIONEN MENSCHEN

18% der Frauen in Deutschland fühlen sich einsam.

➔ Fast jede fünfte Frau berichtet von Einsamkeitsgefühlen.

Greek



Είμαι μαμά. Είμαι νοσοκόμα. Είμαι μαγείρισσα. Είμαι σωφέρ. Είμαι εξουθενωμένη. ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ Ο ΧΡΟΝΟΣ ΜΟΥ;

Υπάρχει πρόβλημα με τον χρόνο. Μαζί, πόλεις και πολίτες το λύουμε. #MyTimeMatters



ΝΑΙ

Το 16% των Ευρωπαίων δεν συμμετέχει στα Κοινά λόγω έλλειψης χρόνου

Οι πόλεις της ΕΕ χρησιμοποιούν νέα εργαλεία συμμετοχής για να ξεπεράσουν τα χρονικά εμπόδια

ΓΙΑ ΑΥΤΟ ΤΟ ΛΟΓΟ

#MYTIMEMATTERS FOR LEISURE AND DEMOCRACY

Italian



IL MIO TEMPO CONTA

Abbiamo un problema con il tempo. Noi, città e cittadini, possiamo risolverlo.



SI

solo il 13% dei lavoratori italiani ha orari flessibili: la maggioranza è ancora legata a modelli rigidi

MA

Città Metropolitana adotta smart working e flessibilità oraria per un'organizzazione moderna

Polish



MÓJ CZAS MA ZNACZENIE

Mamy problem z czasem. Razem, miasta i mieszkańcy, rozwiążemy go.



SOSNOWIEC STAWIA NA SPRAWNA, ZRÓZNICOWANĄ I ZRÓWNOWAŻONĄ MOBILNOŚĆ, BO **MOJ CZAS MA ZNACZENIE**.
SOSNOWICZANIE MOGĄ KORZYSTAĆ Z RÓŻNYCH ŚRODKÓW TRANSPORTU – NOWOCZESNYCH, PRZYJAZNYCH ŚRODKOWI AUTOBUSÓW ORAZ STAŁE ROZWIJANEJ SIĘ SIĘCI TRAMWAJOWEJ.
DOSKONAŁA ALTERNATYWA DLA SAMOCHODU JEST TAKŻE SYSTEM METROROWER, KTÓRY POZWALA SZYBKO I NIECIEŻKO PRZEMIESZCZAĆ SIĘ PO CAŁEJ METROPOLII SZM. OZEKI TEMU CODZIENNE PODRÓŻE MOGĄ BYĆ KRÓTSZE, WYGODNIEJSZE I BARDZIEJ PRZEWIDYWALNE.

Sosnowiec

Portuguese



O MEU TEMPO IMPORTA



O QUE FAZEMOS PELO TEMPO DOS NOSSOS TRABALHADORES?

O Município de Braga investe no bem-estar e felicidade organizacional, com destaque para práticas laborais que promovem uma gestão do tempo mais eficaz:

- Horários de trabalho flexíveis (25% de trabalhadores abrangidos – acima da média da UE)
- Teletrabalho
- Medidas de bem-estar e saúde ocupacional
- Meios suaves de mobilidade (e.g.: veloteca)

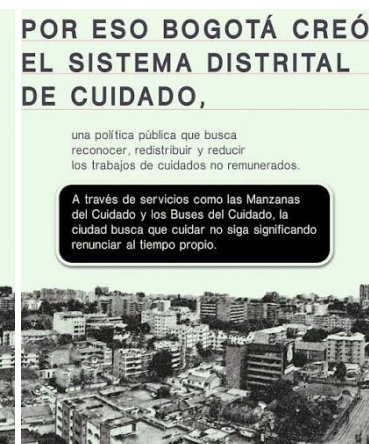
Spanish



58% DE LAS MUJERES

En Bogotá, el 58% de las mujeres ha tenido dificultades para acceder a actividades recreativas, deportivas, culturales o de salud por falta de tiempo.

No porque no quieran. Por eso el tiempo no alcanza cuando el cuidado sigue recayendo de forma desigual.



POR ESO BOGOTÁ CREÓ EL SISTEMA DISTRITAL DE CUIDADO,

una política pública que busca reconocer, redistribuir y reducir los trabajos de cuidados no remunerados.

A través de servicios como las Manzanas del Cuidado y los Buses del Cuidado, la ciudad busca que cuidar no siga significando renunciar al tiempo propio.

Résumé des activités 2026

Sant Boi de Llobregat a démontré comment les politiques temporelles peuvent être conceptualisées depuis des villes de taille moyenne en tant que Capitale mondiale des politiques temporelles 2026



Le « **Engagement** » de **Sant Boi** constitue un moyen efficace de rendre visible la volonté politique de la ville et d'élargir le nombre de membres du Réseau dans sa sphère d'influence, notamment sur l'aire métropolitaine de Barcelone.

Thématiques analysées dans la Capitalité :

- **Innovation urbaine** (CGLU, ONU Women, Réseau international)
- **Développement social et économique** (Barcelone, Bilbao, Rennes)
- **Systèmes de soin** (Alliance Globale des Soins, Ville de Mexico, Sant Adrià de Besòs, Province de Barcelone)
- **Durabilité et adaptation climatique** (Viladecans, Getafe, CIDEU)

+150 participant·es en présentiel et +177 en ligne

Résumé des activités 2026

La 6e Agenda locale et régionale du temps sur les chronocités démontre que les politiques temporelles constituent une innovation publique en considérant le sommeil et la santé publique

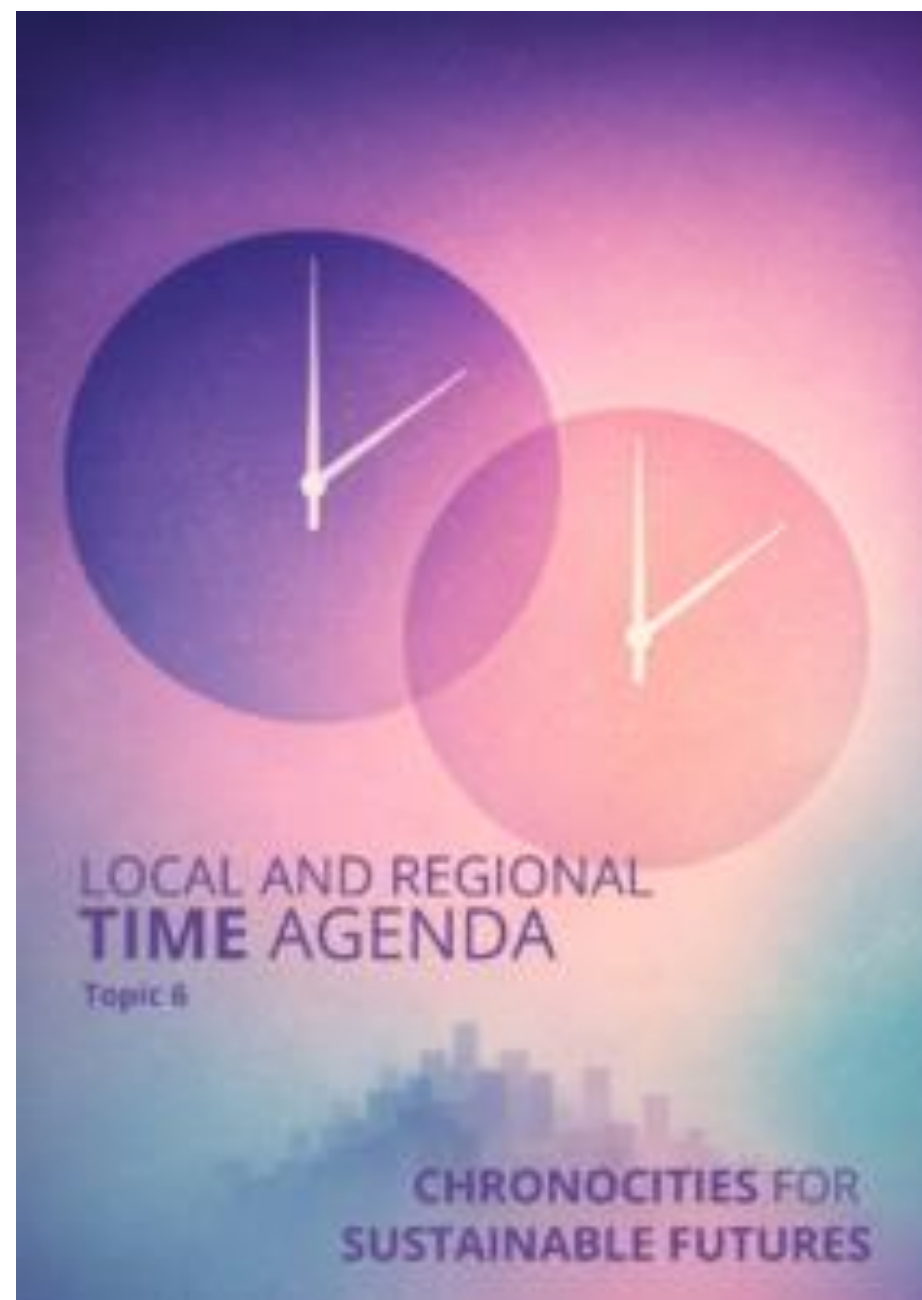


IMAGEN GENERADA CON IA.

Qué son las Cronociudades, cómo funcionan y por qué Latinoamérica podría ser el mejor lugar para desarrollarlas

Laura Marajofsky

Articles de :

- Diego Golombek, Université de San Andrés
- Camilla Kring, Chronoleadership
- Joan Costa-i-Font, London School of Economics

Bonnes pratiques :

- Bad Kissingen, projet pionnier de chronocité
- Viladecans, motion pour l'abolition du changement d'heure
- Barcelone, rapport sur les chronocités

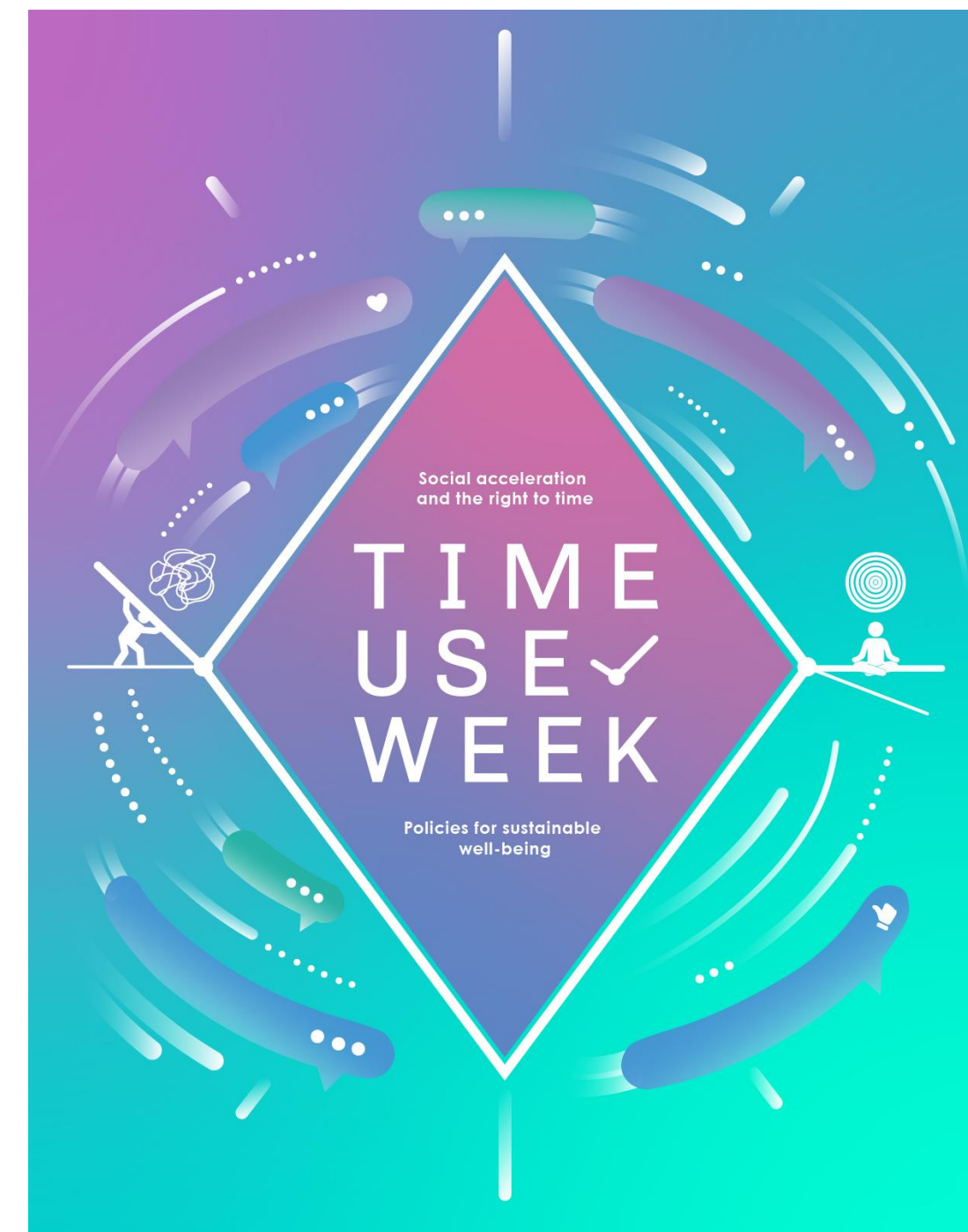
Plus de 200 personnes inscrites à l'événement !

Aperçu des activités à venir en 2026

La Time Use Week 2026 fait de l'accélération sociale un sujet d'intérêt public et a l'objectif de mobiliser tout le territoire à travers ses événements parallèles

Principaux axes de l'édition 2026 :

- **Débat public sur l'accélération sociale** : impacts sur le bien-être, le travail, les soins, la santé et la qualité de vie (19 octobre, Barcelone).
- **Coopération internationale et politiques temporelles** : Assemblée générale du Réseau international, stratégie pour le droit au temps et échanges de bonnes pratiques (20 octobre, Barcelone).
- **Événements parallèles dans tout le territoire** : collectivités, organisations, universités et société civile expérimentent concrètement le droit au temps à travers des initiatives organisées entre le 15 septembre et le 15 novembre.



Aperçu des activités à venir en 2026

Le Réseau se rendra à Rennes pour découvrir l'expérience de gestion de la mobilité et d'échelonnement des horaires afin de libérer du temps pour les navetteurs

Le
BUREAU
DES TEMPS
RENNES Ville et Métropole

Time, mobility and transitions : reinventing urban rhythms

Time4All x Temporelles

Study visits in Rennes – 4th & 5th of November 2026

Hosted by Rennes City and Metropolis Time Office



Aperçu des activités à venir en 2026

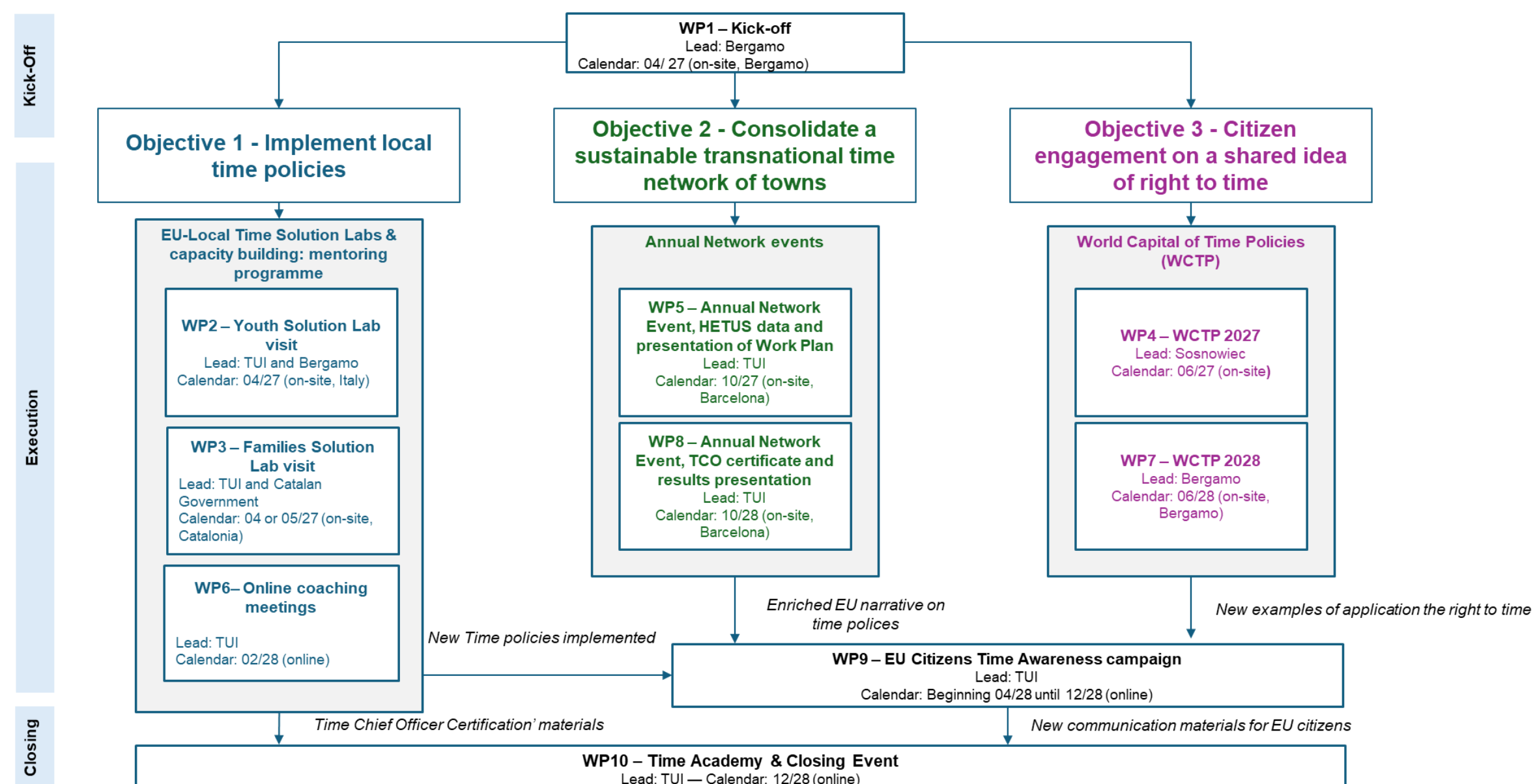
Une stratégie politique portée par le Réseau demandera aux institutions européennes d'agir en faveur des politiques temporelles locales et régionales

Présentation de la Stratégie pour le droit au temps dans nos municipalités et dans l'Union européenne au Parlement européen le 10 décembre.



Aperçu des activités à venir...

Un nouveau projet « Time4All 3.0 » a été soumis pour financer les activités du Réseau et la participation de ses membres en 2027-2028



Le Réseau est prêt pour sa prochaine phase de développement

2024

Le processus d'élection et de débat du Comité exécutif est organisé afin de consolider la structure du Réseau et de suivre la mise en œuvre de son plan de travail annuel.

2025

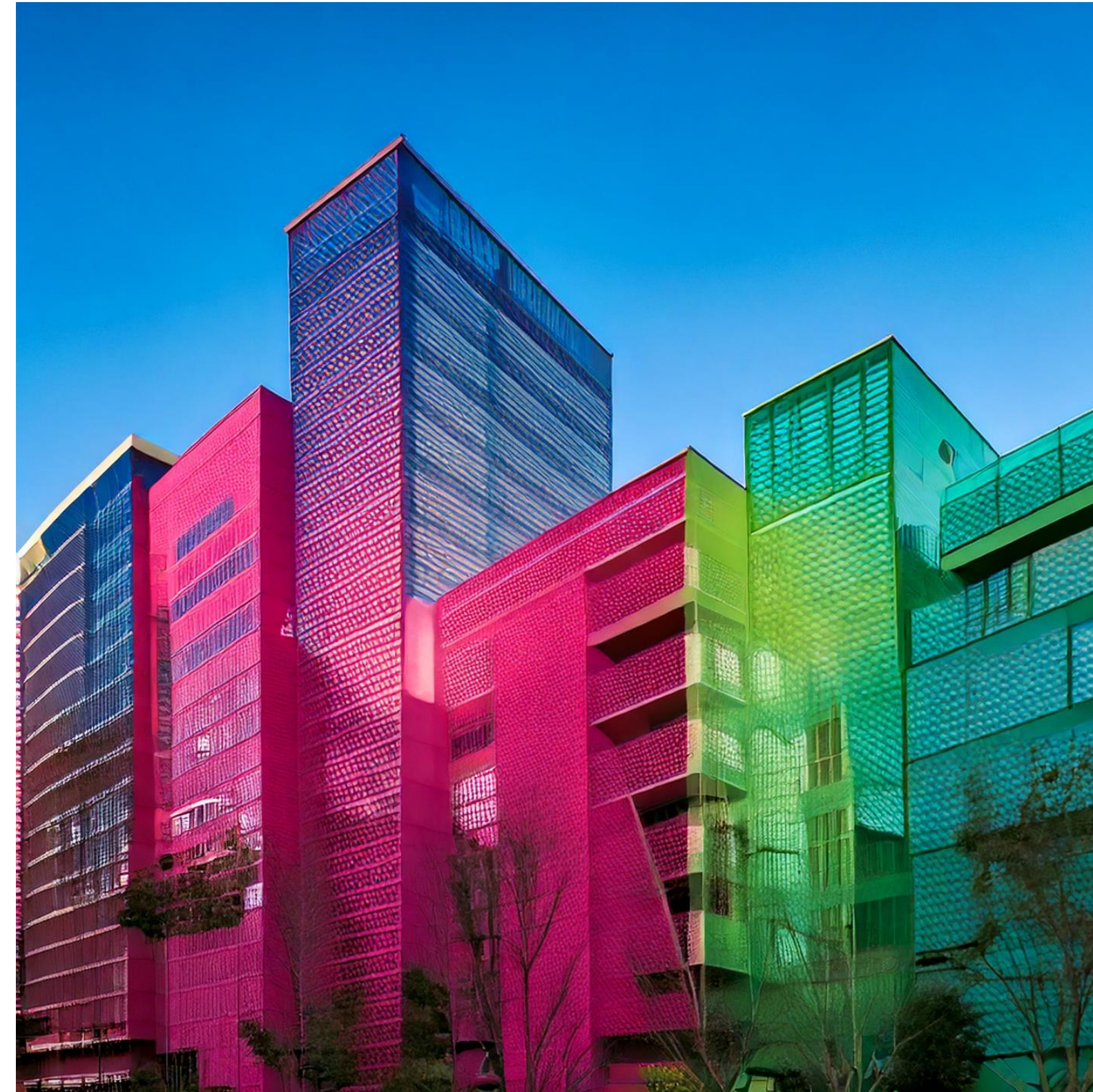
Les statuts du Réseau ont été officiellement reconnus et ont permis son enregistrement légal.

2026

Le Réseau est désormais pleinement reconnu comme entité juridique et peut agir en tant que telle sous le numéro G93872232.

2027-2028

Le Réseau complète ses fondations organisationnelles avec un nouveau cadre de durabilité financière pour 2027-2028



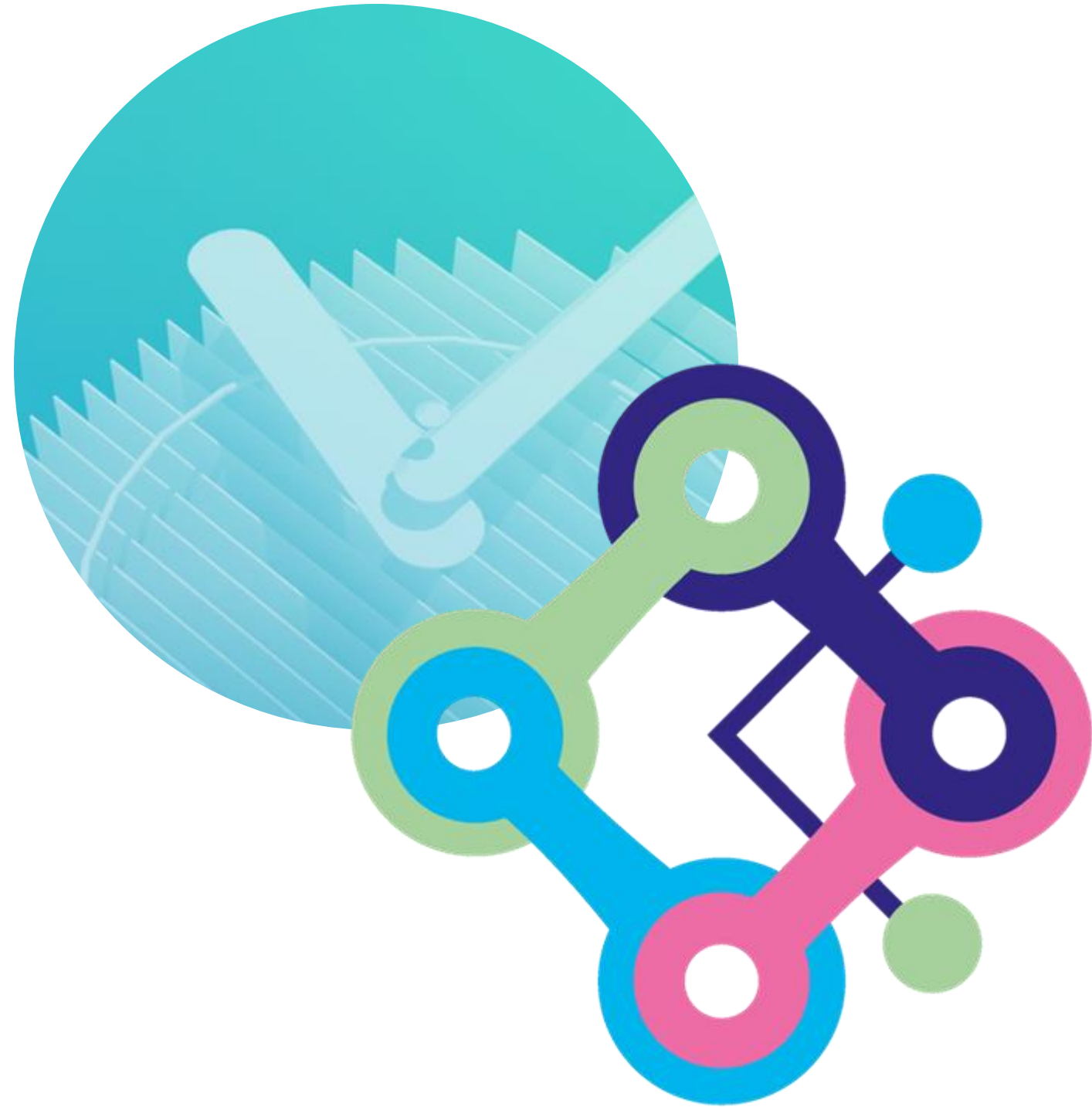
Rejoindre le Réseau

Les membres contribuent à la durabilité du Réseau et définissent son avenir

■ Déclaration de Barcelone → ■ Organisation observatrice → ■ Membre à part entière

	Observatrice	Membre
Durée	2 ans max.	Illimitée
Cotisation	Gratuite	Annuelle
Vote	×	✓
Gouvernance	×	✓
Projets financés	Limité	Prioritaire
Activités du Réseau	Certaines	Toutes
Capitale mondiale	×	✓
Newsletter	✓	✓

Le statut d'observateur permet de découvrir le Réseau ; le statut de membre permet de le gouverner, de bénéficier de toutes ses opportunités et de contribuer à son développement à long terme.



Merci beaucoup !



[Local and Regional Time
Network](#)



[@urbantimenetwork](#)

marcmartorell@timeuse.barcelona
