



PLAN ESPECÍFICO 2025 CONCILIACIÓN Y CORRESPONSABILIDAD EN EL DEPORTE



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN, CULTURA
Y DEPORTE



Consejo
Superior
de Deportes

ÍNDICE

1. Introducción	Pág. 3
2. Finalidad y objetivos generales	Pág. 4
3. Ámbito subjetivo de aplicación	Pág. 4
4. Cuadro de Medidas y Acciones	Pág. 5
4.1. Medidas laborales	Pág. 5
4.2. Protección de la maternidad y la lactancia	Pág. 9
5. Comisión de seguimiento del Plan	Pág. 10
6. Publicación y difusión	Pág. 10
7. Evaluación y actualización del Plan	Pág. 11
8. Aprobación y registro	Pág. 11
9. Anexos	Pág. 12
9.1. Anexo I: Modelo de Solicitud de acogimiento al Plan Específico de Conciliación y Corresponsabilidad	Pág. 12

1. Introducción

La conciliación entre la vida laboral, personal y deportiva es un reto en el ámbito del deporte, donde los horarios irregulares y las exigencias de competición pueden dificultar el equilibrio entre el desarrollo profesional y la vida personal.

La FEDME, consciente de estas dificultades, ha desarrollado este Plan Específico de Conciliación y Corresponsabilidad para garantizar que su personal técnico, auxiliares, empleados y deportistas puedan compatibilizar sus responsabilidades profesionales con su bienestar personal y familiar.

Este plan está diseñado para no requerir inversiones económicas directas, apostando por la **reorganización y optimización de recursos existentes**.

Actualmente, aunque algunos departamentos cuentan con horarios bien definidos por la naturaleza de su trabajo, otras áreas como el área de eventos, el área técnica o el área de comunicación operan con horarios más flexibles o variables durante todo el año.

Esta dinámica puede hacer más difícil la conciliación, afectando tanto la previsibilidad de los tiempos de descanso como la posibilidad de disfrutar de períodos de vacaciones prolongados, debido a la falta de suplencias o equipos alternativos en departamentos con plantillas reducidas.

La FEDME cuenta desde hace unos años con un **sistema de marcaje** para el control horario, lo que permite un registro transparente de las jornadas laborales. Durante el verano, aquellos trabajadores cuya función lo permite pueden disfrutar de **jornada intensiva**, lo que facilita un mejor equilibrio entre la vida personal y laboral.

2. Finalidad y objetivos generales

El presente Plan de Conciliación y Corresponsabilidad tiene como objetivo promover la igualdad efectiva entre mujeres y hombres en la FEDME, garantizando el derecho a la conciliación de la vida personal, familiar y profesional. Se establece como marco de referencia para todo el personal federativo, técnico, auxiliar, administrativo y para los y las deportistas vinculados a la FEDME, independientemente de su tipo de contrato o relación laboral.

Las medidas recogidas en este plan tienen como finalidad favorecer la conciliación de la vida personal, familiar y profesional, adaptándose a las distintas realidades de las personas empleadas, como el cuidado de hijos/as, personas mayores u otras personas dependientes. Asimismo, buscan reducir el estrés derivado de la rigidez horaria y de los desplazamientos, y fomentar un entorno de trabajo más humano, sostenible y comprometido con la corresponsabilidad.

Objetivos generales:

- Fomentar una cultura organizativa que facilite la corresponsabilidad.
- Introducir medidas que favorezcan la conciliación.
- Promover la protección efectiva de la maternidad y la lactancia.
- Mejorar el bienestar de todo el personal y deportistas.

3. Ámbito subjetivo de aplicación

Este Plan se aplica a todas las personas vinculadas a la FEDME:

- Personal laboral, fijo o temporal.
- Personal colaborador, técnico, arbitral, voluntariado.
- Deportistas de élite, alto nivel y base.
- Miembros de órganos de gobierno y comisiones.

4. Cuadro de medidas y acciones

4.1. Medidas laborales

Las medidas o acciones dirigidas a la conciliación y corresponsabilidad que propone la Federación Española de Montaña y Escalada se encuadran en las siguientes categorías:

- **Organización del tiempo de trabajo**

Acciones o medidas cuyo fin es el de gestionar de manera eficiente y productiva la jornada laboral de los y las deportistas y del personal técnico y administrativo permitiendo una mayor flexibilidad horaria que garantice el cumplimiento de los objetivos y metas de la federación, siempre y cuando se cumplan con las horas establecidas.

- **Medidas de flexibilidad espacial**

Acciones o medidas cuyo fin es el de proporcionar un espacio de trabajo adaptado a las condiciones organizativas y las necesidades de los y las deportistas y del personal técnico y administrativo permitiendo realizar su trabajo en diferentes lugares promoviendo un entorno laboral dinámico, reduciendo costos de infraestructura y mejorando el bienestar de los empleados.

- **Mejoras de los permisos legales**

Acciones o medidas cuyo fin es el de ampliar en beneficio de los y las deportistas y del personal técnico y administrativo los permisos legalmente establecidos hasta la fecha.

- **Otros**

Acciones o medidas cuyo fin es el de contribuir a la conciliación y corresponsabilidad que por sus características propias no pueden encuadrarse en las anteriores categorías.

- **Categoría: Organización del tiempo de trabajo**

Medida 1.

Flexibilidad horaria	
Descripción	<i>Caso trabajo presencial y teletrabajo:</i> Poder realizar la entrada y salida de la jornada laboral 30 minutos antes o después de la establecida. No implica reducción de jornada, sino ajuste del horario de presencia, el trabajador/a que entre con una modificación horaria de hasta 30 minutos tendrá que salir con la misma modificación.
Beneficiarios	Todas las personas vinculadas a la FEDME.

* No será necesario justificar el uso puntual de esta medida, salvo en casos de uso reiterado que afecte a la coordinación del equipo.

*En caso de trabajos presenciales en eventos o actividades deportivas con horarios cerrados, la medida se aplicará siempre que la organización lo permita y no afecte al servicio.

Medida 2.

Planificación anual de actividades para reducir picos de trabajo y facilitar la organización familiar	
Descripción	<i>Caso trabajo presencial y teletrabajo:</i> La FEDME establecerá una planificación anual de eventos, reuniones, plazos administrativos y competiciones que permita anticipar cargas de trabajo y mejorar la gestión del tiempo. Esto facilitará que el personal pueda prever los períodos de mayor intensidad laboral y organizar adecuadamente su vida personal y familiar.
Beneficiarios	Todas las personas vinculadas a la FEDME.

- **Categoría: Medidas de flexibilidad espacial**

Medida 1.

Posibilidad de teletrabajo parcial	
Descripción	<i>Caso trabajo presencial:</i> En situaciones de cuidado de menores o familiares. Esta medida se aplicará de forma puntual y excepcional, permitiendo la realización de determinadas tareas en formato de teletrabajo cuando concurren circunstancias personales que dificulten la conciliación, como el cuidado temporal de hijos/as, personas mayores o familiares convalecientes. El teletrabajo deberá estar previamente autorizado, y las tareas a desempeñar deben estar claramente definidas, permitiendo su realización desde el domicilio sin afectar a la calidad del trabajo ni al funcionamiento general de la FEDME. Esta posibilidad no sustituye la presencialidad habitual, sino que actúa como mecanismo de apoyo para situaciones concretas y justificadas.
Beneficiarios	Todas las personas vinculadas a la FEDME.

- **Categoría: Mejoras de los permisos legales**

Medida 1.

Adaptación de la jornada de trabajo	
Descripción	<i>Caso trabajo presencial y teletrabajo:</i> Durante los períodos en los que una persona trabajadora se encuentre en situación de lactancia o esté al cargo del cuidado de menores, personas mayores o personas en situación de dependencia, se podrá solicitar la adaptación de su jornada laboral, tanto en distribución como en duración, dentro de los márgenes legales y organizativos de la FEDME. Esta adaptación podrá consistir, entre otras opciones, en: • Reducción voluntaria de jornada con la correspondiente adaptación salarial según legislación vigente. • Modificación del horario de inicio o finalización de la jornada. • Posibilidad de establecer bloques horarios de mayor concentración o menor interrupción.
Beneficiarios	Todas las personas vinculadas a la FEDME.

* Estas adaptaciones se valorarán de forma individualizada, teniendo en cuenta las necesidades de la persona trabajadora y la viabilidad organizativa del puesto, procurando siempre un equilibrio entre el derecho a la conciliación y las exigencias operativas de la entidad.

- **Categoría: Otros**

Medida 1.

Acciones de sensibilización en igualdad y conciliación en boletines y medios internos	
Descripción	<i>Caso trabajo presencial y teletrabajo:</i> Se incluirán periódicamente contenidos sobre conciliación, corresponsabilidad e igualdad en los canales internos de comunicación (boletines, intranet, circulares). Estas acciones tienen como objetivo mantener viva la cultura de conciliación en la entidad, sensibilizar al conjunto del personal y fomentar el compromiso compartido con los principios del presente plan.
Beneficiarios	Todas las personas vinculadas a la FEDME.

4.2. Protección de la maternidad y la lactancia

- Preferencia en convocatorias y actividades a deportistas en periodo de gestación o lactancia para la adaptación de horarios.
- Posibilidad de acompañamiento de menor lactante y una persona de apoyo en concentraciones internacionales o ayuda externa si procede.
- Reserva de plaza o posición en programas deportivos a mujeres en situación de maternidad, por un periodo de hasta 12 meses tras la baja.

5. Comisión de seguimiento del Plan

Para garantizar la efectividad del Plan Específico de Conciliación y Corresponsabilidad, se creará una Comisión de Seguimiento formada por:

- Presidencia de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (o persona en quien delegue).
- Dirección Deportiva de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (o persona en quien delegue).
- Coordinador/a del Centro de Tecnificación vinculado a la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada.
- Persona designada por el Comité de Igualdad.

Las funciones de la comisión de seguimiento serán las siguientes:

- Supervisar la correcta aplicación de las medidas.
- Evaluar el impacto de las medidas de conciliación y corresponsabilidad mediante indicadores cuantitativos.
- Recoger y analizar sugerencias para la mejora continua del plan.

6. Publicación y difusión

El Plan Específico de Conciliación y Corresponsabilidad se publicará en la web de la FEDME en el apartado de Transparencia/Igualdad, asegurando su accesibilidad y se difundirá internamente mediante comunicación por correo y en boletines internos.

7. Evaluación y actualización del Plan

Se realizará una evaluación anual, con informe de cumplimiento que se remitirá al Consejo Superior de Deportes. Las modificaciones requeridas serán aprobadas por la Presidencia de la FEDME y sometidas al procedimiento oficial de revisión.

8. Aprobación y registro

Se realizará una evaluación anual, con informe de cumplimiento que se remitirá al Consejo Superior de Deportes. Las modificaciones requeridas serán aprobadas por la Presidencia de la FEDME y sometidas al procedimiento oficial de revisión.

9. Anexos

9.1. Anexo I: Modelo de Solicitud de acogimiento al Plan Específico de Conciliación y Corresponsabilidad

MODELO DE SOLICITUD DE ACOGIMIENTO AL PLAN ESPECÍFICO DE CONCILIACIÓN Y CORRESPONSABILIDAD

D. Dña. _____, con DNI _____,

EXPONE

SOLICITA

Acogerse al Plan de Conciliación y Corresponsabilidad adoptado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada haciendo efectiva la circunstancia prevista en el artículo 4.7 de la Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte.

_____, a ____ de _____ de 20__.

Fdo.