

# Desconexión digital

AF: 26995

HORAS: 20

## OBJETIVOS

Conocer el derecho a la desconexión digital en el ámbito laboral, identificando las obligaciones empresariales, los derechos de las personas trabajadoras y las principales herramientas para implantar medidas eficaces que favorezcan el respeto de los tiempos de descanso y la conciliación de la vida personal y profesional.

## CONTENIDOS

### UNIDAD 1. EL DERECHO DIGITAL DEL TRABAJADOR

1. El derecho digital del trabajador en la LOPDGDD.
2. Derechos del trabajador.
3. Obligaciones de la empresa.

### UNIDAD 2. INSTRUMENTOS PARA APLICAR LA DESCONEXIÓN DIGITAL

1. Política de Desconexión Digital.
2. Manual de Buenas Prácticas para la Desconexión Digital.
3. Excepciones y limitaciones.
4. Sanciones.
5. Recomendaciones para el tiempo de descanso y vacaciones.