

## ¿Qué medidas se pueden incluir en un Plan de Igualdad para adaptar la jornada y la organización del trabajo?

Hoja de Recomendaciones

Adaptar la jornada de trabajo y cómo se organiza el trabajo a las necesidades de la plantilla fomenta la conciliación de la vida laboral, familiar y personal de la plantilla. A continuación, te presentamos una serie de acciones o medidas que se pueden incluir en los Planes de Igualdad de empresas, organizaciones o entidades para favorecer la conciliación:



Establecer un intervalo de tiempo flexible durante la entrada y la salida del trabajo posibilitando la adaptación de la jornada laboral sin tener que reducir la carga horaria de la misma.



Adaptar el horario promoviendo la jornada continua frente a la jornada partida y reducir el tiempo dedicado a la comida para que las personas puedan salir antes del trabajo.



Implementar una política de "luces apagadas" a partir de cierta hora suprimiendo o reduciendo al mínimo las horas extraordinarias que realice la plantilla. Además, se pueden eximir de realizar turnos nocturnos a trabajadoras durante el periodo de embarazo o el periodo de lactancia sin que se perjudique su salario.



Promover el teletrabajo a través del uso de las nuevas tecnologías evitando largos viajes y desplazamientos.



Flexibilizar los días de permisos y de vacaciones. Asimismo, se puede adaptar el horario laboral durante los meses de verano para que coincida con el calendario escolar



Estas medidas tienen un bajo perjuicio económico para la plantilla y pueden llegar a incrementar la productividad laboral de las personas trabajadoras.