

CURSO DE INICIACIÓN A LA CORRESPONSABILIDAD Y CONCILIACIÓN



**MODALIDAD
ONLINE**



**DURACIÓN
4 HORAS**

COD	CORCON
MATERIA	RR.HH.
TIPO	ESPECIALIZACIÓN
BONIFICABLE	100%

* Gastos de gestión de Bonificación. 10% del valor del importe a bonificar.

¿A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO?

Este curso está diseñado para trabajadores que buscan mejorar su bienestar laboral y personal y quieren formarse en materia de corresponsabilidad y de medidas de conciliación. Es adecuado para empleados de todos los niveles y áreas de trabajo, proporcionando herramientas esenciales para promover un equilibrio saludable entre la vida laboral y personal.

OBJETIVOS

- Sensibilizar sobre la importancia de la corresponsabilidad para prevenir el estrés y el burnout.
- Explorar las medidas de conciliación disponibles y su impacto en la salud y el rendimiento laboral.
- Analizar cómo la falta de conciliación afecta tanto a trabajadores como a empresas.
- Desarrollar estrategias para fomentar un equilibrio saludable entre la vida laboral y personal.
- Abordar la gestión del tiempo y la comunicación efectiva dentro de la organización.

TEMARIO

1. Introducción a la Corresponsabilidad y Conciliación

- 1.1. ¿Qué es la corresponsabilidad?
- 1.2. Importancia de la conciliación para la salud laboral y el bienestar
- 1.3. Cómo influye la corresponsabilidad en el rendimiento y la motivación

2. El Impacto de la no Conciliación y la Corresponsabilidad en la Salud y en el Trabajo

- 2.1. Causas comunes de estrés y burnout en el entorno laboral
- 2.2. Consecuencias para el trabajador y la empresa
- 2.3. El papel de la corresponsabilidad en la prevención
- 2.4. La gestión del tiempo



3. Cómo Implementar la Corresponsabilidad en el Entorno Laboral y Familiar

- 3.1. Estrategias personales para conciliar la vida laboral y familiar
- 3.2. Importancia de la comunicación efectiva en la empresa
- 3.3. Conocer las medidas y los planes de conciliación

VENTAJAS

- Servicio de Tutorización
- Dinamización y Atención al Alumnado
- Libertad horaria para realizar el curso
- Autoevaluaciones tipo test en Bloques de preguntas
- Materiales disponibles 24/7 en tu Plataforma de Teleformación
- Mensajería directa con el Tutor para la resolución de dudas
- Foros de consulta para debates relacionados con la materia
- Salas de Chat y Videoconferencia a disposición del alumno
- Examen final de aptitud online sin requisitos presenciales



900 897 931



formacion@ingertec.com



www.ingertec.com

- Soporte Técnico Informático sobre el Campus incluido