

# Conciliación de la Vida Laboral y Familiar

## Nivel 1 (20 horas - autoformación)

### OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN

- **Diferencias de género en la distribución del trabajo:**  
Comprender y reconocer las disparidades entre hombres y mujeres en sus roles laborales y cómo se distribuyen las tareas en función del género.
- **Habilidades personales y gestión del tiempo:** Aprender habilidades esenciales para administrar el tiempo de manera efectiva y promover la igualdad de género.
- **Beneficios de la conciliación:** Identificar y sensibilizar sobre los beneficios que la conciliación entre la vida laboral y familiar aporta tanto a los empleados como a las empresas.
- **Implantación de políticas de igualdad y conciliación:**  
Conocer los derechos de los trabajadores en relación con las políticas de conciliación y comprender la importancia de implementar planes de igualdad basados en la Ley de Igualdad en las empresas.

### CONTENIDOS

1. **Contexto histórico y marco conceptual de la conciliación**
  - La división sexual del trabajo
  - Las nuevas realidades familiares y la incorporación de las mujeres al mercado laboral
  - Los usos del tiempo
  - El concepto de conciliación

- La conciliación como herramienta para la igualdad

## 2. **Legislación y medidas para la conciliación. Ley 39/1999 (Ley de Conciliación)-Ley 3/2007 (Ley de Igualdad)**

- Derechos, permisos, licencias y otros beneficios para los/as trabajadores/as
- Bonificaciones para las empresas
- El caso específico del personal de las Administraciones Públicas
- Medidas para la igualdad. Ley 3/2007

## 3. **La empresa y la conciliación**

- La negociación colectiva
- Acciones para la organización laboral
- Servicios de proximidad
- Servicios de apoyo
- Experiencias concretas