



SIB-sf //Abanca

24 de diciembre de 2021

Tlf: [717.775.885](tel:717.775.885)

Info@sib-sf.com

¡Desconecta! Es tu derecho



¿Ha terminado tu jornada laboral? ¡Es tu momento! ¡Desconecta del trabajo y dedícate a ti y a los tuyos!

Tienes derecho a ‘activar el modo avión’ de los temas laborales y ocuparte de tus cosas. Y así **lo reconoce nuestro Convenio de Banca y Ahorro.**

Desde SIB-sf . FINE te recordamos que no estás obligado a atender dispositivos digitales, coger el móvil o responder correos electrónicos fuera de la jornada de trabajo, ni durante los tiempos de descanso, permisos, licencias o vacaciones, salvo que se den las causas de urgencia justificada.

Nuestro Convenio alienta a **eliminar o limitar las convocatorias** de formación, reuniones, videoconferencias, presentaciones, etc. **fuera de la jornada laboral** ordinaria diaria de cada persona trabajadora.

Las empresas deben respetar el tiempo de descanso de las plantillas.

El convenio introduce como una buena práctica para la **gestión del tiempo**, que las reuniones deben convocarse con suficiente antelación, incluir en las convocatorias la hora de inicio y finalización de las reuniones, así como programar respuestas automáticas, durante los periodos de ausencia, indicando las fechas en las que no se estará disponible, y designando el correo o los datos de contacto de la persona a quien se hayan asignado las tareas.

Al hilo de esto, compartimos este **tweet** que se hizo **viral** recientemente y que es una coletilla ideal para añadir a los innumerables correos electrónicos diarios: "*Mi horario de trabajo puede no ser el tuyo. Por favor, no te sientas obligado a responder a este correo electrónico fuera de tu horario laboral*".

¿Por qué es tan importante la desconexión laboral?

- Facilita la conciliación familiar y laboral
- Reduce la tensión
- Permite disfrutar del tiempo de ocio
- Mejora la calidad del sueño
- Aumenta la productividad
- Mejora la salud y el bienestar

No tenemos que estar siempre ON por el hecho de poder conectarnos cualquier día, a cualquier hora y desde cualquier sitio. **Una vez terminada tu jornada laboral, pulsa OFF.**

Desde SIB-sf . FINE te recomendamos que actives el ‘modo avión’ cuando salgas del trabajo.

[TE LO CONTAMOS EN NUESTRO VIDEO](#)

¡FINE, A TU LADO!

ACTIVA EL MODO AVIÓN
y desconecta!

fine>



Datos de contacto:

Teléfono: [717.775.885](tel:717.775.885)

Email: info@sib-sf.com

Web: www.sib-sf.com

fine>

[Si aún no perteneces a nuestro sindicato y quieres afiliarte, haz click aquí](#)

[Ver en navegador](#) | [Descargar en PDF](#) | [Aviso legal](#) | [Desuscribirse](#)