

## Informa't amb la USOC. Teletreball com a mesura de conciliació

**Aquesta modalitat permet adaptar els horaris i espais de treball a les necessitats familiars i individuals, millorant el benestar i la productivitat.**

El teletreball ha guanyat protagonisme en els darrers anys, especialment com una solució per facilitar la conciliació entre la vida professional i personal. Aquesta modalitat ofereix la possibilitat de treballar des de casa o qualsevol altre lloc, eliminant desplaçaments i permetent una major flexibilitat horària.

A través del teletreball, els professionals poden ajustar millor els seus horaris a les necessitats familiars, com la cura de fills o persones dependents, sense haver de renunciar al desenvolupament de la seva carrera. A més, contribueix a reduir l'estrès i millorar la qualitat de vida, alhora que manté o fins i tot augmenta la productivitat. Per tant, el teletreball s'ha convertit en una eina fonamental per fomentar un millor equilibri entre les responsabilitats laborals i personals.

Segons [l'article 34.8 de l'Estatut dels Treballadors](#), les persones treballadores poden sol·licitar adaptacions de la durada i distribució de la jornada de treball, en l'ordenació del temps de treball i en la forma de prestació, inclosa la prestació del seu treball a distància, per a fer efectiu el dret a la conciliació de la vida familiar i laboral.

A continuació us donem 5 punts claus que has de tenir en compte si estàs pensant sol·licitar-ho.

1. No és un dret absolut. L'empresa pot ser que no accepti la teva sol·licitud.
2. És necessari negociar. Per a fer-ho, el termini s'ha reduït de 30 dies a 15 dies.
3. Si l'empresa no respon en aquest termini de 15 dies, s'entén concedida la petició
4. L'empresa, per escrit, podrà acceptar la petició, plantejar una proposta alternativa o denegar la sol·licitud. En aquest últim supòsit, haurà de justificar els motius.
5. Es considera una situació especial enfront de l'acomiadament: L'acomiadament de treballadors per demanar o que estiguin gaudint de l'adaptació de jornada es considerarà nul.

En conclusió, el teletreball s'ha consolidat com una estratègia essencial per afrontar els reptes de la conciliació laboral i familiar en un entorn cada cop més digitalitzat. Amb l'augment de les eines tecnològiques i la confiança en models de treball flexibles, aquesta opció ofereix beneficis clars tant per a empreses com per a empleats.

Per a la **USOC**, implementar el teletreball no només millora la qualitat de vida, sinó que afavoreix la retenció del talent i redueix els costos operatius. Per tant, fomentar aquesta pràctica és clau per adaptar-se a les demandes del mercat actual i potenciar el rendiment empresarial a llarg termini, en definitiva, nosaltres considerem el teletreball una eina de progrés.

#JoSocUSOC

