

DESCONEXIÓN DIGITAL



Modalidad Online

Duración: 3 horas
Precio: 24,75€/alum.



Modalidad Presencial

Consultar



Certificado acreditativo

Por una consultora
especializada en Formación

CONTENIDOS

Módulo 1. Normativa de aplicación

- Unidad 1. Normativa nacional
- Unidad 2. Derechos de desconexión digital

Módulo 2. Desconexión Digital y Salud

- Unidad 3. Riesgos psicosociales
- Unidad 4. Productividad y descanso
- Unidad 5. Desconexión y conciliación

Módulo 3. ¿Cómo aplicar la Desconexión Digital?

- Unidad 6. Protocolo de uso adecuado de dispositivos
- Unidad 7. Excepciones y limitaciones.
- Unidad 8. Recomendaciones en el tiempo de descanso y vacacional
- Unidad 9. Apps para la Desconexión Digital

METODOLOGÍA

Gamificación

Trabajo en grupos

Role-playing

Estudios de caso

Escenificaciones

Grabaciones

Casos reales

MÁS INFORMACIÓN



info-prl@idue.es



www.idue.es