

Fuera de la jornada laboral

Pulsa OFF  
Para estar ON

# Desconexión digital

¡Forma, informa y sensibiliza!

## INFORMA sobre:

- La política interna de desconexión digital.
- Buenas prácticas y reglas de disponibilidad.

## FORMA sobre:

- Los riesgos de la hiperconectividad.
- Los daños a la salud y las medidas preventivas.

## SENSIBILIZA sobre:

- El compromiso de la línea jerárquica.
- Los beneficios de la desconexión digital.



Infórmate en:  
[www.insst.es](http://www.insst.es)



#PulsaOFFparaEstarON

NIPO (en línea): 118-23-014-1



CAR. 184.1.23



Díptico



MINISTERIO  
DE TRABAJO  
Y ECONOMÍA SOCIAL

