

PLAN FORMACIÓN SINDICAL

2025 DELEGADAS Y DELEGADOS DE CCOO CASTILLA Y LEÓN

FORMACIÓN PRESENCIAL

1. Nivel básico de formación sindical (24 horas)

RELACIONES LABORALES

2. Contratación (7 horas)
3. El salario y la nómina (10 horas)
4. La extinción del contrato de trabajo (7 horas)
5. Negociación colectiva (7 horas)
6. Inspección de trabajo (10 horas)

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

7. Curso básico de prevención de riesgos laborales (30 horas)
8. Amianto, actualización normativa (10 horas)
9. Salud laboral. El delegado de prevención de empresa (6 horas)
10. Vigilancia de la salud en la empresa. Accidentes de trabajo (6 horas)
11. Afrontamiento efectivo del estrés laboral y resolución de conflictos (6 horas)
12. Prevención y mediación en conductas adictivas en el ámbito laboral (6 horas)

SEGURIDAD SOCIAL

13. Incapacidad temporal (IT) e incapacidad permanente (IP) (7 horas)
14. La jubilación (7 horas)

FORMACIÓN PROFESIONAL

15. Derecho a la formación en el trabajo (7 horas)
16. Derechos de la representación de los/as trabajadores/as en materia de formación (7 horas)

IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN

17. Planes de igualdad (7 horas)
18. Planes de igualdad y valoración de puestos de trabajo (7 horas)
19. Sensibilización en materia de LGTBI (5 horas)

COMUNICACIÓN Y DIGITALIZACIÓN

20. Uso racional de las redes sociales: ciberactivismo sindical (7 horas)
21. Causas y consecuencias de la transformación digital (7 horas)

MEDIO AMBIENTE Y SOSTENIBILIDAD

22. El medio ambiente en la empresa. La acción sindical para la transición ecológica y energética (5 horas)
23. Criterios de acción sindical en materia de sostenibilidad y rse (5 horas)

TELEFORMACIÓN

24. Nivel básico de formación sindical (30 horas)
25. Salario y Nómina (15 horas)
26. Curso Básico Prevención de Riesgos Laborales (30 horas)
27. Incapacidad Temporal y las Mutuas (15 horas)
28. Inspección de Trabajo (15 horas)
29. El medio ambiente en la empresa (15 horas)
30. Planes de Igualdad (30 horas)
31. Derecho a la Formación profesional en el trabajo (15 horas)

CONTENIDO FORMACIÓN PRESENCIAL

1.- NIVEL BÁSICO DE FORMACIÓN SINDICAL (24 horas)

1. Estructura y principios básicos de CCOO. La representación de los trabajadores y trabajadoras en la empresa. La comunicación como fundamento de la representación.
2. Los derechos de información, consulta y participación.
3. La relación laboral. Conceptos básicos sobre contratación, salario y jornada.
4. Negociación colectiva. Salud Laboral y Perspectiva de género.

RELACIONES LABORALES

2.- CONTRATACIÓN (7 horas)

1. El contrato de trabajo: período de prueba, cláusulas abusivas, no discriminación, fraude de ley, información que debe contener, etc.
2. Tipos de contratos y características de cada uno de ellos. Contrato jubilación parcial.
3. Empresas de trabajo temporal (ETT).
4. Contratación y subcontratación de actividades en la empresa.
5. Derechos de información y copia básica.
6. Derechos sindicales y seguimiento en materia de contratación.

3. EL SALARIO Y LA NÓMINA (10 horas)

1. Tipos de salario.
2. Conceptos de la nómina.
3. Bases de cotización y Seguridad Social.
4. IT, liquidación y finiquito.
5. El salario diferido.
6. Práctica metodológica.

4. LA EXTINCIÓN DEL CONTRATO DE TRABAJO (7 horas)

- 1.- La extinción del contrato. Causas.
- 2.- Despido individual, disciplinario y objetivo.
- 3.- Despido por causas económicas. Técnicas organizativas y de producción.
- 4.- Acciones de la RLT para el control de la empresa.

5. NEGOCIACIÓN COLECTIVA (7 horas)

1. Marco legal de la Negociación Colectiva, y su articulación.
2. Contenido estatutario y ultraactividad.
3. Contenidos mínimos del convenio colectivo.
4. Introducción a las propuestas sindicales.

6. INSPECCIÓN DE TRABAJO (10 horas)

1. Competencias y facultades de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social.
2. Líneas de trabajo principales de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social, a nivel estatal y autonómico, y sus objetivos.
3. La denuncia de la Inspección de Trabajo.
4. La intervención de la representación sindical en las distintas fases de la actuación de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social.

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

7. CURSO BÁSICO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (30 horas)

1. Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo.

- 1.1. El trabajo y la salud: los riesgos profesionales.
- 1.2. Los factores de riesgo.
- 1.3. Daños derivados del trabajo.
- 1.4. Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales. Otras patologías derivadas del trabajo.
- 1.5. Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales. Derechos y deberes básicos.

2. Riesgos laborales y su prevención.

- 2.1. Riesgos ligados a las condiciones de seguridad.
- 2.2. Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo.
- 2.3. La carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral.
- 2.4. Sistemas elementales de control de riesgos: protección colectiva e individual.
- 2.5. Planes de emergencia y evacuación.
- 2.6. El control de la salud de los trabajadores.

3. Riesgos específicos y su prevención en el sector correspondiente a la actividad de la empresa.

4. Elementos básicos de gestión de la prevención de riesgos (2 horas)

- 4.1. Organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo.
- 4.2. Organización del trabajo preventivo: "rutinas" básicas.
- 4.3. Documentación: recogida, elaboración y archivo.

5. Primeros auxilios.

8. AMIANTO, ACTUALIZACIÓN NORMATIVA (10 horas)

1. El desamiantado como actividad.
2. Identificación de productos.
3. Determinación de las sustancias en el ámbito laboral.
4. Efectos de las sustancias en el organismo.
5. Normativa aplicable.
6. Tratamiento del residuo.
7. Los planes de rehabilitación de edificios e instalaciones. Trabajos con seguridad.

9. SALUD LABORAL. EL DELEGADO DE PREVENCIÓN DE EMPRESA (6 horas)

1. El delegado de prevención y el Comité de Seguridad y Salud Laboral.
2. Funciones de estos órganos.
3. Competencias y desempeño de su actividad.
4. Buenas prácticas.

10. VIGILANCIA DE LA SALUD EN LA EMPRESA. ACCIDENTES DE TRABAJO (6 horas)

1. Vigilancia de la salud en la empresa.
2. Enfermedades profesionales.
3. Riesgo psicosocial en el ámbito laboral.
4. Accidentes de trabajo.
5. Evaluación de riesgo laborales.
6. Perspectiva de género en materia de salud laboral: acoso sexual y acoso por razón de sexo.

11. AFRONTAMIENTO EFECTIVO DEL ESTRÉS LABORAL Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS (6 horas)

1. Definición de riesgos psicosociales, clasificación y principales instrumentos de evaluación.
2. Tipos de estrés y sus repercusiones en la salud.
3. Diferencias entre estrés laboral, mobbing y burnout.
4. Estilos de comunicación y habilidades sociales necesarias en el entorno laboral.
5. Tipos de conflictos. Etapas en la resolución de conflictos. Claves y habilidades para su resolución.
6. Estrategias preventivas y de afrontamiento efectivo frente al estrés laboral, así como el modo de llevarlas a la práctica.

12. PREVENCIÓN Y MEDIACIÓN EN CONDUCTAS ADICTIVAS EN EL ÁMBITO LABORAL (6 horas)

1. Conceptos básicos sobre las principales conductas adictivas.
2. Factores de riesgo y de protección en el ámbito laboral.
3. Recursos públicos y sindicales de atención en problemas de adicción.
4. Planteamiento sindical y plan preventivo sobre adicciones en la empresa.
5. Habilidades sociales y técnicas de comunicación efectiva para la relación de ayuda.
6. Pautas y estrategias de acercamiento al compañero/a con problemas.

SEGURIDAD SOCIAL

13. INCAPACIDAD TEMPORAL (IT) E INCAPACIDAD PERMANENTE (IP) (7 horas)

1. Cuando la prevención falta y surge el daño.
2. La incapacidad temporal. Contingencia común y contingencia profesional.
3. Las mutuas colaboradoras con la Seguridad Social y la gestión de las prestaciones del sistema de la Seguridad Social.
4. Los sistemas públicos de salud.
5. Asistencia sanitaria.
6. Pago de prestaciones.
7. Gestión de la incapacidad temporal por contingencia común.
8. Intervención en los procedimientos para el reconocimiento del derecho, seguimiento y alta.
9. Ámbitos sensibles al conflicto.
10. Compensación de daños. Baremos. Incapacidad permanente. Recargo de prestaciones.
11. Las actuaciones y la intervención sindical.
12. Conclusiones.

14. LA JUBILACIÓN (7 horas)

1. Sistema de financiación de las pensiones contributivas y de la jubilación.
2. Tipos de jubilación. Requisitos, acceso y base reguladora.
3. Influencia del desempleo. Convenios especiales y lagunas.
4. La prejubilaciones.
5. Actuación sindical. Competencia y facultades. Prioridades en el Plan de actuación de la Inspección de Trabajo.

FORMACIÓN PROFESIONAL

15. DERECHO A LA FORMACIÓN EN EL TRABAJO (7 horas)

1. El derecho a la formación en el ordenamiento jurídico supranacional: ONU, OIT, UE.
2. El derecho a la formación en el ordenamiento jurídico español.
3. El derecho a la formación en el ET.
4. Desarrollo del derecho a la formación en ámbito laboral. Diálogo social y negociación colectiva.

16. DERECHOS DE LA REPRESENTACIÓN DE LOS/AS TRABAJADORES/AS EN MATERIA DE FORMACIÓN (7 horas)

1. Derechos de la RLT en el ET.
 - a) Artículo 64.
 - b) Contrato formativo.
 - c) ERTes y mecanismo RED.
2. Derechos de la RLT en la formación bonificada.
3. Derechos en relación a las prácticas y la formación dual general.

IGUALDAD Y NO DISCRIMINIZACIÓN

17. PLANES DE IGUALDAD (7 horas)

1. Aspectos básicos del Plan de Igualdad.
2. Procedimiento de negociación.
3. El diagnóstico en el Plan de Igualdad. Fases.
4. Programación del Plan de Igualdad.
5. Implantación del Plan de Igualdad. Seguimiento y evaluación

18. PLANES DE IGUALDAD Y VALORACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO (7 horas)

1. ¿QUÉ SIGNIFICAN Y QUE SUPONE? Desigualdad Igualdad.
2. LA IGUALDAD COMO PRINCIPIO ORIENTADOR DE LEGISLACIÓN Bases internacionales- DDHH Europeas Nacionales.
3. LEY ORGÁNICA 3 /2007 DE IGUALDAD EFECTIVA DE HOMBRES Y MUJERES.
4. RD-I 6/2019 5.- RD 901/2020 Obligación de negociar RD 902/2020 Valoración de Puestos de Trabajo. Herramienta.

19. SENSIBILIZACIÓN EN MATERIA DE LGTBI (5 horas)

1. Conceptos previos.
2. Discriminación de la diversidad sexual en el empleo.
3. ¿Qué es la homofobia, la lesbofobia, la bifobia y la transfobia?
4. Orientación sexual versus identidad y expresión de género.
5. Diversidad LGTBI* y el empleo: elementos jurídicos.
- 6.- ¿Es nuestra empresa diversa e inclusiva?.

COMUNICACIÓN Y DIGITALIZACIÓN

20. USO RACIONAL DE LAS REDES SOCIALES: CIBERACTIVISMO SINDICAL (7 horas)

1. Actualizar conceptos en redes sociales (RRSS) y el uso de las mismas como canal de comunicación sindical.
2. Desarrollar un esquema base de campaña de ciberactivismo sindical.
3. Gestionar de manera racional las RRSS como instrumento uso sindical.
4. Elaborar una campaña de ciberactivismo siguiendo el esquema base: caso práctico grupal.

21. CAUSAS Y CONSECUENCIAS DE LA TRANSFORMACIÓN DIGITAL (7 horas)

1. Introducción a la transformación digital: origen del término.
2. Conceptualización • Impacto de la transformación digital en la sociedad del siglo XXI.
3. Beneficios de la transformación digital en las organizaciones y ¿en el empleo?
4. Los desafíos de enfrentarse a un mundo en disrupción permanente.

MEDIO AMBIENTE Y SOSTENIBILIDAD

22. EL MEDIO AMBIENTE EN LA EMPRESA. La acción sindical para la transición ecológica y energética (5 horas)

1. Aspectos ambientales claves para la intervención sindical en el medio ambiente (movilidad, energía, compras verdes, residuos...)
2. Herramientas de gestión ambiental.
3. Participación, información y consulta en materia de medio ambiente en el centro de trabajo.
4. El medio ambiente en la negociación colectiva.
5. Propuestas de CCOO para una transición ecológica justa.

23. CRITERIOS DE ACCIÓN SINDICAL EN MATERIA DE SOSTENIBILIDAD Y RSE (5 horas)

1. Análisis del Plan de trabajo.
2. Criterios para la negociación colectiva y la RSE.
3. Análisis de memorias de RSE. Actuación sindical.

TELEFORMACIÓN

24. NIVEL BÁSICO DE FORMACIÓN SINDICAL (30 horas)

1. Estructura y principios básicos de CCOO. La representación de los trabajadores y trabajadoras en la empresa. La comunicación como fundamento de la representación.
2. Los derechos de información, consulta y participación.
3. La relación laboral. Conceptos básicos sobre contratación, salario y jornada.
4. Negociación colectiva. Salud Laboral y Perspectiva de género.

25. SALARIO Y NÓMINAS (15 horas)

1. Tipos de salario.
2. Conceptos de la nómina.
3. Bases de cotización y Seguridad Social.
4. IT, liquidación y finiquito.
5. El salario diferido.
6. Práctica metodológica.

26. CURSO BÁSICO PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (30)

1. Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo.

- 1.1. El trabajo y la salud: los riesgos profesionales.
- 1.2. Los factores de riesgo.
- 1.3. Daños derivados del trabajo.
- 1.4. Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales. Otras patologías derivadas del trabajo.
- 1.5. Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales. Derechos y deberes básicos.

2. Riesgos laborales y su prevención.

- 2.1. Riesgos ligados a las condiciones de seguridad.
- 2.2. Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo.
- 2.3. La carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral.
- 2.4. Sistemas elementales de control de riesgos: protección colectiva e individual.
- 2.5. Planes de emergencia y evacuación.
- 2.6. El control de la salud de los trabajadores.

3. Riesgos específicos y su prevención en el sector correspondiente a la actividad de la empresa.

4. Elementos básicos de gestión de la prevención de riesgos (2 horas)

- 4.1. Organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo.
- 4.2. Organización del trabajo preventivo: "rutinas" básicas.
- 4.3. Documentación: recogida, elaboración y archivo.

5. Primeros auxilios.

27. INCAPACIDAD TEMPORAL Y LAS MUTUAS (15 horas)

1. La salud laboral.

- La salud laboral desde el punto de vista de CCOO.
- Normativa.
- La Prevención de riesgos laborales de la empresa.

2. La incapacidad temporal.

- Sistema de protección de la salud y mutualismo laboral.
- La incapacidad temporal: Contingencias.
- El proceso de Incapacidad Temporal.
- Impugnación de altas médicas, la aclaración de las contingencias.
- Incapacidad Permanente.

28. INSPECCIÓN DE TRABAJO (15 horas)

1. Competencias y facultades de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social.
2. Líneas de trabajo principales de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social, a nivel estatal y autonómico, y sus objetivos.
3. La denuncia de la Inspección de Trabajo.
4. La intervención de la representación sindical en las distintas fases de la actuación de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social.

29. EL MEDIO AMBIENTE EN LA EMPRESA (15 horas)

1. Aspectos ambientales claves para la intervención sindical en el medio ambiente (movilidad, energía, compras verdes, residuos...)
2. Herramientas de gestión ambiental.
3. Participación, información y consulta en materia de medio ambiente en el centro de trabajo.
4. El medio ambiente en la negociación colectiva.
5. Propuestas de CCOO para una transición ecológica justa.

30. PLANES DE IGUALDAD (30 horas)

1. ¿QUÉ SIGNIFICAN Y QUE SUPONE? Desigualdad Igualdad.
2. LA IGUALDAD COMO PRINCIPIO ORIENTADOR DE LEGISLACIÓN Bases internacionales-DDHH Europeas Nacionales.
3. LEY ORGÁNICA 3 /2007 DE IGUALDAD EFECTIVA DE HOMBRES Y MUJERES.
4. RD-l 6/2019 5.- RD 901/2020 Obligación de negociar RD 902/2020 Valoración de Puestos de Trabajo. Herramienta.

31. DERECHO A LA FORMACIÓN PROFESIONAL EN EL TRABAJO (15 horas)

1. Conocer los derechos formativos y educativos individuales
2. Conocer los derechos de la RLT en materia de formación en la empresa
3. Identificar y distinguir las figuras contractuales con fines formativos de aquellas otras no laborales que implican la presencia de personas en formación en la empresa (prácticas, becas...)