



## ¿Conoces la Jornada Laboral a la Carta? Te explicamos en qué consiste

La reducción de jornada era la medida típica existente en nuestro ordenamiento jurídico para ayudar a fomentar la conciliación laboral y familiar, sobre todo en caso de tener hijos menores, pero la aparición de la modificación del [apartado 8 del artículo 34 del Real Decreto-ley 6/2019 del 1 de marzo](#) de este año establece lo siguiente:

*“Las personas trabajadoras tienen derecho a solicitar las adaptaciones de la duración y distribución de la jornada de trabajo, en la ordenación del tiempo de trabajo y en la forma de prestación, incluida la prestación de su trabajo a distancia, para hacer efectivo su derecho a la conciliación de la vida familiar y laboral”.*

De esta manera, aparece una nueva jornada que se ha llamado de manera cotidiana: la **jornada a la carta**. Este tipología de jornada provoca que **los trabajadores puedan solicitar que su jornada de trabajo se adapte, en función de sus circunstancias familiares**, en duración y distribución de su jornada, incluso teniendo la posibilidad del uso del trabajo a distancia.

Dicha medida ocasiona tres solicitudes posibles que son las siguientes:

- Posibilidad de adaptar la duración de la jornada,
- Posibilidad de modificar la distribución de la jornada y de la ordenación del tiempo ...