

**Atención:**

- Este pequeño libro de 28 páginas contiene formularios o modelos generales de demanda judicial en materia de derechos de conciliación de la vida personal, familiar y laboral reconocidos legal o convencionalmente bajo la normativa laboral española.
- El trabajador podría adaptarlos a su caso particular y usarlos ante la jurisdicción de lo social española si lo estimara necesario, oportuno y conveniente.
- El trabajador demandante se podría representar a sí mismo **sin obligación de contratar abogado** ni procurador ni graduado social (arts.18 y 21 LJS) para presentar demanda y actuar en juicio ante los juzgados de lo social y para solicitar la ejecución por incumplimiento de los acuerdos de conciliación o sentencias.
- El contenido y/o compraventa de este libro **no constituyen ningún tipo de recomendación, asesoramiento, consejo, representación o servicio profesional.**

© Laboro. [laboro.social](http://laboro.social)

## **Índice.**

1 Procedimiento judicial.....	5
2 Pasos generales.....	6
3 Forma y contenido de la demanda.....	7
4 Documentos a presentar.....	8
5 Pruebas.....	9
6 Acto del juicio.....	10
6.1 Alegaciones.....	10
6.2 Práctica de la prueba.....	10
6.3 Conclusiones.....	11
7 Modelos de demanda.....	12
7.1 Demanda de reducción voluntaria y/o adaptación voluntaria de jornada.....	12
7.2 Demanda de teletrabajo por necesidad de conciliación familiar.....	14
7.3 Demanda de permiso acumulado de lactancia.....	16
7.4 Demanda de permiso de paternidad o maternidad.....	18
7.5 Demanda de excedencia por cuidado.....	20
8 Otros modelos.....	22
8.1 Solicitud de ejecución.....	22
8.2 Subsanación de defectos de la demanda.....	24
8.3 Comunicación de excepción del trámite de conciliación.....	25
9 Ejemplos.....	26
9.1 Reducción por cuidado de familiar.....	26
9.2 Teletrabajo por cuidado de familiar.....	26
9.3 Reducción de jornada por las tardes por cuidado de hijo.....	26
9.4 Reducción y jornada flexible por cuidado de hijo.....	26
9.5 Reducción por cuidado de discapacitado.....	27
9.6 Teletrabajo por cuidado de hijo.....	27
9.7 Jornada flexible por cuidado de hijo.....	27
9.8 Acumulación de lactancia.....	28
9.9 Excedencia por cuidado de hijo.....	28
9.10 Permiso de paternidad en semanas alternas.....	28