

# PERÍODOS DE DESCANSO

## NI FU NI FOL

### DESCANSO EN LA JORNADA CONTINUA:



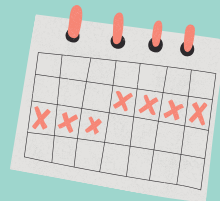
Siempre que la duración de la jornada diaria continuada exceda de 6 horas, deberá establecerse un período de **descanso mínimo de 15 minutos**.

TRABAJADORES MENORES DE 18 AÑOS: el período de descanso tendrá una duración **mínima de 30 minutos**, siempre que la jornada continuada exceda de 4 horas y media.



### DESCANSO ENTRE JORNADAS

Entre el final de una jornada y el comienzo de la siguiente mediarán **como mínimo 12 horas**.



En sectores como la hostelería o el comercio, puede reducirse a **10 horas** el descanso entre jornadas (RD 1651/1995).



### DESCANSO SEMANAL:

Los trabajadores tendrán derecho a un descanso mínimo semanal, **acumulable** por periodos de **hasta catorce días**, de **1 día y medio ininterrumpido** que, como regla general, comprenderá la tarde del sábado o, en su caso, la mañana del lunes y el día completo del domingo.

En sectores como el comercio o la hostelería, el **medio día de descanso podrá separarse o acumularse** por periodos de hasta 4 semanas.

TRABAJADORES MENORES DE 18 AÑOS: la duración del descanso semanal será de **al menos 2 días ininterrumpidos**.

