¡TIENE DERECHOS LABORALES DESPUES DEL EMBARAZO Y MIENTRAS AMAMANTA!

CAMBIOS EN EL TRABAJO

Tiene derecho a solicitar cambios en el trabajo para condiciones relacionadas con el embarazo, como la lactancia y la depresión o ansiedad posparto.

Cambios que puede pedir:

- protección contra químicos tóxicos y pesticidas
- acceso a más agua o tiempo para comer
- ser asignada a otro puesto
- y otras cosas que necesite porque está amamantando o recientemente dio la luz

Para recibir esto cambios, solicite una nota de su proveedor médico.

¡Es ilegal que su empleador la trate mal debido al embarazo, la lactancia, o por tener hijos!

La ley la protege de la discriminación, esto incluye el:

- el acoso
- que la disciplinen
- que rebajen sus horas o pago
- darle trabajo más difícil
- o que la despidan

¿TIENE PREGUNTAS? ¡LLÁMENOS HOY!

Para obtener más información sobre sus derechos, llame a la línea de ayuda legal gratuita y confidencial:

415-581-8888

Deje un mensaje de voz y una abogada le devolverá la llamada.

O envíe un correo electrónico:
daraluz@worklifelaw.org

Recursos en línea:

@daraluzderechos

¡Use este enlace para aplicar a SDI & PFL, encotras los recursos mencionados, y mas!

www.linktr.ee/daraluzderechos

CAUSA

WORKLIFE LAW

DAR A LUZ

Derechos Laborales Para Campesinas Durante El Embarazo y Posparto

TIEMPO FUERA DEL TRABAJO

Para recuperarse de su parto

La *Licencia por Discapacidad por Embarazo* (PDL) proporciona hasta 4 meses de tiempo fuera del trabajo, con el derecho de regresar a su mismo trabajo, mientras está incapacitada a causa del embarazo.

El PDL se puede usar mientras recupera del parto. Tipicamente, se usan 6 a 8 semanas para la recuperación.

Para establecer vínculo con su bebé

La ley de *Derechos Familiares de California* (CFRA) proporciona 12 semanas de tiempo fuera del trabajo con el derecho de regresar al mismo trabajo.

- Ambos padres pueden solicitar este tiempo para establecer un vínculo con su bebe recién nacido.

PAGO MIENTRAS NO TRABAJA

Podría recibir hasta 70% de su salario regular mientras no trabaja por medio de disability o el Permiso Familiar Pagado.

Disability (SDI) mientras recupera

Tipicamente, el Seguro de Incapacidad (disability) proporciona 6 semanas de pagos después de un parto natural y 8 semanas despues de una cesárea.

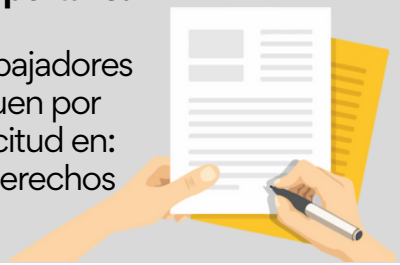
- Su doctor puede autorizar más semanas de disability en ciertos casos.

Permiso Familiar Pagado (PFL) mientras establece vínculo

Ambos padres pueden recibir 8 semanas de pago mientras estén fuera del trabajo para vincularse con su bebé.

Las mamás tipicamente reciben el PFL despues de recuperarse del parto.

¡Todo trabajador es elegible para recibir SDI o PFL sin importar su estatus migratorio!
Se recomienda que trabajadores indocumentados apliquen por correo. Encuntre la solicitud en: www.linktr.ee/daraluzderechos



¿Como puedo aplicar?

Para solicitar el SDI o PFL, visite la página del Departamento de Desarrollo del Empleo (EDD). Para SDI, hable con su proveedor de servicios médicos para recibir su autorización.

LACTANCIA EN EL TRABAJO

Tiene derecho a tiempo de descanso y un espacio privado para extraer leche materna en el trabajo por 12 meses después de dar a luz.
Puede tomar el tiempo que necesite, pero el tiempo para extraer su leche no es pagado.

Un espacio adecuado para extraer leche materna necesita:

- estar cerca de su área de trabajo
- ser privado, seguro, limpio, y libre de materiales peligrosas
- un lugar para poner su extractor de leche materna
- un lugar para sentarse
- acceso a la electricidad
- y no puede ser un baño

Su empleador también debe proveerle acceso a un refrigerador o hielera para guardar la leche y a un fregador con agua potable cerca a su área de trabajo.

¡No es necesario dar una nota para recibir estos derechos, pero puede darle una nota a su empleador de su médico!

Tenemos una nota de ejemplo disponible en www.tinyurl.com/dalnota