

Estos son algunos ejemplos de cómo pueden ser las represalias:



Despido, degradación o suspensión



Reducción de las horas o del salario



Amenazas relacionadas con el estatus migratorio



Medidas disciplinarias, incluso por usar horas de enfermedad pagadas

En California, si siente que se violan sus derechos en el lugar de trabajo y toma medidas o habla, su empleador no puede castigarlo por ejercer sus derechos. ¡Esto se llama represalia, y es ilegal!



**CONOZCA SUS DERECHOS**

¿Ha sido castigado por hablar sobre sentirse inseguro en el trabajo?

¿Cómo se sintió?

Ejercer sus derechos puede causar miedo, pero no está solo.



Recibí una medida disciplinaria y me preocupa que me despidan. No tengo dinero ahorrado, pero tenía que hablar.



Cuando mi compañera de trabajo reportó el mismo problema la última vez, la despidieron.



Mi jefe conoce a mucha gente. ¿Cómo voy a encontrar otro trabajo?



¿Es legal? Muchos de nosotros ya nos hemos lastimado en el trabajo.



No domino bien el inglés y me preocupa que mi estatus migratorio sea un problema. Obtener ayuda puede ser difícil.



Siento que no tengo opciones.

**Está protegido**

Los problemas pueden sentirse más pequeños cuando se trabaja con otras personas.



Es ilegal que su jefe lo despidan o lo castigue por ejercer sus derechos. Tiene derecho a presentar un reclamo.



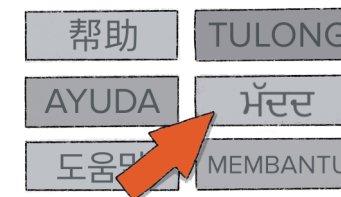
Si su empleador tomó represalias en su contra, es posible que deba reintegrarlo a su empleo, pagar los salarios que perdió y pagar multas.



Sabotear futuras oportunidades de empleo es una forma de represalia.



Los empleadores tienen la responsabilidad legal de proporcionar lugares de trabajo seguros y tienen que seguir las regulaciones de agencias estatales.



Las organizaciones comunitarias y las agencias estatales tienen recursos para ayudarlo en varios idiomas. El estatus migratorio no importa.



Llame a su organización comunitaria local o a una agencia estatal para obtener información, ayuda y apoyo.

**Tiene opciones**

## Sus derechos de salud y seguridad en el lugar de trabajo

Todos los trabajadores de California, independientemente del estatus migratorio, tienen derecho a:



Recibir protección contra riesgos para la seguridad y la salud, incluido el COVID-19



Reportar un lugar de trabajo inseguro a su empleador o a una agencia estatal



Participar en una investigación de salud y seguridad en el lugar de trabajo



Consultar el Programa de prevención de COVID-19 escrito de su empleador si lo solicita



Recibir capacitación y comunicación de una manera que entiendan

## Consejos para acercarse a su empleador y resolver problemas en el lugar de trabajo.



Documentar el problema



Hablar con sus compañeros de trabajo



Recopilar información



Averiguar quién tiene autoridad



Actuar junto con sus compañeros de trabajo



Explicar el problema y ofrecer soluciones



Resaltar cómo las soluciones ayudan a su empleador



Mantener la calma e ir al grano. Seguir las reglas.



Solicitar una fecha específica para recibir una respuesta



Documentar cualquier reunión o conversación por escrito



Comunicarse con su empleador



Tener un plan de apoyo adicional

## Está protegido contra las represalias

Las represalias son ilegales. Su empleador no puede tomar represalias contra usted por:



Hablar sobre condiciones inseguras u otras violaciones a los derechos laborales



El ejercicio de los derechos laborales de un familiar



Reportar un lugar de trabajo inseguro o una violación a los derechos laborales



Presentar una queja ante una agencia estatal



Ayudar en una investigación de su empleador

Labor Commissioner's Office



[dir.ca.gov/dlse/dlseretaliation.html](http://dir.ca.gov/dlse/dlseretaliation.html)

(833) 526 - 4636



Cal/OSHA



[dir.ca.gov/dosh/Spanish/Complaint.htm](http://dir.ca.gov/dosh/Spanish/Complaint.htm)

(833) 579 - 0927



Agricultural Labor Relations Board (ALRB)



[alrb.ca.gov](http://alrb.ca.gov)

(800) 449-3699



National Labor Relations Board (NLRB)



[nlrb.gov](http://nlr.gov)

(844) 762-6572

