

¿Sabes cuales son tus derechos en el trabajo?

Ya hemos visto que las mujeres y los hombres tenemos los mismo derechos humanos. En el trabajo también tenemos derechos, les llamamos derechos humanos laborales.



Un contrato

Donde se describan todas las condiciones de trabajo.



Vacaciones

Si trabajas más de un año para el mismo patrón(a) tienes derecho a un periodo de vacaciones de doce días y debes seguir recibiendo tu salario.



Un día de descanso

a la semana con goce de sueldo.



Salario

El pago debe estar completo, recibirlo directamente tú, en efectivo o tarjeta, puntualmente y en el lugar de trabajo.



Duración de jornada

No debe ser mayor a 8 horas, con derecho a, al menos, media hora de descanso.



Descanso

Por cada 6 horas de trabajo tienes derecho a descansar una.



Habitaciones seguras e higiénicas

Si eres un(a) jornalero(a) migrante, el patrón(a) te deberá proporcionar, sin costo, habitaciones seguras e higiénicas, con agua potable, piso firme y espacio suficiente para ti y tu familia.



Pago de utilidades*

Dentro de los 60 días siguientes a que se haya pagado el impuesto anual por parte de la empresa.

**Aplica solo a personal de empresas.*



Capacitación

Quien te contrató debe brindarte capacitación sobre la labor que vas a realizar.



Aguinaldo

Es una gratificación anual que debemos recibir por parte del patrón.



Prima vacacional

Es una compensación anual que debemos recibir por parte del patrón y/o patrona.



¿Sabías qué? Hay derechos laborales específicos para mujeres. Consulta el material sobre derechos de las mujeres.



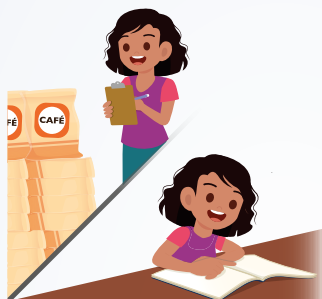
Cuidar de tu salud es cuidar de tu familia.

DERECHOS LABORALES para ADOLESCENTES

De acuerdo a la Ley Federal del Trabajo, las y los jóvenes entre 15 y 17 años, pueden realizar actividades que les permitan desarrollar habilidades y conocimientos, siempre y cuando:



- Las actividades no sean perjudiciales para su salud física y emocional.



- No interfiera con su educación.



- Las actividades sean apropiadas para su edad (sin interacción con bebidas alcohólicas, objetos peligrosos o punzocortantes, sustancias químicas, entre otros).

No olvides que las y los adolescentes también cuentan con derechos laborales diferentes a las personas adultas, algunos son:



- No exceder 6 horas diarias la jornada de trabajo, dividida en periodos máximos de 3 horas, con una hora de descanso por lo menos.



- Percibir un sueldo y decidir cómo utilizarlo.
- Descanso los domingos y días festivos.



- Mínimo 18 días laborables de vacaciones anuales pagadas.



- Derecho a trabajar sin que interfiera con sus estudios.



- No realizar trabajo extraordinario (horas extras).



- Contar con la autorización de mamá, papá o tutor(a).

*Ley Federal del Trabajo Arts. 22, 22 Bis, 23, 175, 175 Bis, 176, 177, 178, 179, 180, 988.

Recuerda que el trabajo infantil es toda actividad (pagado o no) realizada por niñas, niños y adolescentes, que interfiere con su educación, pone en peligro su salud física y mental y afecta sus derechos.



Ningún trabajo que realices debe violentar tus derechos humanos y laborales.

¡Construyamos un mejor futuro, libres de Trabajo Infantil!

Salud y seguridad en el cafetal

Cuidar de tu seguridad y salud en el trabajo es esencial, para prevenir accidentes, lesiones y enfermedades, que tienen relación directa con tus actividades de trabajo.

Usar el equipo de protección personal te ayudará a **disminuir riesgos** en tu salud y seguridad:



RECUERDA:



Protégete del sol
Toma descansos en sombra constante.



Asiste a revisiones médicas
Hazlo al menos una vez al mes.



Hidrátate
Evita tomar bebidas azucaradas o refrescos. Sólo el agua y el suero te hidratan correctamente.



No retengas la orina
Esto puede provocarte otras enfermedades.

Cuidar de tu salud es cuidar de tu familia

El financiamiento para este proyecto fue proporcionado por el Departamento de Trabajo de los Estados Unidos bajo el acuerdo cooperativo número IL-29993-16-75-K-11. El proyecto Campos de Esperanza es liderado por World Vision México. El 100% del costo total del programa Campos de Esperanza es financiado con fondos federales, por un total de \$11,000,000.00 dólares. Este material no refleja necesariamente las opiniones o políticas del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos, ni tampoco la mención de nombres comerciales, productores comerciales u organizaciones.

Salud y seguridad en el corte de caña

Cuidar de tu seguridad y salud en el trabajo, es esencial para prevenir accidentes, lesiones y enfermedades, que tienen relación directa con tus actividades de trabajo.

Usar el equipo de protección personal te ayudará a **disminuir riesgos** en tu salud y seguridad:



RECUERDA:



Protégete del sol
Toma descansos en sombra constante.



Asiste a revisiones médicas
Hazlo al menos una vez al mes.



No retengas la orina
Esto puede provocarte otras enfermedades.



Hidrátate
Evita tomar bebidas azucaradas o refrescos. Sólo el agua y el suero te hidratan correctamente.

Es tu derecho que tu patrón(a) te brinde el **equipo de protección** adecuado para tu trabajo.

Cuidar de tu salud es cuidar de tu familia

El financiamiento para este proyecto fue proporcionado por el Departamento de Trabajo de los Estados Unidos bajo el acuerdo cooperativo número IL-29993-16-75-K-11. El proyecto Campos de Esperanza es liderado por World Vision México. El 100% del costo total del programa Campos de Esperanza es financiado con fondos federales, por un total de \$11,000,000.00 dólares. Este material no refleja necesariamente las opiniones o políticas del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos, ni tampoco la mención de nombres comerciales, productores comerciales u organizaciones.