

WE ARE YOUR DOL



Department
of Labor

TË DREJTAT TUAJA SI PUNONJËS

Për të nxjerrë qumështin e gjirit në punë

JU KENI TË DREJTË TË NXIRRNË QUMËSHËTIN E GJIRIT NË PUNË

Seksioni 206-c i Ligjit të Punës të Shtetit të Nju Jorkut kërkon që punëdhënësi juaj t'ju sigurojë kohë pushimi të papaguar për të pompuar qumështin e gjirit në punë. Për më shumë informacion mbi të drejtat tuaja në vendin e punës, ju lutemi shikoni politikën e Departamentit të Punës të Shtetit të Nju Jorkut (NYSDOL) këtu [on.ny.gov/breastmilkexpression](https://www.ny.gov/breastmilkexpression). Për më shumë informacion në lidhje me dhënien e qumështit të gjirit, ju lutemi shikoni Ligjin e të Drejtave të Departamentit të Shëndetësisë së Shtetit të Nju Jorkut për ushqyerjen me gji në [health.ny.gov/publications/2028/](https://www.health.ny.gov/publications/2028/).

A E MBULON KY LIGJ PUNËDHËNËSIN TIM?

Ky ligj zbatohet për të gjithë punëdhënësit publikë dhe privatë në shtetin e Nju Jorkut, pavarësisht nga madhësia ose natyra e biznesit të tyre.

PO NËSE PUNËDHËNËSI IM NUK MË KA THËNË SE MUND TË POMPOJ QUMËSHËTIN E GJIRIT NË PUNË?

Të gjithë punëdhënësit janë të detyruar të informojnë punonjësit për të drejtën e tyre për të marrë pushime të papaguara gjatë ditës së punës me qëllim të nxjerrjes së qumështit të gjirit. Punëdhënësi juaj duhet t'ju informojë për këtë të drejtë duke ju pajisur me Politikën e Departamentit të Punës të Shtetit të Nju Jorkut mbi të drejtat e punonjësve për të shtrydhur qumështin e gjirit në vendin e punës. Kjo politikë mund të ofrohet në formë të shtypur ose elektronike përmes emailit. Të gjithë punonjësit duhet ta marrin këtë politikë kur punësohen dhe ky njoftim duhet t'i jepet çdo punonjësi që kthehet në punë pas lindjes së një fëmije, si dhe një herë në vit më pas.

A DUHET TA NJOFTOJ PARAPRAKISHT PUNËDHËNËSIN NËSE DUA TË POMPOJ QUMËSHËTIN E GJIRIT NË PUNË?

Po. Nëse dëshironi të pomponi qumështin e gjirit në punë, duhet të njoftoni paraprakisht me shkrim punëdhënësin tuaj – mundësisht përpara se të ktheheni në punë nga pushimi i lehonisë. Kërkesa juaj duhet t'i dërgohet mbikëqyrësit tuaj të drejtpërdrejtë ose anëtarit të stafit të caktuar nga punëdhënësi juaj për të trajtuar kërkesa të tilla. Kërkesa juaj me shkrim mund të dërgohet përmes postës elektronike, mesazheve me tekst, korrespondencës me shkrim ose çdo aplikacioni të bazuar në bisedë që përdoret rregullisht nga organizata për korrespondencë që lejon ruajtjen e mesazheve. Njoftimi juaj me shkrim duhet të përfshijë detaje në lidhje me sa pushime parashikoni të keni nevojë gjatë ditës së punës. Nëse keni preferuar kohë për të nxjerrë qumështin e gjirit, ju lutemi përfshijeni edhe atë në njoftimin tuaj me shkrim.

SA KOHË PAS LINDJES SË FËMIJËS MUND TË POMPOJ QUMËSHËTIN E GJIRIT NË PUNË?

Ju mund të merrni kohë pushimi për të pompuar qumështin e gjirit në punë deri në tre vjet pas lindjes së fëmijës suaj.

SA KOHË MUND TË MARR PUSHIM PËR TË POMPUAR QUMËSHTIN E GJIRIT?

Punëdhënësi juaj duhet t'ju japë të paktën njëzet minuta për çdo pushim, por duhet t'ju lejohet më shumë kohë nëse keni nevojë. Ju mund të bëni pushime më të shkurtra nëse dëshironi. Pushimet për të shtrydhur qumështin e gjirit janë të papaguara. Ju gjithashtu mund të përdorni kohën tuaj të rregullt të pushimit me pagesë ose kohën e vaktit për të pompuar qumështin e gjirit nëse dëshironi, por nuk ka asnjë kërkesë për ta bërë këtë. Ju gjithashtu mund të zgjidhni t'i bëni këto pushime menjëherë para ose pas pushimeve tuaja të planifikuara rregullisht me pagesë ose periudhave të vaktit. Për shembull, mund të bëni një pushim drekë prej 30 minutash dhe më pas të bëni një pushim 20 minutash për të pompuar qumështin e gjirit direkt pas pushimit të drekës, për një total prej 50 minutash.

SA SHPESH GJATË DITËS SË PUNËS MUND TË BËJ PUSHIME PËR TË POMPUAR QUMËSHTIN E GJIRIT?

Ju mund të bëni pushime të paktën një herë në tre orë për të pompuar qumështin e gjirit, por punëdhënësit duhet t'ju strehojnë nëse keni nevojë për pushime më të shpeshta.

NËSE BËJ PUSHIME PËR TË POMPUAR QUMËSHTIN E GJIRIT, A MUNDET PUNËDHËNËSI IM TË ZVOGËLOJË SASINË E PUSHIMEVE TË TJERA QË MARR?

Jo. Nëse bëni pushime të papaguara për të pompuar qumështin e gjirit, punëdhënësi juaj nuk mund të marrë kohë nga pushimi juaj i rregullt me pagesë ose koha e vaktit.

NËSE BËJ PUSHIME PËR TË POMPUAR QUMËSHTIN E GJIRIT, A MUND TA KOMPENSOJ ATË KOHË?

Po. Punëdhënësi juaj duhet t'ju lejojë të punoni para ose pas turnit tuaj normal për të kompensuar kohën e pushimit të papaguar që merrni për të pompuar qumështin e gjirit, për sa kohë që kjo kohë bie brenda orarit normal të punës së punëdhënësit tuaj. Nuk ju kërkohet të kompensoji këtë herë, por mund ta bëni këtë nëse dëshironi.

A DUHET TË MË PAGUAJ PUNËDHËNËSI PËR KOHËN E PUSHIMIT QË MARR PËR TË POMPUAR QUMËSHTIN E GJIRIT?

Jo. Punëdhënësi juaj nuk duhet t'ju paguajë për pushimet që bëni për të pompuar qumështin. Nëse dëshironi, mund të përdorni pushimin tuaj të rregullt me pagesë ose kohën e vaktit për të pompuar qumështin e gjirit. Ju gjithashtu keni të drejtë për pushime shtesë të papaguara nëse keni nevojë për to. Ju nuk jeni të detyruar të përfundoni detyrat e punës gjatë marrjes së qumështit të gjirit dhe punëdhënësi juaj nuk mund ta kërkojë atë. Nëse vendosni vullnetarisht ta bëni këtë, punëdhënësi juaj duhet t'ju kompensojë.

A DUHET PUNËDHËNËSI IM TË SIGUROJË NJË VEND PËR MUA PËR TË POMPUAR QUMËSHTIN E GJIRIT?

Po. Punëdhënësi juaj duhet t'ju sigurojë një dhomë private ose një vend tjetër afër zonës tuaj të punës ku mund të pomponi qumështin e gjirit. Nëse punëdhënësi juaj nuk mund të sigurojë një dhomë të dedikuar për laktacion, në vend të kësaj mund të përdoret një dhomë përkohësisht e lirë. Si mjet i fundit, mund të përdoret një kabinë, por ajo duhet të jetë plotësisht e mbyllur me mure të paktën shtatë metra të larta. Ju duhet të konsultoheni me Divizionin e Standardeve të Punës të NYSDOL nëse punëdhënësi juaj ju thotë se nuk ka një vend ku ju të pomponi qumështin e gjirit.

A MUND TË JETË AI VEND NJË BANJË?

Jo. Dhoma ose vendndodhja e ofruar nga punëdhënësi juaj nuk mund të jetë një banjë ose banjë.

ÇFARË DUHET TË VENDOSË PUNËDHËNËSI IM NË DHOMË?

Vendi ku pomponi qumështin e gjirit duhet të përmbajë një karrige dhe tavolinë të vogël ose një sipërfaqe tjetër të sheshtë. Përveç kësaj, hapësira duhet të ketë dritë të mirë natyrale ose artificiale, një prizë elektrike (nëse vendi i punës ka energji elektrike) dhe të jetë afër ujit të pastër dhe të aksesueshëm. Nëse vendi i punës ka një frigorifer, ju duhet të lejoheni ta përdorni për të ruajtur qumështin nëse dëshironi.

A DUHET DHOMA TË JETË PRIVATE?

Po. Dhoma ose vendi i ofruar nga punëdhënësi juaj nuk mund të jetë i hapur për punonjësit e tjerë, klientët ose anëtarët e publikut ndërsa jeni duke pompuar qumështin e gjirit. Ajo duhet të ketë një derë me një bravë funksionale, ose, në rastin e një kabine, një shenjë që paralajmëron se vendndodhja është në përdorim dhe jo e aksesueshme për të tjerët. Nëse ka dritare në hapësirë, ato duhet të mbulohen.

ÇFARË DUHET TË BËJ NËSE PUNËDHËNËSI IM NUK E ZBATON KËTË LIGJ?

Paraqisni një ankesë në Divizionin e Standardeve të Punës të NYSDOL. Këto ankesa janë konfidenciale. Ne nuk do t'i tregojmë punëdhënësit tuaj se është paraqitur një ankesë kundër tij ose saj. Mund të telefononi NYSDOL në **1-888-52-LABOR**, email te **LSAsk@labor.ny.gov**, ose ejani në Standardet më të afërta të Punës për të paraqitur një ankesë. Lista e zyrave është në dispozicion në **labor.ny.gov/workerprotection/laborstandards/workprot/lstdists.shtm**.

PO SIKUR PUNËDHËNËSI IM TË MË NDËSHKOJË PËR PARAQITJEN E NJË ANKESË?

Punëdhënësi juaj nuk mund të diskriminojë ose hakmerret në asnjë mënyrë kundër jush ose ndonjë punonjësi tjetër që zgjedh të pompojë qumështin e gjirit në vendin e punës ose që paraqet një ankesë tek ne. Nëse kjo ndodh, kontaktoni menjëherë NYSDOL dhe na njoftoni.

KU MUND TË GJEJ INFORMACION SHITESË PËR KËTË TEMË?

NYSDOL ka nxjerrë një politikë për të drejtat e punonjësve për të shtrydhur qumështin e gjirit në vendin e punës. Punëdhënësve u kërkohet t'ju ofrojnë këtë politikë kur jeni të punësuar, si dhe kur ktheheni në punë pas lindjes së një fëmije. Politika është në dispozicion në internet në **on.ny.gov/breastmilkexpression**.

A MBRON NDONJË LIGJ TJETËR TË DREJTËN TIME PËR TË POMPUAR QUMËSH TIN E GJIRIT NË PUNË?

Po. Akti i Standardeve të Drejta të Punës, një ligj federal që mbulon të 50 shtetet, mbron gjithashtu të drejtën tuaj për të pompuar qumështin e gjirit në punë. Për më shumë informacion, kontaktoni Divizionin e Pagave dhe Orëve të Departamentit të Punës të SHBA në **1-866-4USWAGE**. Akti federal PUMP hyri në fuqi në vitin 2023, duke zgjeruar mbrojtjen për pothuajse të gjithë punonjësit që pompojnë qumështin e gjirit në punë. Sipas Aktit PUMP, çdo punonjës i mbuluar që nuk pajset me pushime dhe hapësirë të përshtatshme deri në një vit pas lindjes së një fëmije, mund të paraqesë një ankesë në NYSDOL ose të ngrejë një padi kundër punëdhënësve të tyre. Për më shumë informacion, ju lutemi vizitoni **on.ny.gov/breastmilkexpression**.