



您享有在工作场所吸乳的权利

纽约州《劳工法》第206-c条规定，您的雇主必须提供无薪休息时间，以便您在工作场所泵乳。欲了解有关您在工作场所享有的权利的更多信息，请在此处查看纽约州劳工部(NYSDOL)政策：on.ny.gov/breastmilkexpression。欲了解有关吸乳的更多信息，请在此处查看纽约州卫生部的《哺乳权利法案》：health.ny.gov/publications/2028/。

这项法律是否适用于我的雇主？

该法律适用于纽约州的所有公共和私人雇主，无论企业规模或性质如何。

如果我的雇主没有告知我可以在工作场所泵乳，该怎么办？

所有雇主都必须告知雇员其有权在工作日享受无薪休息时间，以便于吸乳。您的雇主必须通过提供纽约州劳工部关于雇员在工作场所吸乳的权利的政策，告知您享有这项权利。您的雇主可以提供打印版政策文件，或通过电子邮件提供电子版文件。所有雇员都必须在入职时收到本政策，并在生育后重返工作岗位时收到本通知，并在其后每年收到一次。

如果我希望在工作场所泵乳，我是否需要提前通知雇主？

是。如果您希望在工作场所泵乳，您必须以书面形式提前通知雇主——最好在产假结束重返工作岗位之前。您应当向您的直接主管或雇主指定处理此事的专人提交申请。您可以通过电子邮件、短信、书面信件或任何该企业经常使用且能够保留信息记录的聊天应用程序发送该书面申请。您的书面申请应包含详情，例如您预计在工作日需要多少休息时间。如果您有相对固定的吸奶时间，也请在书面申请中提出。

在生育后，享受泵乳休息时间的期限是多久？

您可以在生育后不超过三年的时间内享受工作场所泵乳休息的权利。

每次泵乳休息时间有多长？

您的雇主批准的每次泵乳休息时间不得少于二十分钟，如果您需要更多时间，则雇主必须批准。您可以自愿选择缩短泵乳休息时间。吸乳休息时间是无薪的。您可以自愿选择利用带薪休息时间或用餐时间来泵乳，但不作强制要求。您也可以选择在常规带薪休息时间或用餐时间前后连续休息以进行泵乳。例如，您可以选择在30分钟的午餐时间后再休息20分钟泵乳，即一次性休息50分钟。

我在一个工作日中可以泵乳休息几次？

您可以至少每三小时泵乳休息一次，但如果您需要更频繁地泵乳，则雇主必须批准。

如果我利用休息时间泵乳，我的雇主是否能扣减我的常规休息时间？

否。如果您利用无薪休息时间进行泵乳，则您的雇主不得扣减您的常规带薪休息时间或用餐时间。

如果我利用休息时间泵乳，我是否能补班？

是。只要仍在雇主的正常工作时间内，您的雇主就必须允许您在正常轮班之前或之后对您用于泵乳的无薪休息时间进行补班。法律不强制要求您对无薪休息时间进行补班，但您可以自愿选择补班。

我的雇主是否需要为我的泵乳休息时间支付薪资？

否。您的雇主无需为您的泵乳休息时间支付薪资。您可以自愿选择利用常规带薪休息时间或用餐时间来泵乳。如果您有需要，您也可以享受额外的无薪休息时间。您没有义务一边吸乳一边完成工作任务，您的雇主也不得要求您这样做。如果您自愿选择这么做，您的雇主必须对您做出工作时间补偿。

我的雇主是否需要为我提供泵乳场所？

是。您的雇主必须为您提供私密房间或距离您工作地点较近的其他场所，以方便您泵乳。如果您的雇主无法提供专门的哺乳室，则可以使用临时空置的房间。在迫不得已的情况下，可以使用完全封闭的小隔间，隔间墙壁不得低于七英尺。如果您的雇主告诉您其无法为您提供泵乳场所，请咨询NYSDOL劳动标准处。

雇主提供的泵乳地点可以是洗手间吗？

不可以。雇主为您提供的泵乳场所不能是洗手间或厕所隔间。

雇主应该为该场所提供哪些设施？

泵乳场所必须备有一张椅子、一张小桌子或平整台面。此外，该场所还必须有良好的自然光源或人造光源、一个电源插座（如果工作场所用电），并靠近清洁的供水。如果工作场所有冰箱，在您需要时，雇主必须允许您使用冰箱来保存母乳。

泵乳场所是否必须确保私密？

是。在您使用泵乳室或泵乳场所时，雇主不得向其他雇员、顾客或公众开放该场所。该场所应提供门锁，或者，如果该场所是隔间，则应提供“使用中，请勿进入”的警告标示。如果该场所有窗户，则应提供遮蔽物。

如果我的雇主不遵守本法律，我该怎么办？

向NYSDOL劳动标准处提出投诉。此类投诉均保密。我们不会告知您的雇主有人提出投诉。您可以致电NYSDOL：1-888-52-LABOR，发送电子邮件至：LSAsk@labor.ny.gov，或前往距离您最近的劳动标准处。办事处列表请参阅：labor.ny.gov/workerprotection/laborstandards/workprot/lstdists.shtm。

如果我的雇主因为我提出投诉而惩罚我，该怎么办？

您的雇主不得歧视或以任何方式打击报复您或者任何选择在工作场所泵乳或向我们提出投诉的其他雇员。如果发生这种情况，请立即联系NYS DOL告知我们。

我可以在哪里了解有关本主题的更多详情？

NYSDOL已颁布了一项政策以保护雇员在工作场所吸乳的权利。雇主必须在您入职时以及在您生育后重返工作岗位时为您提供本政策。您可以在线找到本政策：on.ny.gov/breastmilkexpression。

还有其他法律保护我在工作场所泵乳的权利吗？

是。涵盖全美50个州的联邦法律《公平劳动标准法》也保护您在工作场所泵乳的权利。欲了解更多信息，请致电美国劳工部薪资与工时处：**1-866-4USWAGE**。2023年生效的联邦《PUMP法案》扩大了对几乎所有在工作场所泵乳的雇员的保护。根据《PUMP法案》，任何受保护的劳工，如果在生育后的一年内未获得充分的休息和空间，即可向NYSDOL提出投诉或对其雇主提起诉讼。欲了解更多信息，请浏览on.ny.gov/breastmilkexpression。