

WE ARE YOUR DOL



Department  
of Labor

## कार्यस्थल पर कर्मचारियों के स्तनपान कराने के अधिकारों से जुड़ी नीति

### परिचय और उद्देश्य

न्यूयॉर्क राज्य श्रम कानून की धारा 206-c न्यूयॉर्क में सभी कर्मचारियों को कार्यस्थल में स्तनपान कराने का अधिकार देती है। यह कानून न्यूयॉर्क राज्य में सभी सार्वजनिक और निजी नियोक्ताओं पर लागू होता है, भले ही उनके कारोबार का आकार या प्रकृति कुछ भी हो।

न्यूयॉर्क स्टेट डिपार्टमेंट ऑफ लेबर ने कार्यस्थल पर कानून के मुताबिक आवश्यक के रूप में स्तनपान की अभिव्यक्ति पर आधिकारिक नीति विकसित की है, यह सुनिश्चित करते हुए कि सभी कर्मचारी अपने अधिकारों को जानते हैं और सभी नियोक्ता अपनी जिम्मेदारियों को समझते हैं। यह नीति एक आवश्यक न्यूनतम मानक है, लेकिन नियोक्ताओं को उनके कार्यस्थल के अनुरूप अतिरिक्त आवास शामिल करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

नीचे दी गई जानकारी के साथ, कर्मचारी यह जानेंगे कि उन्हें स्तनपान कराने के लिए कितना समय दिया जाता है, स्तनपान कराने के लिए नियोक्ताओं को किस तरह की जगह की आवश्यकता होती है, कार्यस्थल में स्तनपान कराने की आवश्यकता के बारे में नियोक्ताओं को कैसे सूचित किया जाए। अगर इन अधिकारों का सम्मान नहीं किया जाता है, तो श्रम विभाग को कैसे सूचित करें।

नियोक्ता को सभी कर्मचारियों को यह नीति लिखित रूप में देनी चाहिए जब उन्हें काम पर रखा जाता है और वार्षिक रूप से फिर से प्रदान किया जाता है बच्चे के जन्म के बाद जैसे ही वे काम पर लौटते हैं, नियोक्ता को कर्मचारियों को पॉलिसी उपलब्ध कराने की भी ज़रूरत होती है।

### स्तनपान कराने के लिए ब्रेक टाइम का इस्तेमाल करना

नियोक्ताओं को अपने कर्मचारियों को स्तनपान कराने के लिए उचित अवैतनिक अवकाश समय प्रदान करना चाहिए। इसके अलावा, कर्मचारियों को स्तनपान कराने के लिए अपने सशुल्क ब्रेक टाइम या भोजन के समय का उपयोग करने की भी अनुमति दी जानी चाहिए। यह समय बच्चे के जन्म के बाद तीन साल तक दिया जाना चाहिए। कर्मचारी द्वारा अनुरोध किए जाने पर नियोक्ता को कम से कम हर तीन घंटे में अवैतनिक अवकाश देना चाहिए। हालांकि, कर्मचारी को स्तनपान कराने के लिए जितने अवैतनिक ब्रेक की आवश्यकता होगी, वह हर कर्मचारी के लिए अद्वितीय होती है और नियोक्ताओं को व्यक्ति के आधार पर उचित ब्रेक समय देना चाहिए। नियोक्ता को कार्यस्थल में स्तनपान कराने का विकल्प चुनने वाले किसी कर्मचारी के खिलाफ किसी भी तरह से भेदभाव करने से मना किया जाता है।

कर्मचारी को अपने सामान्य समय से पहले या बाद में किसी भी समय काम करने की अनुमति दी जानी चाहिए, जब तक कि यह समय सामान्य कामकाजी घंटों के दौरान होता है। हालांकि, कर्मचारी को अपने अवैतनिक ब्रेक टाइम को पूरा करने की ज़रूरत नहीं है।

सभी नियोक्ताओं को मौजूदा संघीय और राज्य कानूनों, विनियमों और वैतनिक और अवैतनिक अवकाश समय और भोजन के समय के संबंध में मार्गदर्शन का पालन करना जारी रखना चाहिए, चाहे कर्मचारी इस समय का उपयोग स्तनपान कराने के लिए करते हों या नहीं। राज्य और संघीय कानून के तहत भोजन की अवधि या ब्रेक की अवधि के बारे में अतिरिक्त जानकारी के लिए, कृपया निम्नलिखित संसाधन देखें:

• NY श्रम विभाग की भोजन अवधि, ब्रेक और आराम के दिनों के बारे में वेबसाइट [dol.ny.gov/day-rest-and-meal-periods](https://dol.ny.gov/day-rest-and-meal-periods)

- भोजन और आराम की अवधि के बारे में NY श्रम विभाग के अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न [dol.ny.gov/system/files/documents/2021/03/meal-and-rest-periods-frequently-asked-questions.pdf](https://dol.ny.gov/system/files/documents/2021/03/meal-and-rest-periods-frequently-asked-questions.pdf)
- भोजन और आराम की अवधि के बारे में अमेरिकी श्रम विभाग FLSA के अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न [dol.gov/agencies/whd/fact-sheets/22-flsa-hours-worked](https://dol.gov/agencies/whd/fact-sheets/22-flsa-hours-worked)
- स्तनपान कराने के लिए ब्रेक टाइम के मुआवजे के बारे में अमेरिकी श्रम विभाग FLSA की फैक्ट शीट [dol.gov/agencies/whd/fact-sheets/73-flsa-break-time-nursing-mothers](https://dol.gov/agencies/whd/fact-sheets/73-flsa-break-time-nursing-mothers)

जबकि नियोक्ता के लिए यह ज़रूरी नहीं है कि कर्मचारी स्तनपान करते हुए काम करे, श्रम कानून 206-c के अनुसार, कुछ भी कर्मचारी को स्वेच्छा से ऐसा करने से रोकता है। स्तनपान करते समय काम करने वाले समय की भरपाई की जानी चाहिए।

स्तनपान कराने के लिए प्रदत्त अवैतनिक अवकाश कम से कम बीस मिनट का होना चाहिए। हालांकि, अगर निर्दिष्ट स्तनपान कक्ष जहां इस तरह का ब्रेक लिया जाएगा, कर्मचारी के ऑफिस के करीब नहीं है, तो प्रदत्त अवकाश कम से कम तीस मिनट का होना चाहिए। ज़रूरी होने पर कर्मचारी को लंबे समय तक अवैतनिक अवकाश लेने की अनुमति दी जानी चाहिए। कर्मचारी छोटे अवैतनिक अवकाश लेने का विकल्प भी चुन सकते हैं।

दूरस्थ रूप से काम करने वाले कर्मचारी के पास स्तनपान कराने के लिए अन्य सभी कर्मचारियों के समान अवैतनिक अधिकार होते हैं, जो अपना काम व्यक्तिगत रूप से करते हैं।

## कार्यस्थल पर स्तनपान कराने का अनुरोध करना

अगर कोई कर्मचारी कार्यस्थल पर स्तनपान कराना चाहता है, तो कर्मचारी को छुट्टी पर होने पर कार्यस्थल पर लौटने से पहले आम तौर पर नियोक्ता को उचित अग्रिम नोटिस देना चाहिए। इस अग्रिम नोटिस से नियोक्ताओं को उपयुक्त स्थान खोजने और ज़रूरी होने पर कार्यक्रम समायोजित करने का समय मिल जाना चाहिए।

जो कर्मचारी कार्यस्थल पर स्तनपान कराने के लिए कमरे या अन्य स्थान का अनुरोध करना चाहते हैं, उन्हें अपने प्रत्यक्ष पर्यवेक्षक या उनके नियोक्ता द्वारा नामित व्यक्ति को प्रसंस्करण के अनुरोध के लिए लिखित अनुरोध सबमिट करके ऐसा करना होगा। नियोक्ता को पांच दिनों के भीतर स्तनपान कराने के लिए कमरे या अन्य स्थान के लिए इस अनुरोध का जवाब देना चाहिए।

स्तनपान कराने के लिए कमरा या अन्य स्थान निर्दिष्ट किए जाने पर नियोक्ता को सभी कर्मचारियों को ईमेल या प्रिंटेड मेमो के माध्यम से लिखित रूप में सूचित करना चाहिए।

## स्तनपान कक्ष से जुड़ी शर्तें

कार्य दिवस के दौरान आवश्यक समय देने के अलावा, नियोक्ताओं को स्तनपान कराने के लिए एक निजी कमरा या वैकल्पिक स्थान प्रदान करना चाहिए। स्तनपान कराने के लिए प्रदत्त जगह रेस्टरूम या टॉयलेट स्टॉल नहीं हो सकता।

कमरा या अन्य स्थान अवश्य होना चाहिए:

- किसी कर्मचारी के कार्य क्षेत्र के करीब होना चाहिए
- अच्छी प्राकृतिक या कृत्रिम रोशनी होनी चाहिए
- प्राइवेट होना चाहिए – सुरक्षित और बिना आज्ञा के प्रवेश की अनुमति नहीं होनी चाहिए
- आस-पास सुलभ, स्वच्छ बहता पानी हो
- बिजली का आउटलेट होना चाहिए (यदि कार्यस्थल पर बिजली की आपूर्ति की जाती है)
- एक चेयर होना चाहिए
- एक डेस्क, छोटी मेज, डेस्क, काउंटर या अन्य फ्लैट सरफ़ेस उपलब्ध कराएं

हर नर्सिंग कर्मचारी के लिए अलग जगह की जरूरत नहीं है। स्तनपान कराने के लिए कंपनी की ओर से एक कमरा या अन्य स्थान निर्दिष्ट किया जा सकता है। अगर एक ही समय में एक से अधिक कर्मचारियों को लैक्टेेशन रूम तक पहुंच की आवश्यकता होती है, तो नियोक्ता सभी कर्मचारियों द्वारा उपयोग किए जाने के लिए एक केंद्रीकृत स्थान निर्दिष्ट कर सकते हैं।

स्तनपान कराने के लिए प्रदत्त कोई भी जगह, उपयोग करने वाले कर्मचारी (कर्मचारियों) के कार्य क्षेत्र के करीब होनी चाहिए। स्थान थोड़ी दूरी पर होना चाहिए। साथ ही, स्थान की दूरी से कर्मचारी के आवश्यक विराम समय में उल्लेखनीय वृद्धि नहीं होनी चाहिए।

ऑफिस बिल्डिंग, शॉपिंग मॉल और इसी तरह के स्थानों जैसे सामान्य कार्य क्षेत्रों में स्थित नियोक्ता एक निर्दिष्ट स्तनपान कक्ष की स्थापना और रखरखाव के लिए एक साथ काम कर सकते हैं, जब तक कि ऐसी सुविधाएं कमरे का उपयोग करने वाले कर्मचारियों से उचित दूरी के भीतर हों। इस सामान्य स्थान का उपयोग करने वाले हर नियोक्ता व्यक्तिगत रूप से यह सुनिश्चित करने के लिए जिम्मेदार हैं कि कमरा उनके कर्मचारियों के लिए उपयुक्त है।

अगर स्तनपान कराने के लिए कोई अलग कमरा या स्थान उपलब्ध नहीं है, तो नियोक्ता अस्थायी आधार पर खाली कार्यालय या अन्य उपलब्ध कमरे का उपयोग कर सकते हैं। यह कमरा सार्वजनिक या अन्य कर्मचारियों के लिए तब सुलभ नहीं होना चाहिए, जब कोई कर्मचारी स्तनपान कराने के लिए इसका उपयोग कर रहा हो।

अंतिम उपाय के रूप में, स्तनपान कराने के लिए उपलब्ध क्यूबिकल का उपयोग किया जा सकता है। कक्ष का इस्तेमाल सिर्फ़ तभी किया जा सकता है, जब यह पूरी तरह से घिरा हो और स्तनपान कराने के लिए उपयोग किए जाने के दौरान जनता या अन्य कर्मचारियों के लिए अन्यथा सुलभ न हो। क्यूबिकल की दीवारें कम से कम सात फीट ऊंची होनी चाहिए, ताकि कर्मचारी की गोपनीयता सुनिश्चित की जा सके।

गोपनीयता सुनिश्चित करने के लिए, अगर स्तनपान कक्ष में एक खिड़की है, तो इसे पर्दे या अन्य आवरण से ढका जाना चाहिए। इसके अलावा, लैक्टेसन स्पेस में एक फंक्शनल लॉक से सुसज्जित दरवाजा होना चाहिए। अगर यह संभव नहीं है (जैसे पूरी तरह से बंद कक्ष में), तो अंतिम उपाय के रूप में नियोक्ता को एक संकेत का उपयोग करना चाहिए जो दर्शाता है कि स्थान उपयोग में है और अन्य कर्मचारियों या जनता के लिए सुलभ नहीं है।

अगर कार्यस्थल में रेफ्रिजरेटर है, तो नियोक्ताओं को कर्मचारियों को दूध स्टोर करने के लिए इसका उपयोग करने की अनुमति देनी चाहिए। हालांकि, कार्यस्थल में किसी भी रेफ्रिजरेटर में रखे गए दूध को सुरक्षित रखने के लिए नियोक्ता जिम्मेदार नहीं हैं। कर्मचारियों को सभी दूध को बंद कंटेनरों में रखना होगा और हर शाम दूध घर लाना होगा।

जिस स्थान पर स्तनपान कराया जाता है, उसे हर समय साफ रखना चाहिए।

अगर नियोक्ता उपरोक्त आवश्यकताओं के अनुसार एक स्थान की व्यवस्था करने में अनुचित कठिनाई का प्रदर्शन कर सकता है, तो भी नियोक्ता को रेस्टरूम या टॉयलेट स्टॉल के अलावा कार्य क्षेत्र के ठीक आसपास के क्षेत्र में एक कमरे या अन्य स्थान की व्यवस्था करनी चाहिए - कमरा कार्य क्षेत्र के करीब हो, जहां एक कर्मचारी गोपनीयता के साथ स्तनपान करा सके, जो कि अधिक से अधिक आवश्यकताओं को पूरा करता हो। अनुचित कठिनाई को कानून में "नियोक्ता के व्यवसाय के आकार, वित्तीय संसाधनों, प्रकृति या संरचना के संबंध में महत्वपूर्ण कठिनाई या व्यय के कारण" के तौर पर परिभाषित किया गया है। **हालांकि, कोई नियोक्ता स्थान खोजने में कठिनाई के कारण किसी कर्मचारी को कार्यस्थल पर स्तनपान कराने के अधिकार से वंचित नहीं कर सकता है।**

## न्यूयॉर्क राज्य श्रम संसाधन विभाग

अगर कर्मचारियों को लगता है कि कार्यस्थल पर स्तनपान कराने के लिए उन्हें दंडित किया जा रहा है या उनके नियोक्ता इस नियम को तोड़ रहे हैं, तो कर्मचारियों को न्यूयॉर्क राज्य श्रम विभाग के श्रम मानक विभाग से संपर्क करना चाहिए। हमें 1-888-52-LABOR पर कॉल करें या हमें [LSAsk@labor.ny.gov](mailto:LSAsk@labor.ny.gov) पर ईमेल करें या व्यक्तिगत रूप से शिकायत दर्ज करने के लिए निकटतम श्रम मानक कार्यालय में जाएं। हमारे कार्यालयों की एक सूची [dol.ny.gov/location/contact-division-labour-standards](http://dol.ny.gov/location/contact-division-labour-standards) पर उपलब्ध है।

*शिकायतें गोपनीय होती हैं।*

## संघीय संसाधन

संघीय PUMP अधिनियम 2023 में लागू हुआ। कार्यस्थल पर स्तनपान कराने वाले लगभग सभी कर्मचारियों के लिए सुरक्षा का विस्तार हुआ है। PUMP अधिनियम के तहत, बच्चे के जन्म के बाद एक वर्ष तक ब्रेक और पर्याप्त स्थान प्रदान नहीं करने वाले कोई भी बीमाकृत कर्मचारी अमेरिकी श्रम विभाग के पास शिकायत दर्ज कर सकते हैं या अपने नियोक्ताओं के खिलाफ मुकदमा दायर कर सकते हैं। ज़्यादा जानकारी के लिए, कृपया [dol.gov/agencies/whd/pump-at-work](http://dol.gov/agencies/whd/pump-at-work) पर जाएं।