

**Este folleto proporciona información general y su objetivo no es servir como consejo legal. Fue desarrollado por el Departamento de Relaciones Industriales y su Equipo de Protección de Leyes Laborales con ayuda del Programa de Salud Laboral en UC Berkeley.**

**Ilustraciones de Mike Konopacki  
Diseño de Cuttriss and Hambleton**

# Todos los trabajadores tienen derechos en California



Equipo de Protección de Leyes Laborales  
Departamento de Relaciones Industriales

Katrina S. Hagen, Directora  
Lilia Garcia-Brower, Comisionada Laboral  
Jeff Killip, Jefe de Cal/OSHA  
George Parisotto, Director Administrativo,  
División de Compensación de Trabajadores



## **Sobre el Equipo de Protección de Leyes Laborales (Labor Enforcement Task Force, LETF):**

El Equipo de Protección de Leyes Laborales, bajo la dirección del Departamento de Relaciones Industriales, es una coalición de agencias para el cumplimiento de las leyes laborales del Estado de California que trabajan juntas y en asociación con agencias locales para combatir la economía informal. En este esfuerzo conjunto, la información y los recursos se comparten para asegurar que se les pague a los empleados de manera adecuada y que cuenten con condiciones de trabajo seguras y que las empresas honestas que se apegan a las leyes tengan la oportunidad de competir sanamente.

---

### **Los miembros de LETF son:**

Buró de Reparaciones Automotrices (Bureau of Automotive Repair, BAR)  
Cal/OSHA

Departamento de Administración de impuestos y cuota (California Department of Tax and Fee Administration, CDTFA)

Departamento para el Control de Bebidas Alcohólicas (Alcohol Beverage Control, ABC)

Departamento de Desarrollo del Empleo (Employment Development Department, EDD)

Departamento de Seguros del Estado de California  
(California Department of Insurance, CDI)

Directiva Estatal de Licencias para Contratistas (Contractors State License Board, CSLB)

División de Cumplimiento de las Normas Laborales (Division of Labor Standards Enforcement, DLSE)

Fiscal General del Estado (State Attorney General, DOJ)

# Todos los trabajadores tienen derechos en el trabajo.

En California, los trabajadores están protegidos por las leyes laborales.

No importa en dónde nació o si tiene papeles para trabajar. Una vez que lo contratan, usted tiene derechos.

En este folleto, encontrará información sobre sus derechos como trabajador, incluyendo:



# Sueldo y descansos

Verónica trabaja como conserje limpiando edificios de oficinas. Trabajaba de **13 a 14** horas diarias y ganaba menos del salario mínimo. Su empleador le pagaba un monto fijo por día y le dijo que era una “contratista independiente.” Le dijo esto aunque él era el dueño de la empresa de conserjería y también era él quien controlaba todos los aspectos del trabajo que ella hacía, incluso cuándo y por cuánto tiempo trabajaba, qué tareas realizaba y qué ropa usaba.

Verónica preguntó sobre sus derechos y descubrió que legalmente ella era empleada de la empresa de conserjería y tenía derecho a salarios mínimos y a pago por tiempo extra. Ella presentó una queja con el Comisionado del Trabajo y después de un tiempo obtuvo varios miles de dólares en pagos retrasados. El Comisionado del Trabajo y otras agencias de LETF también citaron y multaron al empleador por no tener compensación del trabajador, no pagar impuestos por empleo y otras violaciones.

Nota: Este ejemplo ilustra una situación típica

**Los empleadores tienen la obligación de pagar a los trabajadores lo que les deben y darles tiempo libre para descansar y comer. No hacerlo se conoce como robo de sueldo.**

## Los patrones deben:

### 1 Pagar al menos el salario mínimo.

A partir del	Empleadores con 26 o más empleados	Empleadores con 25 o menos empleados
1 de enero de 2020	\$12.00/hora	\$13.00/hora
1 de enero de 2021	\$13.00/hora	\$14.00/hora
1 de enero de 2022	\$14.00/hora	\$15.00/hora
1 de enero de 2023	\$15.50/hora	\$15.50/hora

Si a usted le pagan por pieza (a veces llamado “por contrato”) o por día o semana, sus salarios aún deben ser equivalentes a por lo menos el salario mínimo por todas las horas que trabajó.

Las propinas son aparte y no deben contarse como parte del salario mínimo.

A algunos tipos de empleados no se les tiene que pagar el salario mínimo, incluyendo vendedores externos, familiares cercanos y consejeros de campamento.

### 2 Pagar las horas extra (overtime) igual a 1.5 veces su salario normal (tiempo y medio):

- *Para la mayoría de los oficios*, todas las horas trabajadas que sean más de **8** en un día o **40** en una semana, y para las primeras 8 horas de trabajo en el séptimo día de trabajo en una semana laboral.
- *Para asistentes personales*, todas las horas trabajadas que sean más de **9** en un día o **45** en una semana.
- Comenzando en 2019, la cantidad de horas trabajadas por día o por semana antes de requerir la tasa de pago de uno y media veces la tasa de pago regular del empleado agrícola entrará en fases según un horario. Para más información visite la página <https://www.dir.ca.gov/dlse/Spanish/Overtime-for-Agricultural-Workers.html>.

### 3 Pagar el doble:

- *Para la mayoría de los oficios* todas las horas trabajadas que sean más de **12** en un día o **8** en el séptimo día de trabajo en una semana laboral.

**Ejemplo: Si trabaja como lavaplatos y gana \$14 por hora y trabaja 13 horas en un día, se le debe pagar:**

• \$14 por hora por las primeras 8 horas	=	\$112
• \$21 por hora por las siguientes 4 horas	=	\$84
• \$28 por la última hora	=	\$28
• Total por día de 13 horas	=	\$224

- *Para los trabajadores de agricultura*, todas las horas trabajadas en el séptimo día de trabajo en una semana laboral.

Algunos oficios tienen diferentes reglas sobre el pago por tiempo extra y algunos trabajadores están exentos de tiempo extra.

- 4 Dar un **descanso pagado de 10 minutos** por cada 4 horas de trabajo.
- 5 Dar **tiempo libre para comer de al menos 30 minutos** si trabaja 5 horas o más.
- 6 Pagar a los empleados (con ciertas excepciones limitadas) al menos dos veces por mes en los días normales señalados para el pago. Con cada pago de salario, ya sea en efectivo o en cheque, el empleador **debe proveer un talón de pago** o estado de cuenta con la siguiente información: fechas del periodo de pago; salarios brutos ganados; total de horas trabajadas; el número de horas trabajadas por cada pago por hora; información sobre el pago por pieza, si esto aplica; todas las deducciones; salario neto; nombre y número de identificación del empleado; y nombre legal y dirección del empleador.

### Portal de Estatus de Empleo

En septiembre de 2019, el Gobernador Newsom firmó el Proyecto de Ley (AB) 5. Esta nueva ley aborda el “estatus de empleo” de los trabajadores cuando son declarados como contratistas independientes y no como empleados. Para más información visite la página [www.labor.ca.gov/employmentstatus](http://www.labor.ca.gov/employmentstatus).

Una copia de la Orden sobre el Salario estatal de su oficio o industria se debe colocar en un lugar donde los empleados puedan verla y leerla fácilmente, como en una sala de descanso.

### Lo que usted puede hacer si tiene preguntas o cree que pueda haber un problema:

- **Lleve un record de sus horas de trabajo y pago.** Cada día, anote la fecha, las horas cuando empieza y termina de trabajar, cuando toma descansos, el total de horas trabajadas y lo que le deben pagar (por hora o por pieza o por contrato). Compare esto con la información en sus talones de pago.
- **Hable con su patrón.** Tiene derecho a hablar con su patrón, o quejarse si es necesario, si cree que no está recibiendo lo establecido por ley. Es ilegal para cualquier persona despedir, discriminar, tomar represalias o tomar cualquier otra acción adversa contra un trabajador por presentar dicha queja de buena fe.
- **Sepa quién es su patrón.** Anote los nombres de las personas que lo contratan, le pagan o lo supervisan. Averigüe el nombre y la dirección de la compañía consultando los talones de pago y otra información que pueda estar disponible en el lugar de trabajo.
- **No espere demasiado tiempo.** No se quede callado y no retrase la presentación de una queja porque hay límites de tiempo y es más fácil probar que le deben salarios o beneficios cuando lo ocurrido es reciente. Generalmente, tendrá **3 años** para presentar un reclamo formal, pero a veces tendrá menos tiempo y otras veces más.





### Pida ayuda



- **Comuníquese con el Comisionado de Trabajo.** Para comunicarse con la Oficina del Comisionado de Trabajo, vea la página **18**. Puede obtener información acerca de sus derechos. También puede presentar un reclamo para obtener sueldos que le deben y posibles pagos adicionales por tener que esperar por su sueldo o por no recibir los descansos a los que tiene derecho. También hay más información disponible en el sitio web del Comisionado del Trabajo en [www.dir.ca.gov/DLSE/dlse.html](http://www.dir.ca.gov/DLSE/dlse.html). Visite <https://www.dir.ca.gov/dlse/Spanish/HowToFileWageClaim.htm> para obtener más información sobre cómo presentar un reclamo salarial.
- **Llame a un centro de trabajadores o un grupo de asistencia legal.** Ellos pueden asesorarlo sobre sus derechos y ayudarle a decidir qué acciones tomar.

### Tiempo por enfermedad con goce de sueldo

En California, la mayoría de empleados obtienen tiempo por enfermedad con goce de sueldo para tomar tiempo libre del trabajo para cuidar de sí mismos o algún miembro de su familia.

Visite <https://www.dir.ca.gov/dlse/California-Paid-Sick-Leave.html> para obtener más información sobre el Tiempo por enfermedad con goce de sueldo (PSL por sus siglas en inglés) y las Horas de enfermedad pagadas suplementarias para COVID-19 (SPSL por sus siglas en inglés.)

# Salud y seguridad

Como un trabajador de costura, José imprime calcomanías en playeras utilizando una máquina de presión de hierro caliente a **400** grados. En varias ocasiones, se ha quemado. Descubrió que algunos de sus compañeros casi se cortan los dedos en la máquina corta telas, porque las cuchillas no tenían protección.

A pesar de estos incidentes, el patrón nunca hizo nada para eliminar los peligros. Cuando Cal/OSHA hizo una inspección del lugar de trabajo, clausuraron varias de las máquinas corta telas e hicieron que la compañía proporcionara guantes para proteger las manos de los trabajadores de quemaduras. Los trabajadores también aprendieron sobre la posibilidad de pincharse con las agujas de la pistola etiquetadora y el peligro de contagiarse de una enfermedad transmitida por la sangre de otro trabajador que se haya pinchado con la misma aguja.

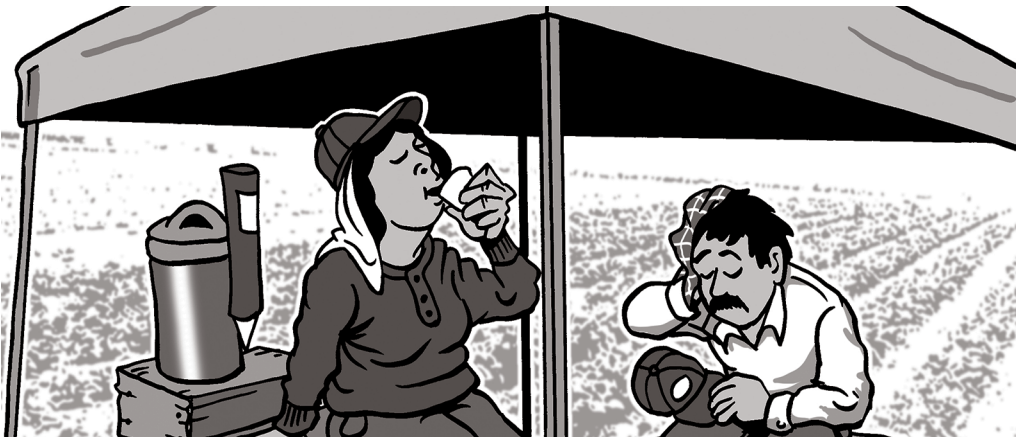
Después de la investigación de Cal/OSHA el empleador fue citado por 8 violaciones y fue obligado a reparar las máquinas, además de establecer una política de protección.

*Nota: Este ejemplo ilustra una situación típica.*

**La mayoría de las lesiones en el trabajo se pueden prevenir y los patrones tienen la responsabilidad de mantener seguro el lugar de trabajo.**

**Su patrón está obligado a mantenerlo seguro en el trabajo. Para ayudar a prevenir accidentes en el trabajo, los patrones deben:**

- 1** **Asegurarse de que el lugar de trabajo sea seguro** al identificar los peligros de salud y seguridad y corregirlos.
- 2** **Tener un plan de salud y seguridad por escrito.** Esto a veces se llama el Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades.
- 3** **Informarle acerca de los peligros en el lugar de trabajo y capacitarlo para trabajar de manera segura.** La capacitación debe presentarse de una manera en que usted la entienda.
- 4** **Tener seguro de compensación de trabajadores** y pagar por la atención médica de lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo.
- 5** **Llevar registro de todas las lesiones y enfermedades del lugar de trabajo** que requieren más tratamiento que sólo primeros auxilios. Ciertos empleadores deben llevar registro de las lesiones y enfermedades y poner a la vista un resumen entre los meses de febrero a abril.
- 6** **Colocar el póster de Cal/OSHA, Protección de Seguridad y Salud en el Trabajo,** en un lugar donde todos lo puedan ver.
- 7** **Llamar de inmediato a Cal/OSHA** cuando un trabajador muera o se lesione gravemente en el trabajo.



Las normas de Cal/OSHA describen lo que los patrones deben hacer para proteger a los trabajadores contra peligros específicos. Puede encontrar estas normas en el Título 8 del Código de Regulaciones de California, y en el sitio web de Cal/OSHA en [www.dir.ca.gov/title8/index/T8index.asp](http://www.dir.ca.gov/title8/index/T8index.asp). Los empleadores deben cumplir con estas leyes y normas, o Cal/OSHA puede multarlos.

### Lo que usted puede hacer:

Los lugares de trabajo son más seguros cuando los trabajadores participan activamente, y la ley lo protege cuando dice lo que piensa sobre la seguridad. Usted tiene derecho a:

- pedir información sobre las cosas que considere peligrosas;
- hablar de los problemas de salud y seguridad con sus compañeros de trabajo o su supervisor;
- hacer sugerencias para que el lugar de trabajo sea más seguro;
- reportar problemas de seguridad y lesiones a su supervisor;
- negarse a trabajar si la tarea podría poner en peligro su vida o causarle una lesión grave;
- reportar problemas a Cal/OSHA.



La ley lo protege cuando dice lo que piensa acerca de la seguridad.



### Lo que usted puede hacer:

- **Reporte problemas a Cal/OSHA.** Para comunicarse con Cal/OSHA, vea la página 18. Cal/OSHA, la agencia estatal de salud y seguridad en el lugar de trabajo, inspecciona los lugares de trabajo y puede multar a los empleadores y exigir que solucionen los problemas. Cal/OSHA nunca le dará su nombre a su patrón. Incluso puede llamar a la agencia sin dar su nombre.
- **Llame a un centro de trabajadores o un grupo de asistencia legal.** Ellos pueden asesorarlo sobre sus derechos y ayudarle a decidir qué acciones tomar.

Es ilegal que su patrón lo despida o lo discrimine en el trabajo por poner una queja de buena fe acerca de una condición peligrosa o insegura.



Usted tiene derecho a tomar descansos.

# Derecho a tomar acción

Chen es mesero en un restaurante. Trabajaba jornadas largas y no le permitían tomar descansos. Los investigadores de LETF hicieron una investigación en su lugar de trabajo y Chen fue uno de los trabajadores entrevistados. Después de que LETF se fue, el empleador lo despidió por hablar con el investigador.

Chen llamó al investigador con quien habló. El investigador envió la queja a la unidad de Represalias de la Oficina del Comisionado del Trabajo. Un investigador de la unidad de represalias llamó al patrón y le envió una carta para informarle que lo que había hecho era ilegal. Chen volvió a su trabajo sin perder su pago ni sus beneficios. Al patrón también se le obligó publicar un aviso informando a todos los trabajadores que es ilegal tomar represalias contra los empleados que hablen con investigadores estatales o ejerzan otros derechos legales.

No tenga miedo de hablar con un investigador cuando lleve a cabo una investigación de su patrón. Usted puede llamar a la línea directa de LETF en cualquier momento para presentar una queja.

Nota: Este ejemplo ilustra una situación típica.

**Usted tiene derecho a hablarle a su patrón sobre sus derechos como trabajador. También tiene derecho a reclamar o a presentar una queja ante el estado si piensa que su patrón está violando esos derechos. Es ilegal que su patrón lo despidiera o lo castigue por tomar estas acciones.**

## Los trabajadores pueden tener preocupaciones:

“Mi jefe me dijo que no soy empleado.”

A veces, los patrones llaman a los trabajadores “contratistas independientes” para evitar pagar impuestos y ahorrar dinero. Aún si su patrón hiciera esto, usted podría ser un empleado conforme a la ley y tener todos los derechos como trabajador.



“No soy ciudadano.”

Usted está protegido por las leyes laborales sin importar si está en Estados Unidos legalmente o no. Si usted llama a una agencia estatal para reportar un problema, no le preguntarán sobre su estatus migratorio. También es contra la ley que su patrón lo amenace por su estatus migratorio.

“Tengo miedo de perder mi trabajo si pido o exijo cambios.”

Pueden haber peligros al hablar o pedir cambios acerca de las condiciones laborales, pero es ilegal que su empleador lo castigue por hacerlo. Además, hay medidas que usted puede tomar para protegerse.

## Puede ser difícil tomar acción, pero la ley lo protege.

Usted puede estar preocupado por la manera en que responderá su patrón. Pero la ley está de su lado y hay medidas que puede tomar para protegerse.

### 1. La ley está de su lado.

**La ley dice que usted está protegido cuando:**

- reclama los salarios que le deben;
- reporta una lesión o un peligro de salud y seguridad;
- presenta una queja o reclamo ante una agencia estatal;
- se une a otros trabajadores para pedir cambios.



Usted puede unirse con otros trabajadores para pedir cambios.

**La ley dice que es ilegal que los patrones lo amenacen o tomen represalias en su contra por tomar estas acciones.**

Por ejemplo, los patrones no pueden tomar represalias como:

- despedirlo o enviarlo a casa;
- cambiar sus tareas para darle otras menos deseables u otros turnos;
- amenazarlo con deportarlo;
- impedir que consiga otro trabajo.



### 2. Usted puede tomar medidas para protegerse:

- **Hable con sus compañeros de trabajo.** Trabajen juntos para planear lo que pueden hacer. Pueden tener más fuerza y más protección legal si actúan juntos como grupo.
- **Consiga ayuda.** Un centro de trabajadores o un grupo de asistencia legal puede ayudarles a entender sus derechos, sugerir maneras para resolver los problemas, y ayudarles a decidir si deben hablar con su patrón y qué decir.
- **Tome notas.** Si habla con su patrón, anote cuándo lo hizo, quién estuvo ahí y qué se dijo.
- **Reporte los problemas a las agencias estatales.** Usted puede decidir que no es seguro hablar con su patrón. Puede reportar un problema directamente a una agencia.

### 3. Consiga ayuda



- **Reporte cualquier represalia al Comisionado del Trabajo.** Para comunicarse con la oficina del Comisionado del Trabajo, vea la página **18**. En la mayoría de los casos, debe presentar una queja antes de que se cumplan los 6 meses desde el día en que ocurrió. Si se encuentra que hubo una represalia, el Comisionado del Trabajo puede ayudarlo a recuperar cualquier salario u otro tipo de pago que le deban.
- **Llame a un centro de trabajadores o un grupo de asistencia legal.** Ellos pueden asesorarlo sobre sus derechos y ayudarle a decidir qué acciones tomar.

**La ley protege a los trabajadores que hacen valer sus derechos legales o reportan condiciones de trabajo inseguras.**

# Beneficios en caso de lesión o desempleo

## Si se lesiona en el trabajo...

Su patrón tiene que pagar la atención médica si se lastima o enferma por causa del trabajo. Usted también puede obtener pagos semanales. Esto se conoce como el Programa de compensación de los trabajadores. No importa quién haya sido responsable de la lesión. En la mayoría de los casos, usted puede obtener beneficios, incluso si es trabajador temporal o de tiempo parcial. Tiene derecho a la compensación para el trabajador, sin importar cuál sea su estatus migratorio.

Qué hacer si se enferma o lesiona en el trabajo:

- **Consiga atención médica de inmediato. Si es una urgencia, llame al 911** o vaya directamente a una sala de urgencias.
- **Avísele a su patrón.** Su patrón debe darle un formulario de reclamo a más tardar un día hábil después de enterarse de la lesión (se lo haya dicho usted o cualquier otra persona). Además de este formulario, el patrón debe informarle sobre sus derechos al reclamar los beneficios de compensación para los trabajadores. También puede obtener un formulario de reclamo de cualquier oficina de la División de Compensación de los Trabajadores o del Departamento de Desarrollo del Empleo.
- **Reciba ayuda e información de la División de Compensación de los Trabajadores al 1-800-736-7401.**
- **Si su patrón se niega a darle un formulario de reclamo o lo amenaza o discrimina por estar lesionado o por haber presentado un reclamo por lesión en el trabajo,** tal vez usted quiera consultar a un abogado que represente a los empleados en casos de compensación para los trabajadores. Si un abogado toma su caso, solamente puede cobrar un porcentaje pequeño como honorarios (15% o menos) que se deducirá de los beneficios en efectivo que le deban a usted.



Si usted está lesionado, tiene derecho a recibir atención médica.

### **Si está desempleado...**

El Departamento del Desarrollo del Empleo (EDD, por sus siglas en inglés), pone a su disposición varios métodos para presentar la Solicitud para Beneficios del Seguro de Desempleo (UI). Visite [https://www.edd.ca.gov/unemployment/default\\_espanol.htm](https://www.edd.ca.gov/unemployment/default_espanol.htm) o Llame al EDD al **1-800-300-5616**.

### **Si está discapacitado por una lesión o enfermedad no debida al trabajo...**

SDI Online es la manera más rápida, conveniente y segura para presentar la Solicitud para Beneficios del Seguro de Discapacidad (DI). Visite [http://www.edd.ca.gov/disability/SDI\\_Online\\_Espanol.htm](http://www.edd.ca.gov/disability/SDI_Online_Espanol.htm) o Llame al EDD al **1-800-480-3287**.

### **Si necesita cuidar a su familia...**

SDI Online es la manera más rápida, conveniente y segura para presentar la Solicitud para Beneficios del Permiso Familiar Pagado (PFL). Visite [http://www.edd.ca.gov/disability/SDI\\_Online\\_Espanol.htm](http://www.edd.ca.gov/disability/SDI_Online_Espanol.htm) o Llame al EDD al **1-877-238-4373**.

# Dónde obtener ayuda o reportar un problema

Hay varias agencias estatales en California que trabajan para garantizar que los patrones obedezcan las leyes laborales. No importa si tiene papeles para trabajar. No le preguntarán sobre su estatus migratorio. Las agencias tienen personal que habla otros idiomas o conseguirán un intérprete.

**También puede recibir ayuda de un centro de trabajadores o grupo de asistencia legal para reportar un problema a cualquiera de estas agencias.**



**Llame al Equipo de Protección de Leyes Laborales (Labor Enforcement Task Force, o LETF por sus siglas en inglés):**

El LETF es un programa conjunto que reúne a varias agencias estatales. Éstas trabajan juntas para asegurar que los empleadores de estas industrias obedezcan las leyes laborales. Visite: <https://www.dir.ca.gov/letf/Spanish/LETF.html> para obtener ayuda.

**1-855-297-5322**  
(sin costo)

**Para asuntos de salarios, descansos, tiempo para comer, o represalias:**

Comuníquese con la oficina del Comisionado del Trabajo, también conocido como la División para el Cumplimiento de las Normas Laborales (Division of Labor Standards Enforcement o DLSE, por sus siglas en inglés). Visite: [www.dir.ca.gov/dlse/Spanish/districtoffices.htm](http://www.dir.ca.gov/dlse/Spanish/districtoffices.htm) para encontrar su oficina local. Visite <https://www.dir.ca.gov/dlse/Spanish/HowToFileWageClaim.htm> para obtener más información sobre cómo presentar un reclamo salarial.

**1-833-LCO-INFO**  
**(833-526-4636)**  
(línea sin costo en todo el estado con información en inglés y en español)

**Para asuntos de salud y seguridad:**

Reporte un riesgo a Cal/OSHA llamando o yendo en persona a su oficina local de Cal/OSHA. Visite: [www.dir.ca.gov/asp/DoshZipSearch.html](http://www.dir.ca.gov/asp/DoshZipSearch.html) para encontrar su oficina local.

**1-833-579-0927**  
(línea sin costo en todo el estado con información en inglés y en español)

**Para una lesión o enfermedad debida al trabajo:**

Llame a la División de Compensación de los Trabajadores, línea de Información y Asistencia. Visite: [www.dir.ca.gov/dwc/ContactDWC.htm](http://www.dir.ca.gov/dwc/ContactDWC.htm) para encontrar su oficina local.

**1-800-736-7401**

**Para beneficios:**

El Departamento del Desarrollo del Empleo (EDD, por sus siglas en inglés) pone a su disposición información sobre ciertos beneficios que pueda recibir. Para Beneficios del Seguro de Desempleo (UI), visite [https://www.edd.ca.gov/unemployment/default\\_espanol.htm](https://www.edd.ca.gov/unemployment/default_espanol.htm). Para Beneficios del Seguro de Discapacidad (DI), visite [http://www.edd.ca.gov/disability/SDI\\_Online\\_Espanol.htm](http://www.edd.ca.gov/disability/SDI_Online_Espanol.htm). Disability Insurance and Paid Family Leave.

**1-800-326-8937**  
(si está desempleado)  
**1-866-658-8846**  
(si está discapacitado)  
**1-866-658-8846**  
(si necesita cuidar de un miembro de su familia)



### **Para encontrar un centro de trabajadores, un sindicato o un grupo de asistencia legal:**

- Pregunte a sus compañeros de trabajo, amigos y familiares para que le den ideas.
- Busque “Legal clinic” (Clínica legal), “Labor Organization” (Organización de trabajadores) o “Community Organization” (Organización comunitaria) en la guía telefónica.
- Visite [www.lawhelpca.org](http://www.lawhelpca.org) para encontrar un grupo legal y abogados que puedan ayudarle.
- Llame al **211** para obtener información gratuita. Pregunte si prestan servicio en su área. Pregunte por un grupo comunitario que ayude a los trabajadores con problemas relacionados con el trabajo.

**Cuando usted llame a una agencia estatal, dé tanta información como pueda acerca del problema específico, su lugar de trabajo y su patrón.**



