NO ESTÁS SOLA. CUIDAR TAMBIÉN ES TRABAJAR.

¿TIENES DUDAS?

En el Servicio de Información a Personas Extranjeras de CCOO de Sevilla te informamos y orientamos sobre extranjería y derechos laborales.

CCOO Sevilla

Financia: Diputación Sevilla

Servicio de Información a Personas Extranjeras

CUIDAR TAMBIÉN ES TRABAJAR

Derechos para mujeres migrantes que trabajan en los hogares

Muchas mujeres migrantes sostienen la vida diaria de otras personas. Cuidan a personas mayores, atienden a menores, limpian hogares, cocinan, acompañan, trabajan en hostelería o realizan tareas esenciales que permiten que muchas familias puedan seguir adelante.

Son trabajos necesarios, valiosos y dignos. Sin embargo, demasiadas veces se realizan en silencio, con poco reconocimiento, con miedo a reclamar o sin información clara sobre los derechos laborales.

Desde el Servicio de Información a Personas Extranjeras de CCOO de Sevilla queremos trasladarte una idea sencilla:

- Tu trabajo importa.
- Tu origen no reduce tus derechos.
- Y cuidar de otras personas no significa renunciar a cuidarte tú.

Conocer tus derechos es el primer paso para protegerte, evitar abusos y actuar con más seguridad.

CCOO Sevilla

Financia: Diputación Sevilla

TUS DERECHOS BÁSICOS

Si trabajas en empleo de hogar, y cuidados, tienes derecho a:

- Contrato
- Alta en Seguridad Social
- Salario correcto
- Nómina o recibo de salario
- Jornada clara
- Descansos
- Vacaciones
- Protección frente al despido
- Seguridad, dignidad y respeto

SI TRABAJAS COMO INTERNA

Trabajar en una casa no significa trabajar sin derechos. Cuidar a una persona no significa estar disponible todo el día.

Vivir en el domicilio no significa trabajar 24 horas. Debes tener tiempo real de descanso, respeto a tu intimidad, condiciones dignas, salario adecuado y claridad sobre tus tareas y horarios.

No deben aislarte, humillarte, amenazarte ni impedirte descansar o salir en tu tiempo libre.

SEÑALES DE ALERTA

Pide ayuda si te dicen:

- “Aquí no hacemos contrato”.
- “Te pago en efectivo y sin nómina”.
- “Estás de alta por pocas horas, pero trabajas más”.
- “Si reclamas, te echo”.
- “Firma esto, es solo un papel”.
- “No vengas más, ya te llamaré”.
- “Tienes que estar disponible todo el día”.

Estas frases pueden esconder abuso laboral.

CÓMO PROTEGERTE

Escanea el QR

Encontrarás más información sobre derechos laborales, pruebas y pasos a seguir