

حق و حقوق قانونی خود را بشناسید

هنگام کار در ایالات امریکا شما حق و حقوق دارید

1-888-373-7888

شماره تلفن رسیدگی فوری به قاچاق انسان (داخل امریکا)

کلمه "کمک" را به شماره 233733 (داخل امریکا) یا به نشانی ایمیل
HELP@HUMANTRAFFICKINGHOTLINE.ORG

تگست کنید



حق و حقوق قانونی خود را بشناسید

در طول اقامتتان در ایالات متحد شما حق دارید

- در آمد منصفانه داشته باشید
- در محیط سالم و ایمن کار کنید
- از اتحادیه ها، گروه های امداد به مهاجران و تشکیلات پشتیبانی از حقوق کار درخواست کمک نمایید
- اگر محیط کار خود ناامن می باشد کار خود را ترک کنید
- مورد تبعیض و استثمار و آزار قرار نگیرید

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت MigrantWorker.gov مراجعه کنید

در صورت نقض حقوقتان با شماره تلفن 7888 - 373 - 888 - 1 خط رسیدگی فوری به قاچاق انسان تماس بگیرید،

یا کلمه "HELP" (کمک) را به شماره

233733 (در آمریکا) تکست کنید، یا شکایت خود را به نشانی ایمیل

HELP@HUMANTRAFFICKINGHOTLINE.ORG.

بفرستید.

تماس شما صرف نظر از وضعیت مهاجراتی محرمانه، ناشناس و امن می باشد. متخصصین مجرب و آشنا با بیش از

200 زبان همواره برای کمک به شما آماده اند. با مراجعه به وب سایت

WWW.HUMANTRAFFICKINGHOTLINE.ORG اطلاعات بیشتر کسب نمایید.

اگر خطر فوری زمان اقامتتان در امریکا شما را تهدید می کند، با 911 تماس بگیرید. وضعیت اضطراری

موجود، محل حضور و شماره تلفن تماس خود را با آنها ذکر نمایید در صورت لازم مترجمین برای کمک به شما در دسترس می باشند.

اگر شما برای ویزای غیر مهاجراتی "ای-3" (A-3)، "جی-5" (G-5)، "اچ-5" (H)، "جی-1" (J)، "ئاتو-7" (NATO-7) یا "بی-1" (B-1) مخصوص خدمتکاران یا کارگران خانگی اقدام کردید باید این راهنما به شما ارائه شود

- با ویزای تایید شده اتان (اگر شما مصاحبه نداشتید) یا
- در طول مصاحبه مأمور کنسولگری باید تأیید نماید شما قبل از دریافت ویزا، این راهنما را دریافت کرده، خوانده اید و مفاد آن را درک نموده اید.

مأموران کنسولگری می خواهند به شما کمک کنند که حقوقتان را در امریکا بفهمید و برای جواب دادن به همه سوالات شما در خدمتتان می باشند.

شما همچنین می توانید از بخش کنسولگری خودتان در امریکا از طریق برنامه مشارکت کنسولی وزارت کار ایالات متحد (Consular Partnership Program -CPP) امریکا کمک بگیرید. از طریق CPP کنسولگری شما می تواند یاریگر شما باشد و در مسله پیدا کردن منابع و پرکردن فرم شکایت به شما کمک کند اگر شما مطمئن هستید که مورد نقض حقوق قرار گرفته اید. برای دستیابی لیست کشورهای شریک وارد سایت www.dol.gov/general/migrantworker/support بشوید.

U.S. DEPARTMENT of STATE

حقوق شما صرف نظر از نوع ویزا

کارفرما نمیتواند شما را استخدام کرده بدرفتاری بکند یا برای اعمال حقوقتان به شما دستمزد پرداخت نکند.

شما حق دارید که:

1. دستمزد منصفانه دریافت کنید

- کارفرما باید شما را برای همه کارهایی که انجام داده اید به طور کامل دستمزد پرداخت کند. کارفرما باید دست کم، حداقل دستمزد قانونی فدرال برای اکثر مشاغل به شما پرداخت کند.
- کارفرما باید بیش از حداقل دستمزد قانونی فدرال را به شما پرداخت کند اگر:
 - در ایالت، شهر یا کانتی ای کار میکنید که حداقل دستمزد در آنجا بالاتر است.
 - در قرارداد استخدام یا برنامه ویزای شما در باره آن درج شده است.
- اگر بیش از 40 ساعت در هفته کار کرده اید ممکن است مستحق دریافت اضافه کاری معادل با یک و نیم برابر دستمزد ساعتی خود باشید. برای مثال، اگر دستمزد معمول شما 10 دلار در ساعت است، ممکن است برای هر یک ساعت اضافه مبلغ 15 دلار به شما بپردازد.
- اگر کارفرما از فیش حقوقی شما پول برمی دارد، به این کار کسر حقوق می گویند. هرگونه کسر حقوق از فیش درآمدها باید برایتان به وضوح شرح بشود. کسورات قانونی شامل مواردی می گردد که شما خود انتخاب کرده اید، مثل بیمه درمانی، حق عضویت در اتحادیه و بعضی مالیات.
- کارفرما به طور معمول حق ندارد که از فیش حقوقتان مبلغی بردارد یا شما را مجبور کند که برای اونیفورم هایتان، تجهیزات محافظتی، ابزارهای مورد نیاز، ملزومات، تجهیزات یا هزینه های استخدام پرداخت کنید. برای بعضی ویزاها مسکن باید مجانی تهیه شود.
- کارفرما نمی تواند شما را مورد تلافی، آزار، ترس قرار دهد، نسبت به شما بدرفتاری بکند، بر مخالفتان فرم شکایت پر کند یا با بخش رسیدگی به درآمدها و ساعات همکاری کند به دلیل اینکه شما در باره پرداخت، ساعات کاری و سایر حقوقتان جويا شدید.
- کسورات شامل مواردی می گردد که شما خود انتخاب کرده اید، مثل بیمه درمانی، حق عضویت در اتحادیه. کسورات برای بعضی مالیات هم شاید لازم باشد.

اگر در مورد درآمدها یا فیش حقوقتان سوال دارید یا نگران هستید با خط 1-866-487-9243 تماس بگیرید یا وارد

سایت دفتر درآمدها و ساعات بشوید: www.dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices



نکته: بسته به مدت اقامتتان، ممکن است لازم باشد تا وقتی در آمریکا به سر می برید بیمه درمانی داشته باشید. ممکن است واجد شرایط کمک مالی برای کاهش هزینه بیمه درمانی خود باشید.

2. حق کار کردن در محیطی عاری از تبعیض

- **محیط کاری امن:** کارفرما باید مکان کارتان را سالم و امن نگه بخرد.
- **آموزش:** کارفرما باید خدمت شما اطلاعات و دوره آموزشی درباره خطرات، روش های اجتناب از خطر، و استانداردهای ایمنی و سلامت مربوط به محل کار برساند. آموزش باید به زبان و با کلامی صورت گیرد که برای شما قابل درک باشد.
- **تجهیزات محافظتی مورد نیاز:** شما حق دارید که تجهیزات محافظتی مورد نیاز مثل ماسک یا دستکش و طناب نجات دریافت کنید و کارفرما باید به شما یاد بدهد چگونه از این تجهیزات به طور دقیق استفاده کنید.
- **آسیب ها و بیماری ها مربوط به کار:** شما حق دارید که در باره آسیب و بیماری گزارش بدهید، کپی های اسناد پزشکی خودتان را ببینید یا از کارفرمایان دریافت کنید.
- **فرم شکایت ایمنی و سلامت تکمیل کنید:** اگر شما فکر می کنید که محیط کارتان ناامن یا برای سلامتی شما خطرناک است، شما (یا کسی دیگر که شما را معرفی می کند) می توانید به اداره ایمنی شغلی و بهداشتی (Occupational Safety and Health Administration - OSHA) به طور محرمانه شکایت کنید. اگر می توانید، فکر خوبی است که به عنوان شاهد کارمند دیگری را همراه خودتان بیاورید. اگر شما به کارفرما درباره شرایط ناامن تعریف می کنید و همزمان می توانید نگرانی هایتان را برای اینکه گزارش کتبی موجود باشد به فرم پیام یا ایمیل تکست کنید. شما می توانید به طور محرمانه با بازرس های OSHA حرف بزنید و نتایج بازرسی هایی را که برای پیدا کردن خطرهای محل کار برگزار شده بودند ببینید.
- **پیشگیری از اقدامات متقابل:** شما می توانید در باره خسارتهای سر کار حرف بزنید. شما حق دارید به OSHA شکایت کنید اگر فکر میکنید که کارفرما شما را برای اظهار نظر بابت آسیبهای سلامتی و ایمنی تنبیه کرده است. اگر فکر می کنید که به خاطر بیان نگرانی هایتان مورد تنبیه قرار گرفته اید در طول 30 روز شکایت کنید. برای اطلاعات بیشتری: www.whistleblowers.gov



نکته: پیش از آنکه کشور خود را به مقصد آمریکا ترک کنید، از سازمان هایی که کارگران مهاجر را به آمریکا می فرستند یا کارگرانی که قبلا به این کشور مهاجرت کرده اند اطلاعات کسب نمایید. آنها می توانند نام و شماره تلفن اشخاص یا سازمان هایی را در اختیارتان قرار دهند تا اگر سؤالی داشتید یا در صورت بروز مشکل در زمان اقامتتان در آمریکا با آنها تماس بگیرید.

برای اطلاعات بیشتری در باره حقوق کارگران اداره ایمنی شغلی و بهداشتی سایت www.osha.gov/workers مراجعه کنید.

- **درمان پزشکی:** شما می توانید در صورت لزوم پیش پرستار یا دکتر وقت بگیرید. اگر در محل کار آسیب دیدید یا بیمار شدید در اکثر موارد کارفرما باید هزینه درمان صدمات و بخشی از دستمزدها را به شما بپردازد. کپی های مدارک پزشکیان را از دکتر، مطب یا بیمارستان درخواست نمایید. باید در ایالت محل کار خود پرونده جبران خسارت و بیماری ناشی از کار تشکیل دهید. برای درخواست جبران کارگران سراغ دفتر محلی خودتان باشید: www.dol.gov/agencies/owcp/wc

- **مسکن:** اگر تهیه مسکن برای شما به عهده کارفرماست، این مکان باید تمیز و ایمن باشد. باید اجازه داشته باشید در ساعات آزاد خود این محل را ترک کنید.

- **سرویس بهداشتی:** سرویس های بهداشتی باید تمیز و در دسترس باشند. در صورت لزوم کارفرما باید امکان دسترسی به سرویس بهداشتی و مراکز شستشو را با آب، صابون یا مایه شوینده برایتان فراهم سازد که شما بتوانید دستهایتان را بشوید.

- **آب آشامیدنی:** شما حق دارید به آب آشامیدنی پاک مجانی دسترسی داشته باشید.

- **گرما:** کارفرمایان تحت حمایت OSHA باید از شما در برابر گرمای شدید محافظت کنند و برنامه ای برای جلوگیری از بیماری ناشی از گرما داشته باشد. اگر با یا اطراف آفت کش ها یا مواد شیمیایی خطرناک کار می کنید، کارفرمای شما باید:

- مطمئن باشد که شما برای شستن دست ها حتما آب و صابون دارید.
- تجهیزات ایمنی مناسب مورد نیاز برای کار (مانند ماسک تنفسی یا دستکش) را فراهم کند و نحوه استفاده صحیح از آن را به شما آموزش بدهد.



- برای شما آموزش پولی در مورد مواد شیمیایی محل کار تشکیل بدهد تا خطرات مواد شیمیایی را که با آنها کار می کنید متوجه بشوید.
- به شما هشدار بدهد آفت کش ها کجا و چه زمانی اسپری شده اند و چه زمانی می توانید دوباره وارد یک منطقه شوید تا از قرار گرفتن در معرض تصادفی جلوگیری کنید. از مناطقی که آفت کش ها استفاده می شوند خودداری کنید.

اگر فکر می کنید شغل شما ناامن است و می خواهید بازرسی یا اطلاعات بیشتری در مورد حقوق خود داشته باشید، با شماره **USA-DOL-4-866-1** تماس بگیرید یا وارد وب سایت وزارت کار (**dol.gov**) یا **migrantworker.gov** بشوید.

اگر شما یک کارگر **H-2A** هستید که در مورد سلامت و ایمنی محل کار، مسکن یا حمل و نقل خود سوال یا نگرانی دارید، با شماره **9243-487-866-1** تماس بگیرید یا به یک دفتر ساعات و درآمدهای محلی مراجعه کنید: **www.dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices**.

3. حق شما برای درخواست کمک از اتحادیه، گروه های امداد به مهاجران و حقوق کار در اکثر موارد، شما حق دارید
- برای درخواست دستمزد یا شرایط کاری بهتر از کارفرمای خود با همکاران خود تجمع نمایید.
 - سر کار خود اتحادیه تشکیل دهید، عضو آن بشوید و از آن حمایت کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد این حقوق، به آدرس زیر مراجعه کنید **www.nlrb.gov**
 - برای دستمزد یا شرایط کاری بهتر در سخنرانی های عمومی، راهپیمایی ها و تظاهرات شرکت کنید.

4. کار خود را ترک کنید

- اگر کارفرما با شما بدرفتاری می کند یا احساس امنیت نمی کنید، نباید کار خود را ادامه بدهید. برای کمک می توانید با خط تلفن ملی قاچاق انسان به شماره **7888-373-888-1** تماس بگیرید.
- اگر کارفرمای خود را ترک کنید، وضعیت مهاجرت شما دیگر معتبر نخواهد بود، اما ممکن است بتوانید وضعیت خود را تغییر بدهید، یا برای کارفرمای دیگر که از شما حمایت میکند کار کنید. اگر کارفرمای شما توسط یک آژانس کار مورد بررسی قرار می گیرد، می توان از حفاظت موقت در برابر اخراج و اجازه کار موقت استفاده کرد. برای جزئیات بیشتر، وارد آدرس زیر بشوید: **www.dhs.gov/enforcement-labor-and-employment-laws**

صرف نظر از وضعیت مهاجرت خود، اگر فکر می کنید قربانی قاچاق هستید، می توانید برای دریافت کمک با خط فوری ملی قاچاق انسان با شماره تلفن 1-888-373-7888 یا با هیئت ملی روابط کار به شماره 1-844-762-6572 تماس بگیرید و با یک هماهنگ کننده مهاجرت منطقه ای صحبت کنید.

برای منابع بیشتر برای کارگران و افرادی که در ایالات متحده می توان با آنها برای نگرانی های خاص در تماس بود، به این آدرس مراجعه کنید: **MigrantWorker.gov/ TrabajadorMigrante.gov**.

5. حق شما برای حضور در محیطی عاری از تبعیض

- خلاف قانون است اگر کارفرما در محیط کار به خاطر سن (اگر 40 سال یا بیشتر دارید)، جنسیت، نژاد، ملیت و قومیت، رنگ پوست، مذهب، اطلاعات ژنتیکی (از قبیل سابقه بیماری خانوادگی)، یا معلولیت، با شما رفتاری متفاوت یا نامناسب داشته باشد.

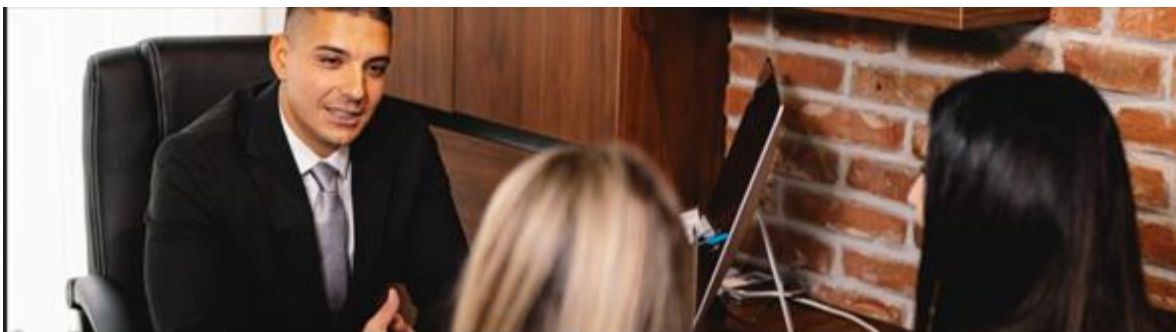
- برای تشکیل پرونده تبعیض، به آدرس زیر مراجعه کنید: **www.eeoc.gov/how-file-charge-employment-discrimination**. برای تشکیل پرونده تبعیض به دلیل وضعیت شهروندی خود، به آدرس زیر مراجعه کنید: **www.justice.gov/crt/filing-charge**.
- هیچ کس نمی تواند شما را به صورت کلامی، فیزیکی یا جنسی مورد آزار قرار دهد.

6. حق شما عاری بودن از سوءاستفاده

- خلاف قانون است اگر کسی شما را مورد آزار جنسی قرار دهد، شما را وادار به انجام هر نوع عمل جنسی مثل بوسیدن، آمیزش، آمیزش دهانی یا تماشگری جنسی نماید، یا برای انجام این کارها فریبتان دهد یا شما را تحت فشار بگذارد.
- اطلاعات بیشتر را در مورد سوءاستفاده کار و قاچاق انسان می توانید در صفحه 12 بخوانید.

در صورت نقض حقوقتان با شماره تلفن 7888 - 373 - 888 - 1 خط رسیدگی فوری به قاچاق انسان (داخل آمریکا) تماس بگیرید، یا وارد وب سایت های ذکر در صفحه 15 و 16 بشوید. اگر انگلیسی حرف نمیرنید می توانید با مترجم صحبت کنید.





نکته: مشاوره های قانونی که کارفرما، پیمانکار، یا مسئول استخدام به شما ارائه می دهند ممکن است شامل پیش داوری و همراه با موضع گیری باشد. از یک وکیل مستقل، مشاوره قانونی بگیرید.

دیگر حقوق شما بر اساس وضعیت ویزای غیرمهاجرتی

کارگران خانگی با ویزای "ای-3"، "جی-5"، "ئاتو-7" و "بی-1" کارفرمای شما باید قرارداد استخدامی مطابق با قانون آمریکا به شما ارائه دهد.

- قرارداد باید به زبانی که برایتان قابل درک است ارائه شود
- در این قرارداد باید میزان دستمزد ساعتی قید گردد. دستمزد ساعتی باید بالاترین حقوق از میان حداقل دستمزد ساعتی تعیین شده از طرف دولت فدرال، یا ایالتی که در آن کار می کنید و یا قانون محلی آن ناحیه خاص باشد.
- در این قرارداد باید قید گردد که کارفرما به شما اتاق و غذای رایگان (اگر در محل اقامت کارفرما زندگی می کند) و بلیط رفت و برگشت هواپیما را ارائه می دهد.
- در این قرارداد زمان دقیقی را که کارفرما یا شما باید قبل از پایان کار به یکدیگر بدهید قید می گردد
- این قرارداد شامل سایر مزایای مورد نیاز برای کارگران خانگی ایالات متحده مانند مرخصی های استحقاقی، مرخصی استعلاجی بدون حقوق و غرامت کارگری است.

مطمئن شوید که تمام بندهای قرارداد را متوجه شده اید و اگر در موردی ابهام دارید سند مربوطه را امضاء نکنید.

دیگر الزامات مربوط به کارگران خانگی دارای ویزای "ای-3"، "جی-5" و "ئاتو-7" دست کم، قرارداد باید شامل مواد زیر باشد:

- توافق نامه ای از سوی کارفرما مبنی بر آنکه وی از کلیه قوانین آمریکا تبعیت می کند؛
- اطلاعات درباره میزان و فرم پرداخت دستمزد، شرح وظایف شغلی، ساعات کار هفتگی، تعطیلات، مرخصی های استعلاجی، و مرخصی های استحقاقی؛
- توافق نامه ای از سوی کارفرما مبنی بر اینکه گذرنامه، قرارداد کاری، یا دیگر مدارک شخصی شما را نزد خود نگه ندارد.



ویزاهای کارگران کشاورزی موقت از نوع "اچ- 2 ای" (H-2A)

- هرگز نباید به کسی که شما را به عنوان کارگر استخدام می کند پولی بپردازید. اگر کسی از شما درخواست پرداخت میکند، اگر هنوز در کشور خود هستید، با سفارت یا کنسولگری ایالات متحده محلی خود تماس بگیرید یا اگر در ایالات متحده هستید با بخش درآمدها و ساعات به شماره 1-866-487-9243 تماس بگیرید.
- کارفرمای شما یا هرکسی که با کارفرمای شما کار می کند نمی تواند شما را مجبور به بدهی یا پرداخت بدهی کند. اگر چنان اتفاقی می افتاد، اگر در ایالات متحده هستید با خط تلفن ملی قاچاق انسان به شماره 1-888-7888 یا اگر در کشور خود هستید با سفارت یا کنسولگری ایالات متحده محلی خود تماس بگیرید.

کارفرمای شما باید:

- حداقل ماهی دو بار در برای تمام کارهایی که انجام می دهید با نرخ مشخص شده در دستور کار یا قرارداد و در زمان هایی مطابق با قرارداد کاری به شما پرداخت کند. درآمد ممکن است بالاتر از حداقل هزینه فدرال، ایالتی یا محلی باشد.
- کارفرما یا باید هزینه سفر و معاش روزانه برای جابجایی شما از محلی که از آنجا می آید تا برای کارفرمای خود کار کنید در نظر بگیرد، یا بعد از اتمام نیمی از مدت زمان قرارداد کاری تان هزینه مقتضی را به شما پرداخت نماید.
- اگر دستمزد شما منهای هزینه هایتان کمتر از حداقل حقوق در آمریکا باشد، کارفرما باید هزینه سفر به آمریکا یا هزینه های دریافت ویزا را در هفته نخست کاری به شما بپردازد.

اگر شما یک کارگر H-2A یا H-2B هستید و در مورد حقوق خود سوال یا نگرانی دارید، با شماره 1-866-487-9243 تماس بگیرید یا به یک دفتر محلی دستمزد و ساعت مراجعه کنید:
www.dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices

برای کارگران کشاورزی موقت از نوع "اچ- 2 ای" (H-2A) کارفرما باید

- یک قرارداد کاری کتبی به زبانی که برایتان قابل درک است، به شما ارائه شود. این قرارداد باید شامل اطلاعات کامل درباره دستمزدها، مدت کار، ساعات کار، مزایا (از جمله امکانات رفت و آمد، مسکن و غذا یا امکان آشپزی)، و هرگونه کسورات از فیش حقوقی شما باشد. در فیش حقوقی خود برای خدمات شغلی در ارتباط با ویزای H-2A "اچ- 2 ای" از پرداخت مالیات سوشیال سکیوریتی و مدیکر معاف هستید.



- مسکن امن و تمیز را بدون هیچ هزینه ای در اختیار شما قرار بدهد
- برای شما حمل و نقل رایگان از مکان اقامت به سر کار فراهم کند
- حمل و نقل امن توسط رانندگان دارای گواهینامه با وسایل نقلیه دارای بیمه مناسب با کلیه تجهیزات ایمنی مورد نیاز فراهم کند.
- روزی سه بار برای شما غذا فراهم کند یا جایی آماده کند که برای آشپزی از آنجا رایگان و راحت استفاده کنید
- شما را از ملاقات با کارکنان دولتی یا تامین کننده گان قانونی که به شما در مورد حقوقتان اطلاع می دهند و می توانند به شما در ارائه شکایت کمک کنند، تنبیه یا مانع نکند.
- کارفرما یا باید هزینه سفر و معاش روزانه برای جابجایی شما از محلی که از آنجا می آید تا برای کارفرمای خود کار کنید بعد از اینکه شما زمان قرارداد کاری تان را به پایان می رسانید در نظر بگیرد
- عموماً، تعداد ساعت کاری که در کل کارفرما برای شما فراهم می سازد باید برابر با حداقل 4/3 (سه چهارم) تعداد روزها باشد

ویزاهای کارگران غیر کشاورزی موقت از نوع "اچ-2 بی" (H-2B) کارفرمای شما

- باید یک سفارش کاری کتبی به زبانی که برایتان قابل درک است، به شما ارائه شود. این قرارداد باید شامل اطلاعات کامل درباره دستمزدها، مدت کار، ساعات کار، مزایا (از جمله امکانات رفت و آمد، مسکن و غذا یا امکان آشپزی)، و هرگونه کسورات از فیش حقوقی شما باشد.
- برای امکانات رفت و آمد، مسکن و غذا از مکان کار تا خانه در کشورتان پرداخت کند اگر شما دوره کارتان را که در قرارداد کاریتان ذکر شده به پایان رساندید یا کارفرما خودش اجازه داده که شما شغلتان را ترک کنید.

ویزاهای تبادل مهمان از نوع "جی-1"

- ویزای "دی اس-2019" (DS-2019) تأیید شده شما اطلاعات مربوط به برنامه، نوع تبادل، نام حامی تان، و مؤسسه میزبان که مجری برنامه تبادل است، شرح می دهد. حامی شما باید بدقت تمام هزینه ها، شرایط، و محدودیت های برنامه تبادل را برایتان توضیح دهد.



نکته: کارفرمای شما باید به موقع به شما پرداخت کند. این یک رویه رایج در ایالات متحده است که کارمندان هر دو هفته یک بار حقوق دریافت می‌کنند، اگرچه برنامه پرداخت شما ممکن است با توجه به قرارداد کاری‌تان متفاوت باشد.

- حامی شما باید تمام هزینه‌ها، شرایط و قوانین برنامه مبادله شما را توضیح دهد، از جمله بیانیه کتبی از کاری که با انجام آن موافقت می‌کنید، میزان دستمزد و در صورت لزوم چند ساعت باید انتظار داشته باشید. اگر نگرانی‌های فوری در مورد سلامت، ایمنی یا رفاه دارید، لطفاً با خط تلفن اضطراری ویزای -J تماس بگیرید: 1-866-283-9090. برای سوالات یا مسائل کلی، لطفاً به آدرس زیر ایمیل بزنید

Jvisas@state.gov:

- حامی شما باید اطمینان حاصل کند که شما از پوشش بیمه پزشکی، بازگشت و تخلیه برخوردار هستید، اما نیازی به ارائه یا پرداخت هزینه آن ندارد.

سفر کاری تابستانی

حامی شما باید پس از یک هفته جستجو در ایالات متحده برای یافتن شغل کمک کند، اگر اهل یک کشور معافیت ویزا هستید و بدون شغل وارد شده‌اید. حامیان مالی همچنین باید به همه شرکت‌کنندگان در سفر کاری تابستانی که مایل به تغییر شغل در طول برنامه خود هستند، کمک معقولی ارائه دهند. حامیان مالی باید ارزیابی و تأیید موقعیت‌های شغلی اولیه و هر موقعیت شغلی اضافی از همه شرکت‌کنندگان در برنامه سفر کاری تابستانی را قبل از شروع کار شرکت‌کنندگان طبق مقررات برنامه انجام دهند.

کارآموزی یا انترنی

حامی باید برنامه تعیین‌جا برای کارآموزی یا انترنی (دی‌اس-7002) (DS-7002) را در اختیاران قرار دهد. این برنامه شامل ابلاغ کتبی میزان دستمزدها و خلاصه‌ای از اهداف آموزشی برنامه است. باید حداقل 32 ساعت در هفته سر کار باشید.

حامی شما باید کلیه هزینه‌ها و حق الزحمه‌هایی که پرداخت‌شان به عهده شما است، و نیز تخمینی از میزان هزینه زندگی در آمریکا را بطور کتبی در اختیاران قرار دهد.

حامی شما باید اطمینان حاصل کند که شما از پوشش بیمه پزشکی، بازگشت و تخلیه برخوردار هستید، اما نیازی به ارائه یا پرداخت هزینه آن ندارد.



دانشجوی مهمان و پرستار کودک

خانواده میزبان باید به شما کمک کند در مؤسسات آموزشی دوره های کالج یا دانشگاهی ثبت نام کنید و در کلاس ها شرکت نمایید، و تا 500 دلار از هزینه آموزش شما در این کلاس ها را بپردازند. اگر شما یک دانشجوی مهمان و پرستار کودک EduCare هستید، خانواده میزبان شما باید تا 1000 دلار هزینه برای این کلاس ها بپردازند. شما نباید بیش از 10 ساعت در روز یا 45 ساعت در هفته کار کنید. اگر شما یک دانشجوی مهمان و پرستار کودک EduCare هستید، شما نباید بیش از 10 ساعت در روز یا 30 ساعت در هفته کار کنید. مشاور محلی شما باید هر ماه با شما تماس بگیرد و به طور منظم با خانواده میزبان شما تماس بگیرد.

ویزای غیرمهاجرتی شما

ویزای غیرمهاجرتی یک سند دولت ایالات متحده است که به افراد اجازه می دهد به دلایل خاصی مانند کار، تحصیل یا پیوستن به یک برنامه تبادل فرهنگی به ایالات متحده بیایند. **شما باید برای ویزا در یک سفارت یا کنسولگری ایالات متحده در خارج از کشور درخواست بدهید** (توجه: شهروندان کانادا برای پذیرش در وضعیت J-1 در بندر ورودی درخواست می دهند). پس از دریافت ویزا، شما می توانید به ایالات متحده سفر کند و آن را به یک مقام مهاجرت ایالات متحده (افسر CBP) نشان دهید تا وارد شوید. اگر ویزای شما منقضی شود، قبل از بازگشت به ایالات متحده باید ویزای جدیدی دریافت کنید. برای جزئیات بیشتر در مورد فرآیند درخواست ویزا و ویزای ایالات متحده شما، به آدرس زیر مراجعه کنید: usvisas.state.gov.

هنگامی که یک افسر CBP شما را در ایالات متحده می پذیرد، یک فرم I-94 به صورت الکترونیکی ایجاد می شود (گاهی اوقات ممکن است یک سند کاغذی باشد). فرم I-94 تاریخ ورود، نوع ویزا و تاریخی را نشان می دهد که تا آن زمان باید ایالات متحده را ترک کند. شما باید قبل از تاریخ "پذیرش تا" خود ایالات متحده را ترک کنید تا به طور قانونی بمانید، مگر اینکه برای تمدید اقامت در خدمات شهروندی و مهاجرت ایالات متحده (USCIS) درخواست دهید. **شما می توانید سوابق I-94 خود را در آدرس زیر بررسی کنید: <https://i94.cbp.dhs.gov>**

- آسیب رساندن به دیگری که سعی کرده اند آنجا را ترک کنند، شکایت کنند، وضعیت را گزارش دهند یا کمک بگیرند؛ یا
- تهدید به قرار دادن افراد در لیست سیاه تا نتوانند دوباره در ایالات متحده کار کنند.

مجبور شدن به انجام کاری برای بازپرداخت بدهی

کسی نمی تواند شما را وادار به انجام کار، خدمات یا اعمال جنسی تجاری کند یا شما را از ترک آن باز دارد. کسی نمی تواند به طور ناگهانی بدهی شما را تغییر دهد تا بازپرداخت آن را برای شما سخت تر کند یا شما را به این فکر کند که باید تا زمانی که بدهی پرداخت شود به کار خود ادامه دهید. به عنوان مثال می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- گفتن اینکه شما مبلغ هنگفتی بدهکار هستید که پرداخت آن در یک زمان معقول دشوار است؛
- ادعای اینکه بیش از آنچه با آن موافقت کرده اید بدهکار هستید یا برای چیزهایی که قبلاً با آنها موافقت نکرده اید؛
- اضافه کردن هزینه های حمل و نقل، مسکن، غذا و سایر هزینه هایی که قبلاً با آنها موافقت نکرده اید؛
- اضافه کردن هزینه، جریمه یا جریمه برای نقض قوانین، عدم درآمد کافی، یا عدم انجام کار، خدمات یا اعمال جنسی تجاری.

نکته: تمامی سخنان و اقدامات ناشایست کارفرما علیه خود را با جزئیات نگه دارید و اسامی و شماره تلفن تمام شاهدان را یادداشت نمایید.

عدم توانایی ترک کردن، صحبت کردن یا درخواست کمک

مردم نمی توانند شما یا دیگران را از رفتن، صحبت کردن یا دریافت کمک باز دارند. به عنوان مثال می توان اشاره کرد به گفتن اینکه نمی توانید محل کار را ترک کنید یا محدود کردن جایی که می توانید در زمانی که کار نمی کنید بروید.

- شما همیشه باید به پاسپورت، ویزا، شناسنامه یا سایر مدارک شناسایی خود دسترسی داشته باشید. هیچ کس نباید اینها را از شما پنهان کند.
- در صورت نیاز باید غذا، استراحت، خواب یا کمک پزشکی کافی داشته باشید. هیچ کس نباید این چیزها را محدود کند.
- شما باید بتوانید با خانواده خود، سایر افراد در محل کار، مشتریان یا هر دیگری که نیاز دارید، مانند کارکنان خدمات حقوقی یا اجتماعی صحبت کنید. هیچ کس نباید شما را از برقراری ارتباط آزادانه باز دارد یا آنچه را که می گوئید نظارت کند.

فریب خوردن

هیچ کس نمی تواند شما را دروغ بگوید یا فریب دهد تا شما را وادار به انجام کار یا اعمال جنسی تجاری کند. نمونه هایی از دروغ ها و ترفندها عبارتند از:

- وعده های دروغی در مورد نوع کار، ساعات کاری، شرایط کار، شرایط زندگی یا دستمزد؛
- وادار کردن شما به کار بسیار طولانی تر، در شرایط بدتر، یا با دستمزد کمتر از آنچه وعده داده شده است.
- گفتن اینکه هیچ حقی ندارید.
- گفتن اینکه اگر بخواهید آنجا را ترک کنید یا درخواست کمک کنید، باور نخواهید شد یا اخراج خواهید شد؛ یا
- گفتن اینکه در مورد کارفرما یا سایر کارگران خود دروغ بگویید.
- وعده های دروغی ممکن است شامل این باشد، به عنوان مثال، گفتن اینکه شما به عنوان یک پرستار ماهر شغلی خواهید داشت، اما سپس شما را وادار به تمیز کردن یک خانه سالمندان می کنند؛ یا گفتن اینکه پرستار بچه خواهید شد و سپس شما را وادار به انجام رقص های عجیب و غریب یا اعمال جنسی تجاری می کنند.

آیا کارفرمای شما می تواند در صورت گزارش سوء استفاده شما را اخراج کند؟

برنامه هایی برای محافظت از افرادی که سوء استفاده یا بدرفتاری را گزارش می کنند وجود دارند. این برنامه ها ممکن است به شما اجازه دهند حتی اگر کارفرمای خود را ترک کنید، در ایالات متحده بمانید. حتی اگر نگرانی های مهاجرتی دارید نباید از کمک گرفتن بترسید. برای درک گزینه های خود با خط تلفن ملی قاچاق انسان به شماره **1-888-373-7888 تماس بگیرید**. خط تلفن ملی قاچاق انسان توسط دولت یا مجریان قانون اداره نمی شود.



نکته: پس از ورود به آمریکا، گذرنامه و دیگر اسناد سفرتان را در محلی امن، و در جایی که همواره به آن دسترسی دارید، نگهداری نمایید. خلاف قانون است کارفرما گذرنامه شما را پیش خود نگه دارد.

برای اطلاعات بیشتر در مورد:

- روند درخواست ویزا و ویزای آمریکای شما: **usvisas.state.gov**
- قاچاق انسان: **www.state.gov/j/tip**
- برنامه تبادل بازدید کننده ویزای J-1: **j1visa.state.gov**
- برابری و حقوق شما برای رهایی از تبعیض در محل کار به دلیل نژاد، رنگ، مذهب، جنسیت (از جمله بارداری)، ملیت، سن (40 سال یا بالاتر)، ناتوانی یا اطلاعات ژنتیکی، و طرح اتهام تبعیض: **www.eeoc.gov**
- حقوق ایمنی محل کار شما، یا اگر فکر می کنید شغل شما ناامن است و می خواهید درخواست بازرسی کنید: **www.osha.gov**
- چگونه بفهمید که آیا دستمزد پرداخت نشده از طرف کارفرمای شما دریافت شده است یا خیر: **webapps.dol.gov/wow**
- حقوق شما برای دریافت دستمزد منصفانه: **www.dol.gov/WHd/immigration**
- نحوه ثبت شکایت دستمزد: **<https://www.dol.gov/agencies/whd/contact/complaints>**
- حق شما برای عدم مواجهه با تبعیض به دلیل وضعیت شهروندی و طرح شکایت در مورد تبعیض: **www.justice.gov/crt/filing-charge**
- حق شما برای پیوستن به سایر کارگران برای بهبود حقوق یا شرایط کاری خود، از جمله نحوه ثبت اتهام: **www.nlr.gov**
- حقوق، تعهدات و معافیت های شما برای بیمه درمانی: **localhelp.healthcare.gov** (انگلیسی) و **ayudalocal.cuidadodesalud.gov** (اسپانیایی)
- حقوق شما اگر قربانی جرم هستید. قانون حقوق قربانیان جرم: **https://www.justice.gov/criminal/criminal-vns/victim-rightsderechos-de-las-victimimas**
- I-94: **https://i94.cbp.dhs.gov/i94**
- وضعیت دادخواست کارفرمای آینده، وضعیت پرونده USCIS آنلاین: **https://egov.uscis.gov**
- منابع USCIS در مورد قاچاق انسان: **https://www.dhs.gov/blue-campaign/resources-availablevictims**
- **https://www.uscis.gov/humanitarian/victims-of-humantrafficking-and-other-crimes**
- برنامه های USCIS که مزایای مهاجرت را برای کارگران مانند وضعیت غیرمهاجرتی T و U ارائه می دهد: **https://www.uscis.gov/humanitarian/victims-of-humantrafficking-and-other-crimes**

- مزایای پناهندگان و خدمات مدیریت پرونده در صورت نگرانی قاچاق، به دفتر قاچاق انسان (OTIP) Office on Trafficking in Persons مراجعه کنید:
- <https://www.acf.hhs.gov/otip/victimassistance/childeligibility-letters>
- <https://www.acf.hhs.gov/otip/victim-assistance/certification>

برای سوالات و منابع رایج کارگران مهاجر
(موجود به 8 زبان، از جمله انگلیسی،
اسپانیایی، عربی، چینی، کریول هائیتی،
پرتغالی، ویتنامی و تاگالوگ) به آدرس زیر
مراجعه کنید:

یا [MigrantWorker.gov](https://www.MigrantWorker.gov)
[TrabajadorMigrante.gov](https://www.TrabajadorMigrante.gov)



نکته: خوب است در تمام مدت کار، سوابق خود را بطور کتبی نگه دارید. دفتری تهیه کنید و تمام روزها و ساعاتی که کار کرده اید، میزان دستمزد دریافتی، تاریخ دریافت دستمزد، کلیه کسورات از فیش حقوقی، و دلایل این کسورات را یادداشت نمایید.

نمونه ای از گزارش کار هفتگی

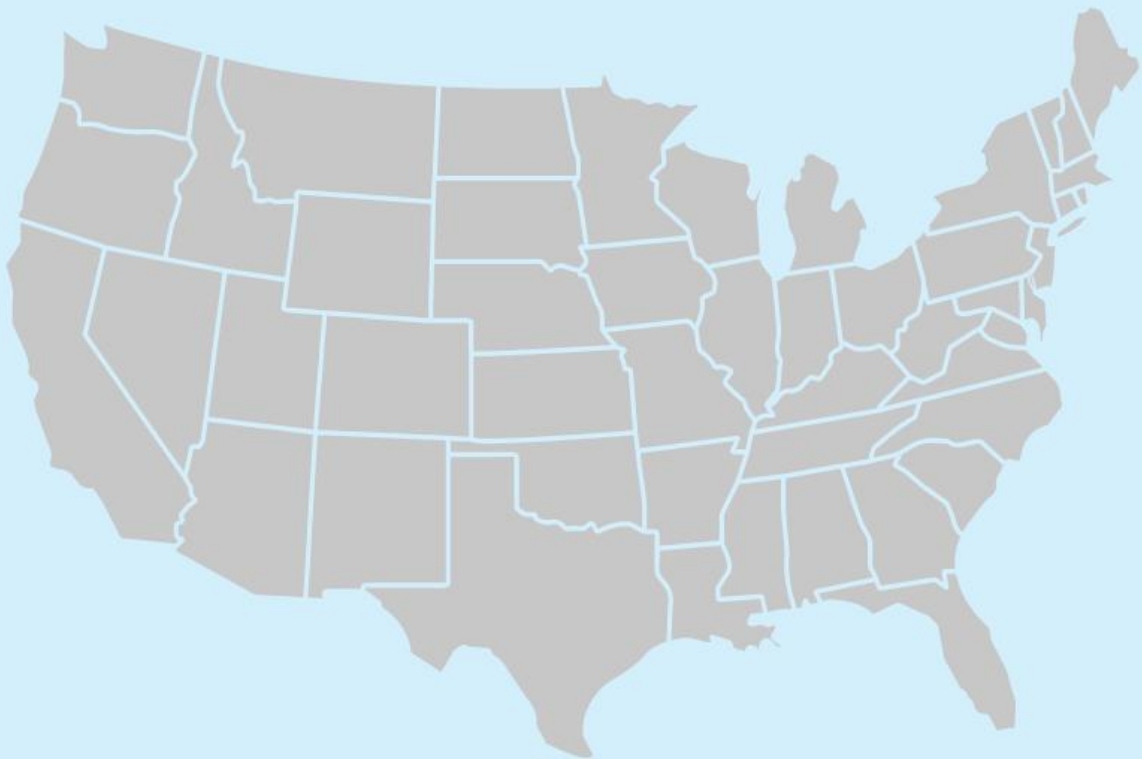
کارگر		سوپروایزر (سرپرست)	
تاریخ	فعالیت ها	ساعات	پرداخت ها
		شروع به کار: _____ پایان کار: _____ کل: _____	
		شروع به کار: _____ پایان کار: _____ کل: _____	

کارگر		سوپروایزر (سرپرست)	
تاریخ	فعالیت ها	ساعات	پرداخت ها
		شروع به کار: _____ پایان کار: _____ کل: _____	
		شروع به کار: _____ پایان کار: _____ کل: _____	

کارگر		سوپروایزر (سرپرست)	
تاریخ	فعالیت ها	ساعات	پرداخت ها
		شروع به کار: _____ پایان کار: _____ کل: _____	
		شروع به کار: _____ پایان کار: _____ کل: _____	



THE UNITED STATES *of* AMERICA



برای مشاهده نسخه آنلاین این جزوه
و ویدیوی همراه، از
دوربین گوشی هوشمند برای اسکن این کد
QR و پیوندی را که باز می شود باز کنید:



U.S. DEPARTMENT *of* STATE

این جزوه مطابق با بخش 202 از قانون مجوز مجدد حمایت از
قربانیان قاچاق انسان ویلیام ویلبرفورس سال 2008، قانون
عمومی 457 – 110