

# 我怀孕了

# 怀孕 + 我的工作

我有以下相关权利：



工作职位保护

需要从工作职位请假吗？

这些法律可能有所帮助：

因为它们规定：

应该怎么做：

**PDL**

妊娠残障假

- 雇员人数 5+
- 如果也符合 FMLA 资格，则与 FMLA 假同时休

- 在因怀孕、生产或相关状况导致残障期间，长达 4 个月的、工作职位受保护的无薪假期
- 健康保险福利继续

向您的雇主提出请求

**FMLA/CFRA OR NPLA**

家庭医疗休假法 / 加州家庭权益法或新父母休假法

- 服务期 1 年以上
- 前一年工作时间 1250 小时以上
- 75 英里之内雇员人数 20+

- 出生后 1 年内、妊娠残障假休完之后，12 个星期的、工作职位受保护的亲子关系假
- 健康保险福利继续

向您的雇主提出请求

**SDI**

州残障保险

- 由于残障而不能工作或工作减少
- 在基本期向 SDI 供款

- 在 1 周等候期之后，取决于收入，获得高达 60% 或 70% 的每周工资，最多 52 周

在 [www.EDD.ca.gov](http://www.EDD.ca.gov) 申请

**PFL**

有新家庭假

- 请假与新出生、收养或寄养的子女建立亲子关系
- 在基本期向 SDI 供款

- 取决于收入，获得高达 60% 或 70% 的每周工资，最多 6 周（可以分段获得）

在 [www.EDD.ca.gov](http://www.EDD.ca.gov) 申请

**PSD**

加州有薪病假

- 至少工作了 90 天
- 生病或有医生预约

- 每工作 30 小时积累 1 小时病假，每年最多 6 天
- 雇主可以限制每年最多用 3 天

向您的雇主提出请求

- 保护不受到报复

前往 [dlse.ca.gov](http://dlse.ca.gov)

**FEHA / LAL**

公平就业及住房法

- 雇员人数 5+

- 作为怀孕的合理便利安排，改变您工作的方法、调换职位或提供更多假期

向您的雇主提出请求

哺乳便利安排法

- 用于泵奶的工间休息和私密空间（不是洗手间）

- 保护不受到歧视、骚扰和报复

前往 [dfeh.ca.gov](http://dfeh.ca.gov) 或 [dlse.ca.gov](http://dlse.ca.gov)



工资替代

您不工作期间需要收入吗？

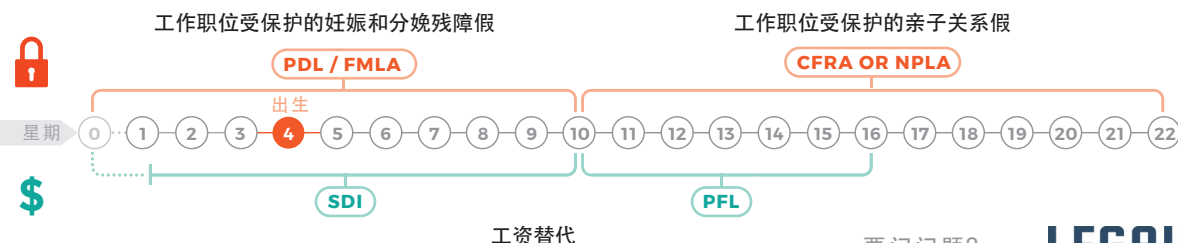


便利安排和平等

需要便利安排吗？正在面临歧视吗？

使用举例

丽莎需要在预产期前休 4 周，之后恢复休 6 周。然后，她需要休 12 周与新生儿建立亲子关系。



要问问题？  
请致电

800-880-8047

[legalaidatwork.org](http://legalaidatwork.org)



# 为人父母 + 我的工作

我有以下相关权利：

这些法律可能有所帮助：

因为它们规定：

应该怎么做：



工作职位保护

需要从工作职位请假吗？

### FMLA/CFRA OR NPLA

家庭医疗休假法 / 加州家庭权益法 或新父母休假法

- 服务期 1 年以上
- 前一年工作时间 1250 小时以上
- 75 英里之内雇员人数 20+

- 最多 12 周的、工作职位受保护的无薪假期，与一年以内新出生、收养或寄养的子女建立亲子关系，（雇员人数 50 以上的话可以用来照顾患重病的家人）
- 期间继续有医疗保险

向您的雇主提出请求

### FSPA

家庭学校合作关系法

- 雇员人数 25+
- 可以被父母、监护人、继父母、寄养父母、祖父母/外祖父母、代行父母义务者使用

- 每年最多 40 小时的、工作职位受保护的无薪假期，用来：寻找托儿所或学校、或注册；参加托儿所或学校活动；和/或处理托儿或学校紧急情况
- 雇主可以限制每月最多使用 8 小时，紧急情况除外

向您的雇主提出请求



工资替代

您不工作期间需要收入吗？

### PFL

有薪家庭假

- 请假与一年以内新出生、收养或寄养的子女建立亲子关系，或照顾患重病的家人
- 在基本期向 SDI 供款

- 取决于收入，获得高达 60% 或 70% 的每周工资，最多 6 周（可以分段获得）

在 [www.EDD.ca.gov](http://www.EDD.ca.gov) 申请

### PSD

有薪病假

- 至少工作了 90 天
- 生病、照顾生病子女、或有医生预约

- 每工作 30 小时积累 1 小时病假，每年最多 6 天
- 雇主可以限制每年最多用 3 天

向您的雇主提出请求

### UI

失业保险

- 有能力工作，但是自己无错而没有工作或工作减少（不是因为被解雇、请假未准等）

- 保护不受到报复

前往 [dlse.ca.gov](http://dlse.ca.gov)

- 在 1 周等候期之后，每周获得最高 \$450，最多 26 周

在 [www.EDD.ca.gov](http://www.EDD.ca.gov) 申请

使用举例

胡安需要休 12 周与新女儿建立亲子关系。



工作职位受保护的亲子关系假

FMLA/CFRA OR NPLA

星期



PFL  
工资替代

要问问题？  
请致电

800-880-8047

[legalaidatwork.org](http://legalaidatwork.org)

