

# DERECHOS PARA LLEVAR

**Cartilla de derechos laborales  
y buenas prácticas de migración  
para jornaleras y jornaleros  
agrícolas y sus familias**



La cartilla **Derechos para llevar** forma parte de la campaña **A tu migración, ¡no te vayas sin información!**

Primera edición: junio de 2022, Ciudad de México, México, por Proyecto Ambulantes.



*Este material puede ser reproducido por cualquier medio citando el crédito de la autoría. Obra bajo licencia de CC BY-NC-ND 4.0  
Más información de la licencia en: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>*

DESARROLLADA CON LA VALIOSA PARTICIPACIÓN DE:

**CAMINOS Centro de Acompañamiento a Migrantes, AC:**

Wilma García  
Nancy García  
Fátima Arias

**Fomento Cultural y Educativo, AC:**

Juan José Lavaniegos  
Mónica López  
Compañeras y compañeros de Radio Huaya

**Centro de Estudios en Cooperación Internacional y Gestión Pública, AC:**

Susana Cruickshank  
Ana Lara  
Mayela Blanco  
Margarita Nemecio

**Irex:**

Ben Brewer  
Stephanie Hess  
Amber Ehrke

**Diseño e ilustraciones:**

Patricia Gasca



# DERECHOS PARA LLEVAR

## Cartilla de derechos laborales y buenas prácticas de migración para jornaleras y jornaleros agrícolas y sus familias



## El Proyecto Ambulantes

te da información útil sobre tus derechos como trabajadora y trabajador agrícola migrante. Esta cartilla la puedes llevar a donde sea, mostrarla a tu familia, a otras jornaleras y jornaleros agrícolas, para tener una migración más segura.



## ¿Qué son los DERECHOS HUMANOS?

Son derechos que tienes desde que naces, como derecho a la vida, a no ser discriminada o discriminado, a la libertad, a la igualdad entre mujeres y hombres, a la alimentación, y muchos más.

Recuerda que nuestros derechos están reconocidos a nivel nacional e internacional.

## ¿Qué son los DERECHOS LABORALES?

Son reglas que las empresas y patrones deben respetar cuando te contratan.

Estos derechos te protegen de abusos y violaciones a tus derechos humanos.

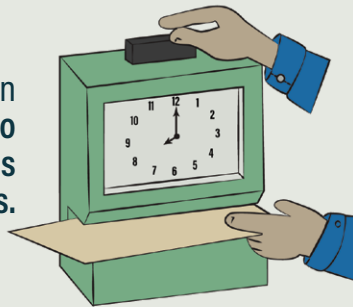


## Algunos derechos laborales son:

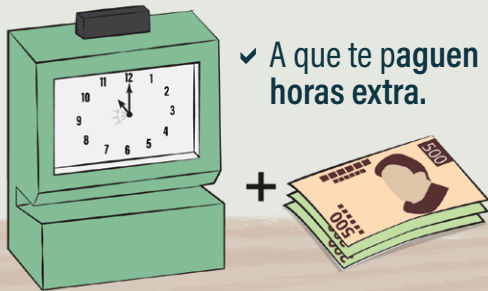
- ✓ Tener un **contrato por escrito**.
- ✓ Recibir un **salario justo**.
- ✓ El salario debe ser **igual para hombres y mujeres**.



- ✓ Trabajar un **máximo de 8 horas diarias**.



- ✓ A que te paguen **horas extra**.



- ✓ Tener acceso a **servicios de salud, días de descanso pagados, incapacidad por maternidad y por enfermedades, y todas las prestaciones de Ley**.

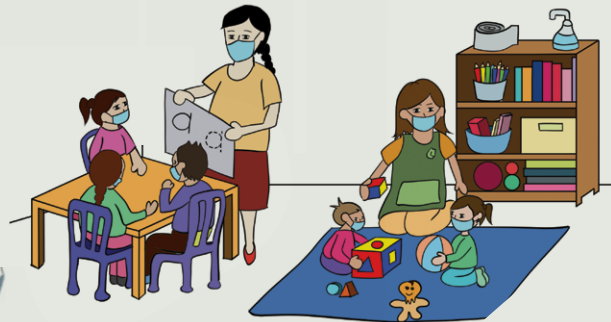


No te pueden correr si estás embarazada, ni después del parto.

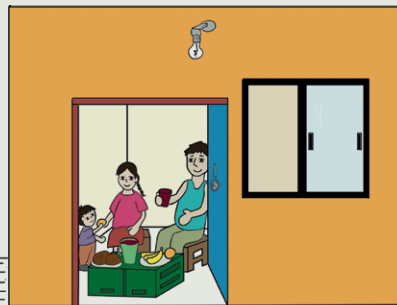
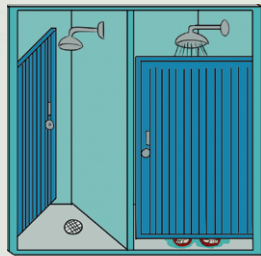
- ✓ Tener **condiciones de trabajo seguras** (capacitación, medidas de prevención de accidentes y de contagio por COVID-19).



- ✓ Contar con un **transporte seguro** desde tu comunidad de origen y al campo de trabajo.



- ✓ Acceder a una **vivienda digna** con agua limpia y servicios (luz, gas, baños, cobijas, ventiladores).
- ✓ Que haya **estancias infantiles y espacios educativos** para tus hijas e hijos (escuela).
- ✓ Tener una **alimentación adecuada**.



## Soy una persona jornalera agrícola, **MI TRABAJO ES IMPORTANTE PARA LA SOCIEDAD**

Por la pandemia de COVID-19, trabajadoras y trabajadores agrícolas fueron considerados esenciales, porque gracias

a su trabajo los productos del campo alimentan a millones de personas.



Tu trabajo es valioso para comunidades, pueblos y grandes ciudades.

## Migrar lejos, MANTENERME CERCA

Comunícate a tu comunidad cuando puedas. Por seguridad, pregunta cómo se llama el rancho, empresa o campo agrícola y el municipio a donde vas y cuánto tiempo dura tu contrato.



María, la empresa donde estoy es...



Dale esta información a tu familia, amigos o autoridades de la comunidad.

8

## Un buen proceso de CONTRATACIÓN



Si un conocido, un amigo te recomienda o escuchaste un anuncio que te habla de un trabajo como jornalera o jornalero agrícola, es importante que preguntes lo siguiente:

- ¿A qué rancho-empresa vas a trabajar?
- 🌿 ¿En qué estado/municipio se encuentra?
- 🌿 ¿Cuánto te van a pagar?

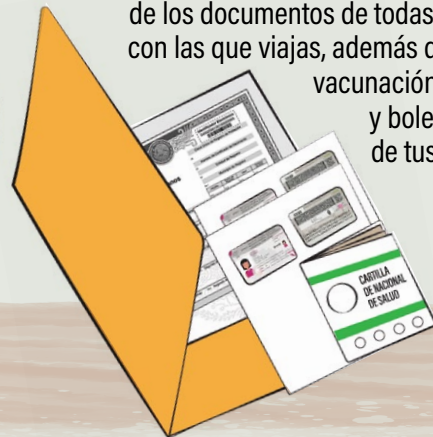
- ¿Cuál es el nombre y teléfono de la persona responsable de parte de la empresa?
- 🌿 ¿Qué trabajo vas a hacer?
- 🌿 ¿Dónde vas a dormir?
- 🌿 ¿Por cuánto tiempo te contratan?
- ¿Qué horario de trabajo y días de descanso vas a tener?

¡Recuerda que no debes pagar por ninguna oferta de trabajo!



## PARA MIGRAR, estos documentos debo llevar

- ✓ Prepara **COPIAS** de tu identificación oficial y tu acta de nacimiento.
- ✓ Anota teléfonos de contacto en caso de emergencia.
  - ✓ Si vas con familiares, incluye copias de los documentos de todas las personas con las que viajas, además de cartillas de vacunación, certificados y boletas escolares de tus hijas e hijos.



9

## ¿Cómo saber si mis derechos humanos y laborales **ESTÁN SIENDO VIOLADOS?**



- Si te cobran por un puesto de trabajo.
- Si el transporte es inseguro (como camiones viejos o en mal estado).
- Si te descuentan de tu salario por comida o vivienda.
- Si no te pagan para impedir que te vayas o como castigo.
- Si no tienes servicio de salud.
- Si no se cumple lo establecido en tu contrato.

**¡NO ES NORMAL!**

## ¿Y QUÉ HAGO?

Acércate al encargado de la empresa o rancho (el patrón, mayordomo, trabajadora social, jefe de campo). Si al decirle el problema no hace nada, pide apoyo en el Instituto Federal de la Defensoría Pública. DefensaTel: **800-224-2426**, o en la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH): **800-715-2000**.



## Servicio **DE SALUD**

Tu patrón debe registrarte en el Seguro Social (IMSS) e informarte de las cuotas obreras que te descontará.

Pide una copia del Aviso de Inscripción del Trabajador y date de alta en tu clínica para recibir atención médica o pedir incapacidad por accidente, enfermedad o maternidad.

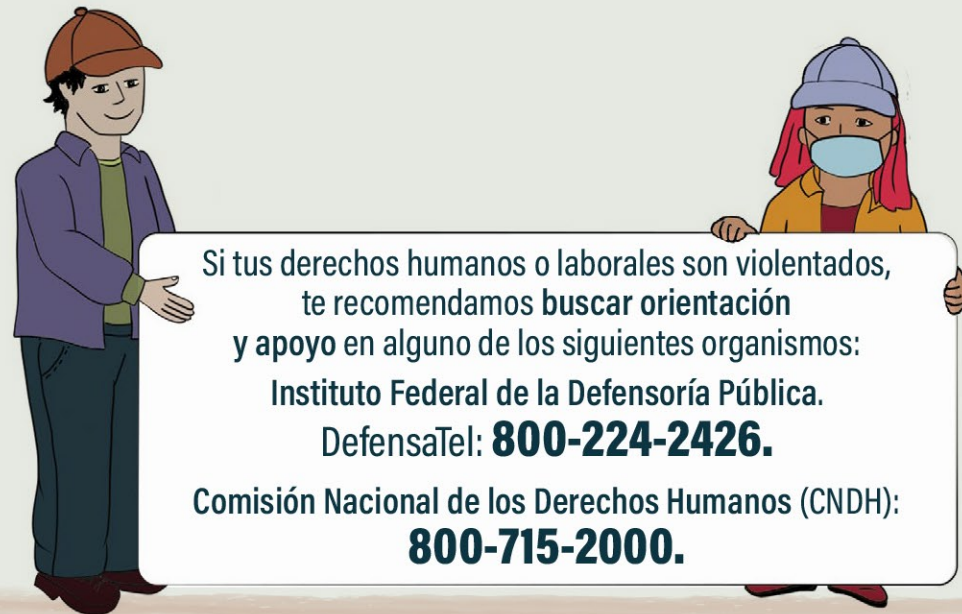


## La Ley **ME PROTEGE**

Como persona jornalera agrícola  
te protege la **Ley Federal del Trabajo**.

Si tus derechos no son respetados,  
**¡denuncia!**

CONCILIACIÓN  
Y ARBITRAJE



Si tus derechos humanos o laborales son violentados,  
te recomendamos **buscar orientación**  
y **apoyo** en alguno de los siguientes organismos:

**Instituto Federal de la Defensoría Pública.**

DefensaTel: **800-224-2426.**

**Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH):**  
**800-715-2000.**

#### FUENTES

- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos
- Ley Federal del Trabajo

- Comisión Nacional de los Derechos Humanos
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social





*¡Este espacio  
es tuyo!*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



¡Este espacio  
es tuyo!

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**A TU MIGRACIÓN,  
¡no te vayas sin información!**





## Organizaciones que conforman el Proyecto Ambulantes

