



Departamento de Estado dos Estados Unidos

## Vai para os Estados Unidos para trabalhar temporariamente ou estudar?

Vai com certeza ter uma estadia agradável e gratificante. No entanto, caso se depare com situações problemáticas, saiba que tem direitos e pode receber ajuda!

### Tem direito a:

- Ser tratado e pago de maneira justa;
- Não ser mantido no trabalho contra a sua vontade;
- Manter em seu poder o seu passaporte e outros documentos de identificação;
- Denunciar abuso sem retaliação;
- Solicitar ajuda de sindicatos, grupos de defesa dos direitos dos imigrantes e trabalhadores ou outros grupos; e
- Recorrer à justiça num tribunal nos Estados Unidos.

Estes e outros direitos mencionados são explicados em detalhe neste folheto informativo.



**Em caso de maus-tratos ou violação dos seus direitos, ligue para estes números (chamada gratuita):**

**Centro Nacional de Informação sobre Tráfico de Pessoas  
Ligação gratuita 24 horas**

**1-888-373-7888**

(Mantido por uma Organização Não Governamental)

**Linha para Denúncia de casos de Tráfico de Pessoas e Exploração do Trabalhador**

(Segunda a Sexta das 9:00 às 17:00 - Horário da costa leste)

**1-888-428-7581**

(Mantido pelo Departamento de Justiça americano)

**Se a sua integridade física se encontra em perigo, ligue para 911**



Para mais informações sobre o seu direito a ser tratado e pago de maneira justa, consulte a página 5.

Para mais informações sobre o seu direito a não ser mantido no trabalho contra a sua vontade, consulte a página 7.

Esta publicação foi criada na sequência de uma Lei Federal do governo americano, Lei Pública 110-457.

O governo americano publicou este folheto informativo para dar a conhecer o estipulado na lei e salvaguardar a dignidade de todos aqueles que vêm a este país. O governo americano está empenhado em combater o tráfico de pessoas e as violações dos direitos dos trabalhadores.



## LEMBRE-SE!

### Existem meios para se proteger

- Mantenha o seu passaporte em lugar seguro e de fácil acesso a qualquer hora;
- Mantenha cópias do seu passaporte, visto e contrato de trabalho no seu país de origem com familiares ou amigos;
- Mantenha o número de telefone da Embaixada do seu país de origem acessível caso necessite;
- Mantenha este folheto informativo acessível caso necessite de consultá-lo enquanto estiver nos Estados Unidos;
- Registe todos os dias e horas que trabalhou, valor de cada pagamento recebido e data em que recebeu; e
- **Se precisar de ajuda, ligue gratuitamente para o Centro Nacional de Informação sobre Tráfico de Pessoas no número 1-888-373-7888 (24 horas), ou para a Linha de Denúncia de Tráfico de Pessoas e Exploração do Trabalhador 1-888-428-7581 (de segunda à sexta, das 9:00 às 17:00, horário da costa leste)**

## Uma Visão Geral do Processo de Visto de Não-Imigrante

### O que é um visto de não-imigrante?

Um visto de não-imigrante é um documento que o governo americano emite que permite aos indivíduos que viajem para os Estados Unidos solicitar entrada com um propósito específico como, por exemplo, trabalhar ou estudar.

O processo de visto de não-imigrante envolve dois passos importantes:

1. Solicitar o visto apropriado numa Embaixada ou Consulado americano; e
2. Apresentação do visto a um oficial de imigração num porto de entrada nos Estados Unidos.

### Quais os elementos importantes da minha documentação?

1. **O visto.** Este encontra-se colado numa página do seu passaporte, tem a sua fotografia e a data de expiração do mesmo. Se o seu visto expirar, não pode regressar aos Estados Unidos sem antes renovar o seu visto.
  - Se tiver um visto de trabalho, o nome da entidade responsável pelo seu emprego nos Estados Unidos tem de estar escrito no seu visto.
  - O seu visto de trabalho temporário **não permite** que trabalhe para uma entidade patronal à sua escolha - **apenas** para a entidade patronal citada no seu visto. Em casos raros, é possível mudar de entidade patronal.
  - Isto não significa que deve continuar a trabalhar para a sua entidade patronal se esta a estiver a explorar.
2. **O cartão I-94.** É um cartão branco que lhe é fornecido quando entra nos Estados Unidos. O seu cartão I-94 mostra-lhe o período de tempo autorizado a permanecer nos EUA.

**Não perca esse cartão!**

### DICA

Antes de viajar para os Estados Unidos, **faça duas cópias** de todos os documentos importantes que está a levar consigo, especialmente do seu passaporte (com o visto), contrato de trabalho e dos seus documentos de identificação e entregue um conjunto de cópias a uma pessoa de sua confiança no seu país. Ao chegar aos Estados Unidos e receber o formulário I-94, faça uma cópia para a eventualidade de perda deste formulário. Mantenha estes documentos num local seguro.

### DICA

Uma vez nos Estados Unidos, **mantenha o seu passaporte e outros documentos num local seguro e de fácil acesso para quando for preciso consultá-los!** A retenção do seu passaporte pela sua entidade patronal é contra a lei!



## DIREITOS LABORAIS NOS ESTADOS UNIDOS

Existem várias formas de protecção específica para o tipo de visto que recebeu. Segue-se uma lista das mesmas por categoria de visto.

### Visto de empregados domésticos A-3, G-5 e B-1

- Se trabalhar para um diplomata (visto A-3), um representante de uma Organização Internacional (visto G-5) ou como empregado/a doméstico/a e possui um visto B-1, a sua entidade patronal deve fazer-lhe um contrato de trabalho que esteja de acordo com a lei americana.
- O contrato deve incluir os seguintes termos:
  - Declaração da sua entidade patronal em como não lhe retém o passaporte, contrato ou qualquer outro pertence;
  - Declaração da sua entidade patronal em como irá agir em conformidade com todas as leis dos Estados Unidos da América;
  - Montante que irá receber pelo seu trabalho, e qual a regularidade desse pagamento; e
  - A descrição das suas tarefas, número de horas de trabalho por semana, feriados, faltas por doença e férias.
- Certifique-se de que compreende os termos do contrato. Se não entender o contrato, peça a alguém de sua confiança que leia o contrato numa linguagem acessível. **Não assine nada que não compreenda!**
- Quando solicitar o visto, um oficial consular americano irá, na entrevista, confirmar que o seu contrato está de acordo com as leis dos EUA. Não hesite em fazer qualquer pergunta. A sua entidade patronal não deverá estar presente durante a entrevista.
- Se assinar um contrato que viole os seus direitos ou se sua entidade patronal não cumprir o estipulado no contrato, ligue imediatamente para uma das centrais de atendimento referidas neste folheto informativo. Lá poderão ajudá-lo/a a encontrar um advogado que lhe explicará os seus direitos numa situação como estas.

### Visto de trabalho H-1B e H-1B1

- Se vai para os Estados Unidos para realizar uma actividade especializada como, por exemplo, a de modelo, por favor aceda a [www.Travel.State.gov](http://www.Travel.State.gov) para mais informações sobre os seus direitos ou as possibilidades de mudança de entidade patronal.

### Visto temporário para trabalho agrícola H-2A

- Se é um empregado agrícola temporário, deve receber, por escrito, os termos do seu contrato de trabalho no máximo até ao fim do seu primeiro dia de trabalho. Este documento deve conter informações detalhadas sobre os seus benefícios, remuneração, estadia, duração do contrato de trabalho e benefícios de transporte



que a entidade patronal lhe irá fornecer;

- Tem direito a pagamento igual ou superior ao salário estabelecido pelo governo. Esse valor aplica-se seja o pagamento feito à hora ou à peça;
- Não tem de fazer pagamentos relativos à segurança social americana ou comissões à entidade que o/a recrutou no seu país de origem;
- A sua entidade patronal deve garantir-lhe alojamento limpo e seguro sem custos adicionais.
- A sua entidade patronal deve reembolsá-lo/a dos custos de viagem do seu país de origem para o lugar de cumprimento do seu contrato de trabalho, mas só depois de ter completado metade do período do mesmo. A entidade patronal também deverá pagar os custos da viagem de regresso ao seu país de origem no fim do contrato;
- Tem garantido o direito ao trabalho por, pelo menos 3/4 do número de dias de trabalho estabelecido no contrato, salvo se for substituído por um trabalhador americano durante a primeira metade do período do contrato.

#### **Visto temporário para trabalho não-agrícola H-2B**

- Se for um empregado temporário não-agrícola, tem direito a pagamento igual ou superior ao salário mínimo determinado pelo governo federal, estadual ou local. A base de cálculo aplica-se quer à remuneração horária quer à remuneração à peça;
- A entidade patronal deve reembolsá-lo/a de todos os custos de transporte para regressar ao seu país de origem se o seu trabalho terminar ou se for demitido/a antes do final do contrato, por motivos alheios ao seu desempenho laboral;
- Em regra tem direito aos mesmos termos e condições de trabalho que os trabalhadores americanos, que exerçam a mesma função, localmente.
- Não tem de pagar comissões de recrutamento à agência de recrutamento no seu país de residência.

#### **Visto de intercâmbio J-1**

- A menos que o seu programa de intercâmbio seja patrocinado pelo governo federal, ele deve ter a duração mínima de 3 semanas. O formulário DS-2019, documento essencial para solicitar o visto J, reflecte a categoria do intercâmbio e as datas do programa. Dependendo da categoria do programa, pode haver outros documentos e/ou contratos exigidos pelo seu programa de intercâmbio;
- O anúncio da entidade patrocinadora do seu programa de intercâmbio deve ser preciso e explicar todos os custos, condições e restrições. A mesma entidade deve também dar-lhe orientações e informação sobre:
  - O programa J-1, a descrição do programa específico em que vai participar assim como as suas regras;
  - Viagem e entrada nos Estados Unidos;
  - Alojamento;

- 
- Propinas e despesas, incluindo despesas diárias, despesas com saúde e seguros;
  - Modo de vida e costumes nos Estados Unidos;
  - Recursos locais;
  - Endereço do seu patrocinador e nome e telefone de contacto da pessoa responsável por si nos Estados Unidos; e
  - Contactos do Serviço do Programa de Intercâmbio do Departamento de Estado;
  - Desdobrável do Programa de Intercâmbio do Departamento de Estado.
- Se vai iniciar um programa de trabalho de Verão e não tem um emprego pré-seleccionado, o seu patrocinador deve ajudá-lo/a a encontrar um emprego, se não o tiver encontrado na primeira semana após a sua chegada e garantir que recebe pagamentos e benefícios proporcionais aos oferecidos a funcionários americanos;
  - Se o visto J-1 é para programa de formação ou intercâmbio:
    - O patrocinador deve entrevistá-lo/a em pessoa, por telefone ou por vídeo conferência;
    - O seu patrocinador deve ter o formulário DS-7002, Plano de Colocação de Intercâmbio/Formação em ordem antes de apresentar os papéis para pedir o visto. Este formulário inclui uma declaração escrita de qualquer bolsa que receba e um resumo dos objectivos do programa.
    - O seu patrocinador deve entregar-lhe uma declaração escrita onde constem todos os custos e taxas que terá que pagar e ainda uma estimativa do custo de vida nos Estados Unidos.
    - A sua formação ou intercâmbio deve ter, no mínimo, 32 horas semanais; e
    - Se a sua formação/intercâmbio for em agricultura, as suas condições de trabalho e salários devem enquadrar-se nos requisitos federais para os trabalhadores agrícolas.
  - O seu patrocinador deverá garantir que está coberto/a por um seguro médico, embora esse não deva ser pago ou contratado por ele.
  - Se trabalhar nos Estados Unidos, deve solicitar e receber o seu número de Segurança Social e a sua entidade patronal deve informá-lo/a de todas as taxas retidas através desse número.
  - Se desejar que o seu cônjuge ou filho(a) menor o/a acompanhem, estes têm de solicitar o visto J-2. Com este visto eles podem solicitar uma autorização para trabalhar somente se fizerem prova de que o rendimento desse trabalho é essencial para o próprio sustento.

**Para mais informações sobre tipos de vistos e procedimentos para entrar nos Estados Unidos, visite o website do Departamento de Estado americano em**

**[www.travel.state.gov](http://www.travel.state.gov)**



## OS SEUS DIREITOS INDEPENDENTEMENTE DO TIPO DE VISTO:

Existem também vários **direitos que tem independentemente do estatuto do seu visto**. Se algum destes direitos for violado, pode denunciá-lo a uma agência do governo. Na maioria dos casos, pode também interpor uma acção judicial para tentar ressarcir os prejuízos, sem medo de ser punido/a.

### 1. Direito a Não Sofrer Retaliação

- É ilegal o seu empregador tentar puni-lo/a, por exemplo, com a ameaça de o/a denunciar à imigração ou à polícia se tentar fazer valer os seus direitos! Se a sua entidade patronal lhe fizer qualquer ameaça, procure ajuda imediatamente.

**Lembre-se, a sua segurança está sempre primeiro!**

### 2. O Direito à remuneração

- Tem o direito **a ser remunerado/a pelo seu trabalho, da mesma maneira que os trabalhadores americanos**.
- Tem direito a ganhar, pelo menos, o salário mínimo federal de \$6.55 por hora e \$7.25 por hora com início a partir de 24 de Julho de 2009, tal como um trabalhador americano. Confirme também:
  - O salário mínimo do **estado** onde está a trabalhar. Se o mesmo for superior, tem o direito a receber pelo valor mais alto.
  - O seu contrato de trabalho, que pode obrigar a sua entidade patronal a pagar um valor mais alto.
- A maior parte dos trabalhadores nos Estados Unidos tem direito a receber horas extraordinárias no valor equivalente a uma hora e meia por cada hora de trabalho além das 40 horas semanais. Por exemplo, se o seu salário é de 10 dólares por hora, a sua entidade patronal deverá pagar-lhe 15 dólares por cada hora que trabalhe além das 40 horas semanais.
- Se a sua entidade patronal subtrair algum valor do seu salário, isso é considerado **dedução**. Várias deduções são ilegais se diminuírem o salário pré-estabelecido. Por exemplo, uma entidade patronal normalmente não pode descontar o alojamento (para alguns tipos de visto o alojamento deverá ser garantido gratuitamente), uniformes, equipamentos de segurança e taxas de recrutamento.

### DICA

Antes de partir para os Estados Unidos, procure informações junto de organizações de trabalhadores imigrantes ou ex-trabalhadores imigrantes para obter nomes e telefone de pessoas ou organizações que possa contactar caso venha a enfrentar situações problemáticas durante sua estadia nos Estados Unidos.

### 3. Direito à Não-Discriminação

- Como empregado/a, tem direito a não ser tratado/a de forma desigual ou mal tratado/a no trabalho por razões de sexo, raça, nacionalidade, cor, religião ou deficiência.
- A sua entidade patronal deve oferecer remuneração igual por trabalho igual e oferecer a cada trabalhador iguais oportunidades de trabalho independentemente de sexo, raça, nacionalidade, cor, religião ou deficiência do empregado.
- A sua entidade patronal não o pode obrigar a falar somente inglês no trabalho a menos que uma importante razão de operacionalidade requeira o inglês.

### 4. Direitos de Mulher Trabalhadora

- A sua entidade patronal **NÃO PODE** tratá-la diferentemente ou mal por ser mulher ou por estar grávida - isto é discriminação sexual. Trate-se de mulher ou de homem, a entidade patronal **NÃO PODE** fazer assédio sexual. A sua entidade patronal não pode nunca:
  - Exigir que pratique actos sexuais;
  - Tocar em si de uma maneira sexual; ou
  - Dirigir-lhe comentários ofensivos ou de índole sexual.

#### DICA

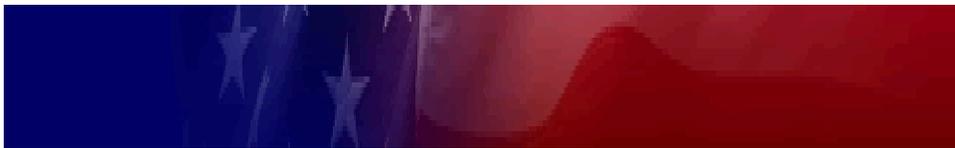
Mantenha um registo detalhado de cada comentário impróprio e/ou acto da sua entidade patronal contra si e anote os nomes e telefones de testemunhas.

### 5. Direito a um Local de Trabalho com Condições de Higiene e Segurança

- Todos os empregados têm direito a um ambiente de trabalho limpo e seguro:
  - **Alojamento:** Se a sua entidade patronal lhe fornece alojamento, este deve ser limpo, seguro e em boas condições.
  - **Casas de banho:** As casas de banho devem ser limpas e acessíveis.
  - **Água Potável:** Se trabalha na agricultura, na maioria dos casos, tem direito a receber água limpa para beber e lavar as mãos.
  - **Doença ou Acidente de Trabalho:** Se ficar ferido ou doente no trabalho deve procurar tratamento médico. Na maioria dos casos, receberá tratamento médico gratuito e parte do pagamento referente ao período em que está doente.
- Se estiver exposto a **pesticidas ou produtos químicos perigosos:**
  - tem o direito de lavar as mãos com água limpa depois de lidar com pesticidas/produtos químicos. Tem direito a receber formação sobre como manuseá-los com segurança durante os primeiros cinco dias de trabalho.
  - A sua entidade patronal deve informá-lo/a onde e quando foram os pesticidas aplicados para evitar exposição ou contaminação. Trabalhadores e outros não devem estar na

#### ATENÇÃO!

A sua entidade patronal não pode, através da retenção do salário, forçá-lo/a a fazer coisas ou ir a lugares, mesmo que seja regressar ao seu país de origem.



área onde os pesticidas estão a ser aplicados.

- Se mistura ou aplica pesticidas que requerem o uso de equipamentos de protecção (como capas, máscara ou respirador), cabe à sua entidade patronal fornecê-los limpos e em boas condições de uso.
- **Emergências Médicas:** Em caso de emergência, ligue para o 911 e solicite uma ambulância.
  - Despesas desta natureza podem ser da responsabilidade da sua entidade patronal, logo deve avisá-la assim que possível para que trate da documentação necessária.
  - Peça cópias do seu relatório médico ao médico ou clínica onde se deslocar.

## 6. Direito a Inscrever-se num Sindicato e à Negociação Colectiva

- Com poucas excepções, todos os trabalhadores nos Estados Unidos têm o direito de formar e filiar-se num sindicato, independentemente da sua condição de imigrante perante a lei federal. A entidade patronal não o/a pode processar por isso. Quer isto dizer que pode:
  - Unir-se a outros trabalhadores para reivindicar melhores salários e condições de trabalho;
  - Comparecer a intervenções públicas, comícios e manifestações; e
  - Filial-se em sindicatos ou outras organizações laborais.

## 7. Direito a Mais Protecção pelas Leis Estaduais

- Ligue para os números de atendimento referenciados neste folheto informativo para uma consulta às organizações que o podem esclarecer sobre os seus direitos no estado onde está a trabalhar.

## 8. Direito a Libertar-se de Uma Situação laboral Abusiva

- Não deve permanecer num emprego em que é vítima de abuso pela entidade patronal.
- Mas, se vem para os Estados Unidos com um visto de trabalho e abandonar o seu emprego, o seu visto perderá a validade. No entanto, e dependendo do tipo de visto que possui, poderá mudar a categoria do visto ou de entidade patronal. Também poderá permanecer nos Estados Unidos legalmente para apresentar iniciar um procedimento legal.
- Também pode apresentar queixa formal ou entrar com um processo contra a sua entidade patronal enquanto estiver a trabalhar. Há penas severas para a entidade patronal que castiga os trabalhadores por lutarem pelos seus direitos;
- Se está com problemas com a sua entidade patronal actual, ligue para os telefones deste folheto informativo. Poderão indicar-lhe uma organização local que lhe fale das opções que tem.

### DICA

Mantenha um registo detalhado de cada comentário impróprio e/ou acto da sua entidade patronal contra si e anote os nomes e telefones de testemunhas.



## Tráfico de Pessoas

### 1. O que é o tráfico de pessoas?

O tráfico de pessoas está entre os mais terríveis abusos no local de trabalho que um indivíduo nos Estados Unidos pode sofrer e dá-se quando a pessoa é recrutada, levada ou presa contra a sua vontade com o propósito de exploração. Para uma definição completa de **tráfico de pessoas**, por favor, aceda (veja *Legislation - Trafficking Victims Protection Act.*). Seguem alguns sinais de alerta que podem identificar este delito:

#### Ameaças e medo:

A entidade patronal e seus colaboradores podem recorrer a ameaças ou outros actos de intimidação para impedir que, por medo, os trabalhadores tentem fugir ou deixar o emprego. Por exemplo:

- Espancamento, violência física ou abuso sexual;
- Ameaça de espancamento, violência física ou abuso sexual;
- Retenção doo trabalhador num espaço fechado ou com movimentos coartados;
- Ameaça de agressão ao trabalhador ou sua família se os mesmos tentarem partir, apresentar queixas de maus tratos, denunciar a situação às autoridades ou procurar ajuda;
- Ameaça de deportação, prisão ou entrega à polícia por tentar deixar o emprego, reclamar, denunciar ou procurar ajuda;
- A entidade patronal ou seus colaboradores agrediu ou ameaçou outros trabalhadores que tentaram deixar o emprego, apresentaram queixa, denunciaram ou procuraram ajuda; ou ainda, ameaçar que caso qualquer trabalhador tente fugir será encontrado e trazido de volta.

#### Regras e controlo:

A entidade patronal e seus colaboradores podem fazer uso de regras e formas de controlo para impedir que os empregados abandonem o trabalho, apresentem queixa por maus tratos ou procurem ajuda. Por exemplo:

- Regulamentos contra abandono do local de trabalho ou regras específicas sobre os lugares onde o trabalhador pode ir quando não está a trabalhar;
- Regras que impeçam que tenha em sua posse o seu passaporte, visto, certidão de nascimento ou outros documentos de identidade;
- O não fornecimento de alimentação adequada, repouso ou cuidados médicos; ou
- Impedir ou limitar que comunique livremente com sua família, outros trabalhadores, ou outras pessoas fora do local de trabalho.

#### Fraudes e Mentiras:



A entidade patronal e seus colaboradores podem, também, fazer uso de fraudes e mentiras. Por exemplo:

- Falsas promessas sobre condições de trabalho, moradas ou pagamento;
- Dizer-lhe que não tem direitos;
- Dizer que as pessoas a quem pedir ajuda não acreditarão em si; e
- Levá-lo/a a mentir sobre a identidade do empregador.

## 2. O que devo fazer se estas coisas me acontecerem?

- Se alguma dessas coisas lhe acontecer ou se se encontrar numa situação perigosa, **procure ajuda imediatamente** ligando para o 911, para o Centro de Nacional de Informação sobre Tráfico de Pessoas (1-888-373-7888) ou para a Linha de Denúncia de Tráfico de Pessoas e Exploração de Trabalhadores (1-888-428-7581). Lá poderão indicar-lhe uma organização na área onde se encontra que ajude vítimas de tráfico de pessoas.
- Se a sua integridade física se encontrar ameaçada, deve ligar para o **911** e falar com a polícia. Ao entrar em contacto com a polícia, mostre-lhe este folheto informativo e relate o tipo de abuso que está a sofrer.

## 3. Serei deportado/a se denunciar abusos?

Existem programas para proteger as pessoas que denunciam abusos. Não deve ter medo de procurar ajuda mesmo que tenha receios com a imigração. Deverá contactar um advogado de imigração que não preste serviços à sua entidade patronal. Na Linha de Denúncia de Tráfico de Pessoas e Exploração de Trabalhadores podem ajudá-lo/a a encontrar alguém que o/a possa aconselhar.

- If you believe you may be a victim of human trafficking or of another serious crime, including rape or sexual assault, you may be entitled to a different nonimmigrant visa, like a T visa (for trafficking victims) or a U visa (for victims of other serious crimes). These visas were created to provide protection for certain crime victims worried about their immigration status. Many people are unfamiliar with these visas and you may need to tell people assisting you about them.

## 4. Quais os serviços disponíveis para as vítimas de tráfico de pessoas?

- Se for vítima de tráfico nos Estados Unidos, poderá ter direito a receber benefícios, serviços e outros cuidados especiais de programas federais ou estaduais do serviço de Imigração.
- Muitas organizações podem ajudá-lo/a a aceder a estes serviços que incluem cuidados médicos, cuidados com a saúde mental, alojamento, dentista, aconselhamento legal para assuntos de imigração e outras necessidades legais, assistência laboral e benefício social.

### DICA

Antes de viajar para os Estados Unidos, **faça duas cópias** de todos os documentos importantes que está a levar consigo, especialmente do seu passaporte (com o visto), contrato de trabalho e dos seus documentos de identificação e entregue um conjunto de cópias a uma pessoa de sua confiança no seu país. Ao chegar aos Estados Unidos e receber o formulário I-94, faça uma cópia para a eventualidade de perda deste formulário. Mantenha estes documentos num local seguro.



## Conheça os seus direitos

Ligue para um dos números que vêm na lista deste folheto se precisar de ajuda

Está a receber esta informação porque solicitou um visto de não-imigrante para trabalhar temporariamente ou estudar nos Estados Unidos. O objectivo desta publicação é ajudar a entender os direitos que tem quando chegar aos Estados Unidos. Embora vá residir temporariamente, terá ainda assim muitos dos direitos laborais básicos que os cidadãos e residentes americanos têm.

Este folheto dá uma ideia geral dos seus direitos no local de trabalho. Entendê-los irá ajudá-lo/a a proteger-se de abusos. Mantenha este folheto consigo nos Estados Unidos para o caso de precisar de pedir ajuda.

Este folheto também pretende informar sobre o que fazer para se proteger contra abusos tão sérios como o tráfico de pessoas, que é uma forma moderna de escravidão onde a entidade patronal ou outra pessoa, por meio de abuso físico ou psicológico, incute no indivíduo o sentimento de que ele não é livre para deixar esta situação. **Reconhecer que está a ser vítima de abuso no seu emprego é o primeiro passo para receber ajuda.**

Se chegar aos Estados Unidos e tiver problemas no trabalho, deve procurar ajuda imediatamente. Não acredite na sua entidade patronal se lhe disserem que não tem direitos nos EUA. Não aceite orientação legal da sua entidade patronal, contratante ou recrutador. Somente um advogado que o represente pode fornecer-lhe aconselhamento legal.

Se acha que os seus direitos estão a ser violados, pode utilizar os números de organizações que constam deste folheto e que lhe podem prestar assistência. **Não tenha medo de entrar em contacto com essas organizações! Elas existem para ajudá-lo/a!**

Este folheto informativo não é um substituto para um aconselhamento legal. Existem muitos tipos de visto de trabalho temporário e de estudo, e não deve ter medo de solicitar mais informações sobre o seu visto.

**SE OS SEUS DIREITOS FOREM VIOLADOS, LIGUE GRATUITAMENTE  
PARA UM DESTES NÚMEROS:**

**Centro Nacional de Informação sobre Tráfico de Pessoas**

**1-888-373-7888**

(24 horas)

**Denúncia da Força Tarefa para o Tráfico de Pessoas e Exploração do Trabalhador**

**1-888-428-7581**

(Segunda à sexta, das 9:00 às 17:00 – horário da costa leste)