



**OH COW**

Occupational Health Clinics  
for Ontario Workers Inc.

# Los empleadores -y supervisores - tienen que proteger tu salud y seguridad

Es ilegal si ellos te sancionan, despiden o toman represalias en tu contra, de algún modo por:



Expresarte/  
hablar  
para defenderte



Participar  
en actividades  
referentes a salud y  
seguridad en el trabajo



Negarte  
a realizar trabajos  
peligrosos

He aquí cómo obtener ayuda





Si crees que esto te ha pasado, o te preocupa, que te pueda pasar consigue ayuda de

### Clínica Local de Asistencia Legal

Encuentra la más cercana a ti:

**1-800-668-8258**

Pide hablar con alguien en tu idioma

[www.legalaid.on.ca/legal-clinics/](http://www.legalaid.on.ca/legal-clinics/)

---

Los **grupos comunitarios** también pueden ayudarte:

---

---

---



**OHCO**

Occupational Health Clinics  
for Ontario Workers Inc.

Correo electrónico: [mfw@ohcow.on.ca](mailto:mfw@ohcow.on.ca)

Sitio web: [www.ohcow.on.ca](http://www.ohcow.on.ca)