

**Item Number: PSK02**

**Item Size: 4" X 10.25"**

**Imprint Area: imprint area varies around knob cut out - see guides**

**BLEED AREA**

Art intended to print to the edge must extend 3/32" outside die cut line.

**DIE CUT**

Actual item size

**IMPRINT AREA**

Art not intended to print to the edge must remain 3/32" inside die cut line.



**HUMIHINGI  
NG PRIVACY**



**Nagpapasuso o  
nagpipiga ng gatas**

Pambansang Linya ng Tulong para sa Pagpapasuso  
**1-800-994-9662**  
(wikang Ingles at Spanish)



DOH 140-095 February 2022 Tagalog  
Upang hilingin ang dokumentong ito sa ibang format, tumawag sa  
1-800-525-0127. Para sa mga kostumer na bingi o nahihirapang  
makarinig, mangyaring tumawag sa 711 (Washington Relay) o  
mag-email sa [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).



**Item Number: PSK02**

**Item Size: 4" X 10.25"**

**Imprint Area: imprint area varies around knob cut out - see guides**

**BLEED AREA**

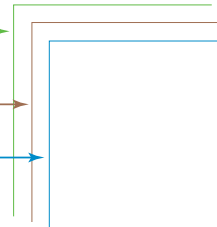
Art intended to print to the edge must extend 3/32" outside die cut line.

**DIE CUT**

Actual item size

**IMPRINT AREA**

Art not intended to print to the edge must remain 3/32" inside die cut line.



## Sinusuportahan ng Washington ang Pagpapasuso at Pagpapainom ng Gatas sa Dibdib.

### Legal na pinoprotektahan ang iyong mga karapatang magpiga at maglabas ng gatas.

Ang Revised Code of Washington (Binagong Kodigo ng Washington) 43.10.005 at Federal Fair Labor Standards Act (Pederal na Batas sa mga Pamantayan ng Patas na Paggawa) Seksyon 7 ay nag-aatas sa mga employer na maglaan ng:

- Maluwag na iskedyul upang makapagpiga, makapunta sa mga medikal na appointment, at magkaroon ng mga makatuwirang akomodasyon
- Maginhawang lokasyon para sa pagpapalabas ng gatas, na hindi sa banyo, at espasyo kung saan ito ligtas na maitatabi

Kapag ikaw ay nagpapasuso o nagpapainom ng gatas sa dibdib, namumuhunan ka para sa sarili mo at sa kinabukasan ng iyong sanggol. Ang gatas mo ay nagbibigay sa iyong sanggol ng malusog na simulaing tatagal habambuhay at nagkakaloob ito sa iyo ng maraming benepisyo sa kalusugan.

Pumunta sa [doh.wa.gov/pumpbreak](https://doh.wa.gov/pumpbreak) upang malaman pa ang tungkol sa:

- Mga dulugan para sa mga employer at empleyado
- May Bayad na Leave para sa Pamilya at Medikal na Kadahilanan at kagamitan na saklaw ng Affordable Care Act (Batas sa Abot-kayang Pangangalaga)

