# हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्

**सल्लाह, सहयोग** वा कुनै समस्या **रिपोर्ट** गर्नको लागि हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

हाम्रो **नि:शुल्क**, गोप्य हेल्पलाइनमा कल गर्नुहोस्:

**0800 432 0804**

इमेल: **contact@gla.gov.uk**

जानकारीको लागि र मुद्दाहरू रिपोर्ट गर्न
**www.gla.gov.uk**

**आपतकालीन अवस्थामा**, यदि जीवनको खतरा छ, वा हिंसाको प्रयोग वा धम्की दिइएको छ भने, **999 प्रयोग गरेर पुलिसलाई** कल गर्नुहोस्।

The Gangmasters and Labour Abuse Authority
Loxley House, Station Street, Nottingham, NG2 3NG

# संकेतहरू पत्ता लगाउनुहोस्

यस्ता धेरै लक्षणहरू छन् जसले संकेत गर्न सक्छ कि कसैलाई शोषण वा नियन्त्रण गरिएको छ।

यी समावेश हुन सक्छ:

- कामको लागि थोरै तलब प्राप्त गर्नु वा कुनै पनि हरू प्राप्त नगर्नु
- बिना बिदा लामो समय सम्म काम गर्न बाध्य हुनु,
- पासपोर्ट, परिचय पत्र वा पैसा नभएको
- स्वतन्त्र रूपमा सञ्चार गर्न असमर्थ हुनु
- निम्नस्तरको आवासमा बस्ने
- उपचार नगरिएको चोटपटक हुनु
- यातायात वा अवांछित सेवाहरूको लागि ऋण उठाउने
- काम, यात्रा र आवासको लागी रोजगारदातामा निर्भर हुनु

तपाईंले **www.gla.gov.uk** मा श्रम शोषणका संकेतहरू कसरी पत्ता लगाउने भन्ने बारे थप जान्न सक्नु हुन्छ।

यदि तपाईंसँग कामदारको शोषणको कुनै चासो वा शंका छ भने वा तपाईंले आफूले पाउनु पर्ने तलब र सर्तहरू प्राप्त गरि रहनु भएको छैन भने कृपया ढिलो नगरी हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

रोजगार अधिकारको बारेमा सल्लाहको लागि, आफ्नो स्थानीय नागरिक सल्लाह ब्यूरो वा **ACAS** लाई **0300 123 1100** मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

# GLAA को बारेमा

ग्याङमास्टर्स र श्रम दुरुपयोग प्राधिकरण (GLAA) कामदारहरूलाई शोषणबाट जोगाउन स्थापना गरिएको संस्था हो। हामी साझेदार संस्थाहरूसँग सचेतना जगाउन, शोषण रोक्न र यूके भरि बिना इजाजतपत्र र गैरकानूनी गतिविधिहरूको अनुसन्धान गर्न काम गर्छौं।

हामी कामदारहरूलाई निष्पक्ष र कानुनी रूपमा व्यवहार गरिएको जाँच गर्छौं। हामी जबरजस्ती श्रम र मानव तस्करी आधुनिक दासत्व अपराधहरू मार्फत ज्यालाको कम भुक्तानी जस्ता श्रम दुरुपयोग मुद्दाहरूको अनुसन्धान गर्छौं।

हाम्रो इजाजतपत्र योजनाले नयाँ उत्पादन र बागवानी क्षेत्रहरूमा कामदारहरू आपूर्ति गर्ने व्यवसायहरूलाई नियमन गर्दछ ताकि उनीहरूले कानून द्वारा आवश्यक रोजगारी मापदण्डहरू पूरा गर्न सुनिश्चित गर्न सकुन्। यसमा कृषि, बागवानी, शेलफिश जम्मा पार्नै र सबै सम्बन्धित प्रशोधन र प्याकेजिङ समावेश छ।

यी क्षेत्रहरूमा रहेका सबै 'ग्याङ्मास्टरहरू' (कम्पनीहरू वा कामदारहरू आपूर्ति गर्ने व्यक्तिहरू) सँग GLAA लाइसेन्स हुनु पर्छ र इजाजतपत्र मापदण्डहरूको पालना गर्नु पर्छ। यी क्षेत्रमा इजाजत नलिई काम गर्नु वा कामदार आपूर्ति गर्न इजाजतपत्र नभएको ग्याङ्मास्टर प्रयोग गर्नु कानुनि अपराध हो।

# कामदारको अधिकारहरू

## यूके कानूनद्वारा कामदारको रूपमा तपाईंको अधिकारहरू सुरक्षित छ।

केही अधिकारहरू तपाईंले जागिर पाउने बित्तिकै लागू हुन्छन्, अरू तपाईंले कति समय काम गर्नु हुन्छ भन्ने कुरामा निर्भर हुन्छ। यो पुस्तिकाले तपाईंले आफ्नो रोजगारदाताबाट के अपेक्षा गर्नु पर्छ भनेर बताउँछ। **यी तपाईंको कानूनी अधिकारहरु हो।**

Gangmasters &
Labour Abuse Authority

Nepali

# तपाईंको रोजगार अधिकारहरू

## राष्ट्रिय न्यूनतम पारिश्रमिक

यदि तपाईं स्थायी जागिरमा हुनु हुन्छ, छोटो अवधिको करारमा हुनु हुन्छ वा एजेन्सीको लागि काम गर्दै हुनु हुन्छ भने, तपाईंको राष्ट्रिय न्यूनतम पारिश्रमिक (NMW) वा राष्ट्रिय जीवन पारिश्रमिक (NLW) प्राप्त गर्नु पर्छ उमेरको आधारमा।

यदि तपाईं 'पीस वर्क' तलबमा हुनु हुन्छ (तपाईंले पूरा गर्नु भएका वस्तुहरूको संख्या, प्याक वा छनौट) तपाईं अझै पनि प्रति घण्टा कम्तिमा सान्दर्भिक न्यूनतम ज्याला कमाउनु पर्छ।

स्व-रोजगार र स्वैच्छिक कामदारहरू सहित केही अपवादहरू छन्। थप जान्नको लागि, **www.gov.uk** मा जानुहोस् र '**NMW**' खोज्नुहोस्।

## एक वस्तुगत भुक्तानी विवरण

तपाईंलाई तलब दिएको दिनमा तपाईंले भुक्तानी विवरण प्राप्त गर्नु पर्छ, जसले तपाईंको कुल तलब र तपाईंको शुद्ध (घरमा लैजाने) भुक्तानी देखाउँछ। यसले तपाईंको भुक्तानीबाट लिइएको कुनै पनि कटौतीको रकम र कारण देखाउनु पर्दछ। तपाईंलाई भुक्तानी गर्दा प्रत्येक पटक परिवर्तन हुने कटौतीहरू, जस्तै कर र राष्ट्रिय बीमा, प्रत्येक भुक्तानी विवरणमा सूचीबद्ध हुनु पर्छ। तपाईंले बाँकी रहेको कुनै पनि बिदा वा बिरामी भुक्तानी लगायत आफ्नो सहमति अनुसारको भुक्तानी समयमै प्राप्त गर्नु पर्छ।

## कामको घण्टाहरू

तपाईंले कुनै पनि ओभरटाइम सहित हप्ताको 48 घण्टाहरू भन्दा बढी काम गर्नु पर्दैन, जब सम्म तपाईंले त्यसो गर्न रोज्नु भएको छैन।

तपाईं प्रति हप्ता कम्तिमा एक दिन, वा प्रत्येक दुई हप्ताहरूमा दुई दिन बिदाको हकदार हुनु हुन्छ। यदि तपाईं दिनमा छ घण्टाहरू भन्दा बढी काम गर्नु हुन्छ भने, तपाईंले कम्तिमा 20 मिनेटहरूको विश्राम ब्रेक गर्नु पर्छ।

## बार्षिक बिदा

तपाईं कानून द्वारा तपाईंको कामको पहिलो दिन देखि सुरु गरी वर्षको न्यूनतम सशुल्क बिदाको हकदार हुनु हुन्छ। यसमा अंशकालिक, शून्य घण्टा र निश्चित अवधिको करार कामदारहरू समावेश छन्।

तपाईंले प्राप्त गर्ने छुट्टीको मात्रा तपाईंले काम गर्ने दिन वा घण्टाहरूमा निर्भर गर्दछ। यो तपाईंको सामान्य कार्य घण्टाहरू (अंशकालिक कामदारहरूको लागि प्रो राटा) मा आधारित छ, जुन तपाईंले आफ्नो रोजगारदाताको लागि काम गर्ने समयमा आर्जित हुन्छ, र तपाईंको सामान्य कार्य दरमा भुक्तान हुनु पर्छ।

जब तपाईं आफ्नो काम छोड्नु हुन्छ, तपाईंलाई पाउनु हुने बाँकी रहेको कुनै पनि छुट्टी तपाईंलाई भुक्तान गर्नु पर्छ। यदि तपाईंको रोजगारदाताले तपाईंलाई कुनै बिदा लिन अनुमति दिदैन वा तपाईंलाई छुट्टीको भुक्तानी गर्नु पर्ने छ भने, तपाईं पैसा फिर्ता दावी गर्न मार्गदर्शनको लागि Acas हेल्पलाइन वा नागरिक सल्लाहमा सम्पर्क गर्न सक्नु हुन्छ। **www.gov.uk** मा **'भुक्तानी र कामको अधिकारहरू'** बारे थप जान्नुहोस्।

## ज्यालाहरूको कटौतीहरू

तपाईंको नियोक्ताले तपाईंको तलबबाट केही कटौती मात्र गर्न सक्छ र ती तपाईंको पारिश्रमिक विवरणमा सूचीबद्ध हुनु पर्छ।

तपाईंले सधैं कटौती पछि देखाइएको 'कुल रकम' प्राप्त गर्नु पर्छ। केही कटौतीहरू वैधानिक छन्, जस्तै कर र राष्ट्रिय बीमा, अन्य तपाईंले स्वीकार गर्नु भएको हुन सक्छ, जस्तै आवास वा यातायात शुल्कहरू।

सम्झौताहरूमा केही कटौतीहरू कानूनी नहुन सक्छ। आवासको लागि सीमित रकम बाहेक, तपाईंले सहमति जनाउनु भएको कटौतीहरूले पनि न्यूनतम ज्याला भन्दा कम तलब लिनु हुँदैन। यदि तपाईं निश्चित हुनु हुन्न भने, कृपया हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

## बिरामी तलब

यदि तपाईं बिरामी हुनु हुन्छ र काम गर्न सक्नु हुन्न भने तपाईंले कुन भुक्तानी प्राप्त गर्नु हुन्छ भनेर तपाईंको सम्झौतामा उल्लेख हुनु पर्छ। तपाईंले युकेमा पाउने न्यूनतम रकम वैधानिक बिरामी तलब (SSP) हो। यो लागू हुन्छ जब तपाईं लगातार चार दिन वा बढी कामबाट टाढा हुनु हुन्छ। तपाईंको सम्झौताले तपाईंलाई अन्य परिस्थितिहरूमा अतिरिक्त तलब वा लाभहरू दिन सक्छ।

## स्वास्थ्य एवं सुरक्षा

तपाईंको रोजगारदातासँग काममा तपाईंको स्वास्थ्य र सुरक्षाको लागि कानूनी जिम्मेवारी छ। तपाईंले जानकारी, प्रशिक्षण, सुरक्षात्मक कपडा र कुनै पनि आवश्यक प्रतिस्थापनहरू नि:शुल्क प्राप्त गर्नु पर्छ, जहाँ उपयुक्त हुन्छ।

## नियमहरू र सर्तहरू

तपाईंले काम सुरु गर्दा तपाईंले आफ्नो रोजगारीको मुख्य अवस्थाहरू बताउने कागजात प्राप्त गर्नु पर्छ। यस कागजातमा एउटा 'प्रमुख विवरण' समावेश छ जुन तपाईंलाई तपाईंको कामको पहिलो दिनमा दिनु पर्छ र निम्न समावेश गर्नु पर्छ:

- तपाईंको नाम
- तपाईंको रोजगारदाताको नाम र ठेगाना
- कामको शीर्षक वा कामको विवरण र सुरु मिति
- काम गर्ने ठाउँ, जसमा सबै स्थानहरू समावेश हुनु पर्छ
- तपाईंलाई कति र कति पटक भुक्तानी गरिनेछ
- काम गर्ने घण्टा र दिनहरू, र यदि तिनीहरू फरक हुनेछन् भने
- छुट्टीको अधिकार (सार्वजनिक बिदा सहित)
- जागिर कति लामो रहने अपेक्षा गरिएको छ
- परिक्षण अवधिको लम्बाइ र सर्तहरू
- अनिवार्य प्रशिक्षण
- कुनै पनि अन्य लाभहरू (लंच, बाल हेरचाह भाउचरहरु)

तपाईंको कामको पहिलो दिन तपाईंको रोजगारदाताले तपाईंलाई निम्न बारे बताउनु पर्छ:

- बिरामी भुक्तानी र प्रक्रियाहरू
- अन्य भुक्तान बिदा
- सूचना अवधिहरू

तपाईंले काम सुरु गरेको दुई महिना भित्र थप जानकारी सहितको फराकिलो लिखित विवरण प्राप्त गर्नु पर्छ।