Australian Red Cross

redcross.org.au/workrighthub

ख़ुद को शोषण से बचाना

नौकरी ढूँढते समय ध्यान रखने योग्य बातें

- [ ] अपने निर्णय पर भरोसा रखें। यदि कोई स्थिति या व्यक्ति आपको असहज करता है, तो उस भावना पर विश्वास करें।
- [ ] जब आप किसी संभावित नियोक्ता से पहली बार मिल रहे हों तो किसी को अपने साथ ले जाएं।
- [ ] सुनिश्चित करें कि आपके किसी भरोसेमंद व्यक्ति को यह मालूम हो कि आप कहाँ हैं, विशेषकर यदि आप किसी दूरस्थ कार्य-स्थल पर जाने वाले हों तो।
- [ ] यदि आपको लगता है कि आप ख़तरे में हैं या कोई व्यक्ति/स्थिति संदिग्ध है, तो इस बारे में किसी विश्वसनीय मित्र/रिश्तेदार को बताएँ।
- [ ] सभी महत्वपूर्ण व्यक्तिगत दस्तावेज, और पहचान (आइडेंटिफिकेशन) हमेशा अपने पास रखें।
- [ ] महत्वपूर्ण नंबरों को अपने फोन में रखें, इनमें किसी ऐसे व्यक्ति का नंबर भी होना चाहिए जिनसे संपर्क करना आपको ठीक लगे यदि आप मुसीबत में हों तो।
- [ ] अपना फोन, अपने बैंक खाते तक पहुँच (एक्सस), और कोई भी दवा जिसकी आपको हर समय आवश्यकता हो, अपने पास रखें।
- [ ] अगर आपको लगता है कि आप तत्काल ख़तरे में हो सकते हैं या आप किसी आपात-स्थिति का सामना कर रहे हैं, तो 000 पर फ़ोन करें।

कोई नई नौकरी शुरु करते समय ध्यान रखने योग्य बातें

- [ ] **सुनिश्चित करें कि आपकी वीज़ा की शर्तें आपको काम करने की, और आपने जिस तरह का और जितने घंटे काम करने के लिए सहमति दी है, उसकी अनुमति देती हैं।** यदि आपको इस बारे में पक्का मालूम नहीं है, तो आपको क़ानूनी सलाह लेनी चाहिए।
- [ ] **नौकरी के बारे में जानकारी माँगे, जिसमें पद, काम, काम के घंटे, और काम-काज की परिस्थितियों के बारे में भी जानकारी शामिल हो।**
- [ ] **उन पदों के बारे में सावधानी बरतें जिनमें खराब काम-काजी परिस्थितियाँ शामिल हैं, उदाहरण के लिए:**
  - प्रति घंटा न्यूनतम मजदूरी दर से कम भुगतान किया जा रहा है। 1 जुलाई 2022 से, राष्ट्रीय न्यूनतम वेतन $21.38 प्रति घंटा या $812.60 प्रति सप्ताह है। यह हर साल बढ़ता है।
  - नौकरी सुरक्षित करने के लिए अवैतनिक प्रशिक्षण पूरा करने की आवश्यकता होना या परीक्षण/परिवीक्षा (प्रोबेशन) अवधि के दौरान वेतन नहीं दिया जा रहा है।
  - काम पर धमकाया जा रहा है या भेदभाव किया जा रहा है
  - नियोक्ता द्वारा आपके वेतन में से बड़ी रकम लिए जाने के बारे में आपसे सहमति माँगी जा रही है

Australian Red Cross

redcross.org.au/workrighthub

- आपको ज़्यादा घंटों तक या आपका वीज़ा जितने घंटे काम करने की अनुमति देता है उससे ज़्यादा घंटे काम करने की आवश्यकता है
- असुरक्षित कार्य वातावरण में काम करने या खतरनाक काम करने की आवश्यकता है
- काम पर जाने या वहाँ से आने की आपकी गतिविधियों की निगरानी की जा रही है या उन पर नियंत्रण रखा जा रहा है
- कार्य-स्थल पर या नियोक्ता द्वारा प्रदान किए गए आवास में सोना आवश्यक है।

☐ **सुनिश्चित करें कि आप उस व्यक्ति या व्यवसाय का कानूनी नाम जानते हैं जिसके लिए आप काम करेंगे या मिलेंगे** कर उद्देश्यों के लिए व्यवसायों के पास आमतौर पर ऑस्ट्रेलियाई बिजनेस नंबर (एबीएन) [Australian Business Number (ABN)] भी होता है। यदि वे अपना नाम या ABN प्रदान करने के इच्छुक नहीं हैं, तो सावधानी से आगे बढ़ें।

☐ **काम शुरू करने से पहले यह मालूम कर लें कि वह व्यवसाय कानूनी रूप से पंजीकृत है:**

- आप यह मालूम करने के लिए सर्च (खोज) कर सकते हैं कि क्या वह व्यवसाय ऑस्ट्रेलियाई प्रतिभूति और निवेश आयोग (ASIC) [Australian Securities & Investments Commission (ASIC)] रजिस्टर में पंजीकृत व्यवसाय है
- किसी नियोक्ता के कानूनी नाम और व्यवसाय के प्रकार की पहचान करने के लिए आप ABN लुकअप पर ABN द्वारा खोज सकते हैं।

☐ **नियोक्ता से पहली बार मिलते समय ध्यान रखें:**

- अकेले जाने के बजाय किसी को अपने साथ ले जाने के बारे में सोचें
- किसी ऐसे माहौल में मिलने की कोशिश करें जहां अन्य लोग आस-पास हों, या किसी सार्वजनिक स्थान पर मिलने की कोशिश करें
- अपनेके किसी भरोसेमंद व्यक्ति को यह बताएँ कि आप कहाँ जा रहे हैं, आप किससे मिलने जा रहे हैं और आप किस समय लौटने की उम्मीद करते हैं।

☐ **सुनिश्चित करें कि आप अपनी व्यक्तिगत जानकारी (जैसे आपके घर का पता) या व्यक्तिगत पहचान दस्तावेज़ों की प्रतियाँ (जैसे आपका पासपोर्ट) प्रदान करने से पहले सहज (कम्फर्टेबल) महसूस करें।**
आपको अपने मूल दस्तावेजों को हमेशा अपने पास रखना चाहिए।

☐ **काम शुरू करने से पहले, यह सुनिश्चित करें कि आपके काम-काज से संबंधित व्यवस्था के बारे में आपके और नियोक्ता के बीच चर्चा और सहमति हो चुकी है।**
उदाहरण के लिए:

- रोजगार के लिखित अनुबंध की एक प्रति मांगकर और रख कर
- यह सुनिश्चित करके कि आपको जिस अनुबंध पर हस्ताक्षर करने के लिए कहा जा सकता हे उसे आपने पढ़ और समझ लिया है
- जहाँ कोई लिखित अनुबंध प्रदान नहीं किया गया है, इसके बारे में अपना खुद का रिकॉर्ड रखें कि आपने और नियोक्ता ने आपके काम के बारे में क्या चर्चा की है और क्या सहमति हुई है।

☐ **अपने काम का रिकॉर्ड रखें, ताकि आपके पास अपने अनुभवों को साबित करने के लिए चीजें हों, इनमें शामिल हैं:**

- अपने काम के घंटों को रिकॉर्ड करना और उन पर निगाह रखना
- अपनी कार्य व्यवस्थाओं के बारे में महत्वपूर्ण दस्तावेजों की प्रतियाँ रखना
- अपनी काम करने की परिस्थितियों का रिकॉर्ड या सबूत रखना
- यह जाँच करना कि आपकी पे-स्लिप (वेतन पर्ची) में दी गई राशि, आपके द्वारा काम किए गए घंटों से मेल खाती है। प्रत्येक नियोक्ता को अपने कर्मचारियों को नियमित पे-स्लिप (वेतन पर्ची) देना आवश्यक है।

This Modern Slavery Grant activity received grant funding from the Australian Government.