विश्रामको समय र बिदा

・म पर्याप्त विश्राम गर्न पाउँदिनँ।
・म बिदाको दिन काममा गएँ तर मलाई अतिरिक्त दरको पारिश्रमिक भुक्तानी गरिएन।

---

1. विश्रामको समय

रोजगारदाताले काम गर्ने समय 6 घण्टा भन्दा बढी भएको खण्डमा कम्तिमा 45 मिनेट र 8 घण्टा भन्दा बढी भएको खण्डमा कम्तिमा 1 घण्टा को विश्रामको समय काम गर्ने समयको बीचमा दिनुपर्ने भनेर तोकिएको छ। (विभाजन गरेर दिन पनि सकिन्छ।) सामान्यतया विश्रामको समय बिना तलबको हुन्छ। विश्रामको समय भनेको विश्रामको लागि कामबाट पूर्ण रूपमा मुक्त हुने समय हो। सामान्यतया कामदारलाई स्वतन्त्र रूपमा नछोडीकन हुँदैन। यसलाई नियन्त्रण गर्ने खण्डमा, तर्कसंगत कारण हुनुपर्छ।

लामो समय काम गरे तापनि विश्रामको समय नभएको खण्डमा कानुन उल्लङ्घनको सम्भावना हुन्छ।

2. बिदा

कानुन अनुसार 1 हप्तामा 1 दिनको बिदा अथवा 4 हप्ताको अवधिमा 4 दिन वा सोभन्दा बढी बिदा अनिवार्य गरिएको छ। यदि यस्तो बिदाको दिनमा काम गर्न आदेश दिइए तापनि, कार्य नियमावली आदिमा बिदाको दिनमा कामको आदेश दिन सक्ने नियम उल्लेख नगरिएको खण्डमा वा कानुनद्वारा तोकिएको बिदाबारे सम्झौता नभएको खण्डमा त्यसलाई अस्वीकार गर्न सकिन्छ। हप्तामा 1 दिन पनि बिदा नलिईकन काम गरेको खण्डमा, बिदाको दिनमा गरेको कामको लागि अतिरिक्त दरको पारिश्रमिक भुक्तानी गरिन्छ।

3. कम्पनीसँग कुरा गर्दा पनि प्रतिक्रिया दिइएन।

शंका लागेको कुरालाई त्यत्तिकै नछोडी, कानागावा जिल्लाको विदेशी नागरिकहरूको लागि श्रम सम्बन्धी परामर्श काउन्टरमा फोन गरी वा प्रत्यक्ष रूपमा आएर परामर्श गर्नुहोस्।

काउन्टरमा अनुवादक मार्फत समस्याको समाधानका उपायहरूबारे सल्लाह दिने, अवस्था अनुसार कम्पनीमा सम्पर्क गरी सत्य कुरा निश्चय गर्ने जस्ता कुराहरू गरी सम्बन्धित पक्षहरू आफै समाधानमा पुग्न मद्दत गरिन्छ।

पुष्टि गर्नुहोस्।

□ विश्रामको समय र बिदाबारे कार्य नियमावली आदिमा स्पष्ट रूपमा नियमहरू तोकिएका छन्?
□ ओभरटाइम समयबारे विवादहरू छन्?
□ तलबको विस्तृत विवरण पत्र, सम्झौता पत्र (नियुक्ति सूचना पत्र), कार्य नियमावली, सिफ्ट तालिका, टाइम कार्डको प्रतिलिपि, काम गरेको दिन र वास्तविक कामसँग सम्बन्धित नोट भएमा, त्यो मागको प्रमाण हुन्छ।