

# ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਅਧਿਕਾਰ





ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਨੂੰ ਬਿਜ਼ਨਸ, ਇਨੋਵੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਮੰਤਰਾਲੇ ਵਿਖੇ ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਦੁਆਰਾ, ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਨਿਰਮਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

**EMPLOYMENT  
NEW ZEALAND**



New Zealand Government

ਇਸ ਕੰਮ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਯੌਨ ਹਿੰਸਾ ਤੇ ਸਾਂਝੇ ਉੱਦਮ ਦੁਆਰਾ ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰਪਤ ਹੈ।

# ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਅਧਿਕਾਰ

1 ਅਪ੍ਰੈਲ 2019 ਤੋਂ, ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਵਿਖੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੁਰੱਖਿਆਵਾਂ ਮਿਲਣਗੀਆਂ। ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ - ਵਿਕਟਿਮਜ਼ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਐਕਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ

- › ਸਵੇਤਨ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲਓ
- › ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਕਰੋ
- › ਕੰਮ ਤੇ ਗਲਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਾਓ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਤਾਂ ਵੀ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰੀ ਸੀ।

ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਜਿਹੜੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਉਸ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਤੀ ਹਿੰਸਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਬਦਸਲੂਕੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਘਰੇਲੂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਵਜੋਂ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਸਿਰਫ ਸਰੀਰਕ ਹਿੰਸਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਕਈ ਰੂਪ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

## ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਕੀ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਸਾਥੀ, ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਦੁਆਰਾ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਫਲੈਟ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਫੇਰ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਿੰਗ ਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਅਤੇ ਉਸੇ ਹੀ ਜਾਂ ਵੱਖਰੇ-ਲਿੰਗਕ-ਜੋੜਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਵੀ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

'ਹਿੰਸਾ' ਸਰੀਰਕ, ਲਿੰਗਕ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕਾ ਜਾਂ ਡਰਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ:

- › ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਡਰਾਉਣਾ ਜਾਂ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਪਿੱਛਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣਾ
- › ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ - ਵਾਰ-ਵਾਰ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਉਦੋਂ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਉਣਾ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ

- › ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ
- › ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ
- › ਵਿੱਤੀ ਜਾਂ ਆਰਥਿਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ – ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਲੈਣਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ
- › ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ – ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੀਚਾ ਦਿਖਾਉਣਾ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਨਾਮ ਦੇਣਾ, ਦਿਮਾਗੀ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣੀਆਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਾਗਲ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋ।

ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਹੈ – ਜਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਸੀ – ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਗੁਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡਰਿਆ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਹਿੰਸਾ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ।

## ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲਈਏ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਹੁਣ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ 111 ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ – ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਾਹਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਕੀ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਮਾਹਰ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਸਹਾਇਤਾ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਣਾ ਅਕਸਰ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਵਿਚਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਈਨ

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਰਾਤ 11 ਵਜੇ ਤਕ ਖੁਲ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ

[www.areyouok.org.nz](http://www.areyouok.org.nz)

0800 456 450

ਇਹ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ 'It's not OK' ਮੁਹਿੰਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਵਿਕਾਸ ਮੰਤਰਾਲੇ (ਮਿਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ) ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਲਾਈਨ ਖੁਦ ਦੀ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉੱਥੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

### **ਵੂਮਨ'ਸ ਰੀਫਿਊਜ਼ (ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸ਼ਰਨ)**

**0800 733 843**

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ

[www.womensrefuge.org.nz](http://www.womensrefuge.org.nz)

ਵਕਾਲਤ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਸੰਕਟਕਾਲ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਪੀੜਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਲਈ ਨਿਰੰਤਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੁਆਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸੰਸਥਾ। ਵੂਮਨ'ਸ ਰੀਫਿਊਜ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

### **ਸ਼ਾਈਨ**

**0508 744 633**

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਰਾਤ 11 ਵਜੇ ਤਕ ਖੁਲ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ

[www.2shine.org.nz](http://www.2shine.org.nz)

ਇਹ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੌਜਵਾਨ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਾਲ ਸਹਾਇਤਾ, ਜਾਣਕਾਰੀ, ਮਦਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹਵਾਲੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਈਨ ਬਾਲਗ ਅਤੇ ਬਾਲ ਪੀੜਤਾਂ - ਸਾਰੇ ਲਿੰਗਾਂ - ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਈਨ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰਕ ਬਦਲਾਅ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਦਮੀਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਾਈਨ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਈਨ ਦਾ DVFREE ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੀਤੀ ਤੇ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਅਤੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

### **ਸੇਫ-ਟੂ-ਟਾਕ**

**0800 044 344**

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ

ਸੇਫ-ਟੂ-ਟਾਕ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਫਤ, ਗੁੱਪਤ ਅਤੇ ਬੇਨਾਮੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ ਜਾਂ ਵੈੱਬ ਚੈਟ ਰਾਹੀਂ ਕਿਸੇ ਸਿੱਖਿਅਤ ਮਾਹਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਨਸੀ ਨੁਕਸਾਨ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਰਾਂ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ।

## ਕੰਮ ਵਿਖੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ

ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ:

1. ਹਰ ਸਾਲ 10 ਦਿਨਾਂ ਤਕ ਦੀ ਸਵੇਤਨ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ – ਇਹ ਸਾਲਾਨਾ, ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਸੋਗ ਲਈ ਛੁੱਟੀ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਹੈ
2. ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਕਹਿਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ – ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਤਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ
3. ਕੰਮ ਤੇ ਗਲਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਾਓ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਤਾਂ ਵੀ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰੀ ਸੀ।

**ਕੀ ਕਰੀਏ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਦੇਖੋ।**

ਕੁਝ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਦੱਸੇ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ HR ਵਿਭਾਗ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕਿਹੜੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਿਹੜੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਉਸ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਤੀ ਹਿੰਸਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਬਦਸਲੂਕੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਘਰੇਲੂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### 1. ਸਵੇਤਨ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਰ ਸਾਲ 10 ਦਿਨ ਦੀ ਸਵੇਤਨ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਇਹ ਛੁੱਟੀ ਸਵੇਤਨ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣ, ਘਰ ਬਦਲਣ, ਅਦਾਲਤ ਜਾਣ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਉਸ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤਕ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ।

ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਲਗਾਤਾਰ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ 'ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਘੰਟੇ' ('hours worked') ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਛੇਤੀ ਦੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਛੁੱਟੀ ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੀ ਨੀਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ HR ਵਿਭਾਗ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ।

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ: [employment.govt.nz](http://employment.govt.nz)

## ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣਾ

ਜਿਸ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ ਉਸ ਦਿਨ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਜਾਂ ਸੋਗ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ: [employment.govt.nz/domestic-violence](https://www.employment.govt.nz/domestic-violence)

## ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਬੂਤ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਸਬੂਤ ਲਈ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹੋ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਛੁੱਟੀ ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੀ ਨੀਤੀ ਦੇਖੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਬੂਤ ਚਾਹੀਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਬੂਤ ਚਾਹੀਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਬੂਤ ਦੇਖੋ।

## 2. ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਕਹਿਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਲਚਕੀਲੀਆਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਕਹਿਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ:

- › ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ
- › ਭਾਵੇਂ ਜੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਈ ਸੀ।

ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਿਖਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਛੇਤੀ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਕੰਮਕਾਜੀ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਲਚਕੀਲੀਆਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਕਹਿਣ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਵਾਂ ਅਧਿਕਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੈ। ਇਹ ਹੋਰ ਲਚਕੀਲੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਂ ਸਥਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੇਨਤੀਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ਰੂਰ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੀਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

‘ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮ’ ਲਈ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ [www.employment.govt.nz](https://www.employment.govt.nz)

## ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਪੁੱਛਣਾ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਧਾਰਨ ਕੰਮਕਾਜੀ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਲਈ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਵੀ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ।

‘ਕੰਮਕਾਜੀ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ’ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਦਿਨ ਅਤੇ ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਤੋਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਧਾਰਨ ਕੰਮਕਾਜੀ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਖਾਸ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਨ:

- › ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਰੀਖ
- › ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੀ ਕੰਮਕਾਜੀ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਪੁੱਛ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਰਿਲੇਸ਼ਨਸ਼ਿਪ ਐਕਟ 2000 ਦੇ ਭਾਗ 6AB ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।
- › ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਧਾਰਨ ਕੰਮਕਾਜੀ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਬਦਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ
- › ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਦਲਾਅ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ – ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤਕ
- › ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ ਬਦਲਾਅ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਅਤੇ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ
- › ਇਹ ਬਦਲਾਅ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਣਗੇ
- › ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ ਬਦਲਾਅ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਈ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ: [employment.govt.nz](http://employment.govt.nz)

### ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਬੂਤ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਹਾਂ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਸਬੂਤ ਲਈ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹੋ। ਉਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਅੰਦਰ ਜ਼ਰੂਰ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੀ ਨੀਤੀ ਦੇਖੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਬੂਤ ਚਾਹੀਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਬੂਤ ਚਾਹੀਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸਬੂਤ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ: [employment.govt.nz/domestic-violence](http://employment.govt.nz/domestic-violence)

ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਪੁੱਛਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ:

[employment.govt.nz/domestic-violence](http://employment.govt.nz/domestic-violence)

ਦੇਖੋ [ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਬੂਤ](http://employment.govt.nz/domestic-violence)



## ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕੀ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੈ ਜਾਂ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦਾ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੇਤੀ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਨਾਸਿਬ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜ਼ਰੂਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਉਦੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਲਿਖਤੀ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ।

## ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਦੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਦੇਣ ਤੋਂ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕਿਸੇ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ **ਸਿਰਫ** ਤਾਂ ਹੀ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ:

- › ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਹ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰੇ ਸਨ
- › ਕਾਨੂੰਨ ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ 'ਗੈਰ-ਸਮਾਯੋਜਿਤ ਅਧਾਰ' ਵਿੱਚੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮਕਾਜੀ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦੇ।

'ਗੈਰ-ਸਮਾਯੋਜਿਤ ਅਧਾਰ' ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ ਕਿ:

- › ਉਹ ਦੂਜੇ ਕਰਮੀਆਂ ਦਰਮਿਆਨ ਕੰਮ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੰਗਠਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ
- › ਉਹ ਹੋਰ ਕਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ
- › ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਦੱਸੇ ਗਏ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਾਫੀ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ।

'ਗੈਰ-ਸਮਾਯੋਜਿਤ ਅਧਾਰ' ਲਈ ਇੱਥੇ ਖੋਜ ਕਰੋ [employment.govt.nz](http://employment.govt.nz)

## 3. ਕੰਮ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਵਿਹਾਰ

1 ਅਪ੍ਰੈਲ 2019 ਤੋਂ, ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਹਾਰ ਨਾ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ - ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਉੱਚਿਤ ਢੰਗ ਨਾਲ - ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਰਿਲੇਸ਼ਨ ਐਕਟ ਅਤੇ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਐਕਟ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜੇ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਜਿਸ ਨੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਹਰ ਸਮੇਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਕਦੋਂ ਹੋਈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜੋ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਹੋਈ ਸੀ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਤੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹੋ। ਜੇ ਉਹ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

‘ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ’ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਪੱਖਪਾਤ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਿਕਾਲਾ ਜਾਂ ਛੱਡਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨਾ, ਬਦਤਰ ਕੰਮਕਾਜੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਤਰੱਕੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮੌਕੇ ਨਾ ਦੇਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪੱਖਪਾਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਹੈ।

ਕੰਮ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਵਿਹਾਰ ਬਾਰੇ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ: [employment.govt.nz/resolving-problems](https://employment.govt.nz/resolving-problems)

## ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਬੂਤ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੀਆਂ ਕੰਮਕਾਜੀ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਸਬੂਤ ਲਈ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੂਤ ਨਾਲ ਦਿਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹੋ।

ਕਾਨੂੰਨ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸਬੂਤ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਸਬੂਤ ਲਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਨੇਕਨੀਅਤੀ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਖੁਲ੍ਹੇਪਣ, ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ।

ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸਬੂਤ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹੋ।

### ਸਬੂਤ ਮਿਲਣੇ

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ, ਸਬੂਤ ਮਿਲਣੇ ਅਸਾਨ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਅਕਸਰ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਪਿੱਛੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ‘ਸਾਬਤ’ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਰਡਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣਾ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਸ ਕਿਸੇ ਲਈ ਵੱਡੇ ਕਦਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਸਬੂਤ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ

- › ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੱਤਰ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਕਿ ਕੀ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਇਹ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ:
  - ਸਹਾਇਤਾ ਸੰਸਥਾ – ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕੋਈ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਜਾਂ ਓਰਾਂਗਾ ਤਾਮਾਰਿਕੀ (Oranga Tamariki)
  - ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ।
- › ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੋਂ ਰਿਪੋਰਟ
- › ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਰਿਪੋਰਟ।
- › ਘੋਸ਼ਣਾ – ਓਥਸ ਐਂਡ ਡੇਕਲਰੇਸ਼ਨਸ ਐਕਟ 1957 ਦੇ ਤਹਿਤ ਸ਼ਾਂਤੀ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣ ਲਈ ਨਿਯੁਕਤ ਜੱਜ ਵਰਗੇ ਕਿਸੇ ਅਧਿਕਾਰਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਗਵਾਹੀ ਦਿੰਦਾ ਸਬੂਤ ਦਾ ਪੱਤਰ।
- › ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਅਦਾਲਤ ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼।

### **ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲਈ ਸਬੂਤ**

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਸਬੂਤ ਲਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤਕ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲਈ ਤਣਖਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ, ਜਾਂ ਫੇਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ 'ਉੱਚਿਤ ਵਜ੍ਹਾ' ਹੋਵੇ।

'ਉੱਚਿਤ ਵਜ੍ਹਾ' ਦੀ ਉਦਾਹਰਨ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਘਰ ਬਦਲਣਾ ਪਿਆ ਅਤੇ ਸਬੂਤ ਲੈਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।

### **ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਸਬੂਤ**

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਸਬੂਤ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਦੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਤੇ 10 ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੰਗਣ ਤੇ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਉਦੋਂ ਤਕ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਨਾ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ।

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸਬੂਤ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ  
[employment.govt.nz/domestic-violence](http://employment.govt.nz/domestic-violence)

## **ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਗੁੱਪਤ ਰੱਖਣਾ**

ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਕੰਮ ਤੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲਈ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਉਦਾਹਰਨ ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਹਾੜੀ ਜਾਂ ਤਣਖਾਹ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੰਮ ਤੇ ਹੋਰ ਕੌਣ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ HR ਵਿਭਾਗ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਉਹ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਨਿੱਜਤਾ ਅਤੇ ਗੁੱਪਤਤਾ ਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਅਤੇ ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵਿਖੇ ਕਰਮੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ

ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁੱਛੇਗਾ ਜੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਵਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਾਂ ਸਿਹਤ, ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੋਰ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਬਾਰੇ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਐਕਟ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ।

ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਮੈਨੇਜਰ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਸਾਥੀ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਿੱਥੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉੱਥੇ ਉਹ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੈਨੇਜਰ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਰਮੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਕੀ ਕਰੀਏ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਰਾਮਦੇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਾਨੂੰਨ ਨਵਾਂ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕਾਨੂੰਨ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ, ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਕੀ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ।

### ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ:

- ▶ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਤੋਂ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ▶ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ
- ▶ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਦਾ 10 ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਸੀਮਾ ਅੰਦਰ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ
- ▶ 'ਗੈਰ-ਸਮਾਯੋਜਿਤ ਅਧਾਰ' ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹੋ।

ਮਦਦ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ [employment.govt.nz/domestic-violence](https://www.employment.govt.nz/domestic-violence)

### ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ

ਤੁਸੀਂ ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਨਾਲ ਜਾਂ ਛੋਟੀ-ਅਵਧੀ ਲਈ ਲਚਕੀਲੇ ਕੰਮਕਾਜ ਲਈ ਕਹਿਣ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ - ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਗੈਰ ਉਚਿਤ ਢੰਗ ਨਾਲ - ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਨਿੱਜੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ 90 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਿੱਜੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

‘ਨਿੱਜੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ’ ਲਈ ਇੱਥੇ ਖੋਜ ਕਰੋ [www.employment.govt.nz](http://www.employment.govt.nz)

‘ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਦੇ ਹੱਲ’ ਲਈ ਇੱਥੇ ਖੋਜ ਕਰੋ [www.employment.govt.nz](http://www.employment.govt.nz)

### ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ

ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਹਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਵਿਹਾਰ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕੁਝ ਲੋਕ ਜੋ ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਦੁਆਰਾ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- › ਸਵੈਇੱਛਕ ਕਰਮੀ
- › ਸਵੈ-ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਕਰਮੀ
- › ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਹਲਾਤ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣਾ
- › ਉਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਮਦਦ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ [hrc.co.nz](http://hrc.co.nz)

### ਮੁਫਤ, ਗੁੱਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਤੁਸੀਂ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਤੋਂ ਮੁਫਤ, ਗੁੱਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਿਚੋਲਗੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਕਾਨੂੰਨ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਦਕਿ ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰ ਕਾਨੂੰਨ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਯਕੀਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਕਿ ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੀਏ, ਤਾਂ ਦੋਵੇਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ।

#### ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ

ਕਾਲ ਕਰੋ: 0800 20 90 20

ਈਮੇਲ: [info@employment.govt.nz](mailto:info@employment.govt.nz)

ਇੱਥੇ ਜਾਓ: [www.employment.govt.nz](http://www.employment.govt.nz)

#### ਮਾਨਵ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ

ਕਾਲ ਕਰੋ: 0800 496 877

ਈਮੇਲ: [infoline@hrc.co.nz](mailto:infoline@hrc.co.nz)

ਇੱਥੇ ਜਾਓ: [www.hrc.co.nz](http://www.hrc.co.nz)

### ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਾਲਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

[www.privacy.org.nz](http://www.privacy.org.nz) ਤੇ ਜਾਓ

**ਇਪਲੇਏਟੋਰ ਨਿਰੂਚੀਲੋਂਡ**

ਖਰੋਲੋ ਹਿੰਸਾ ਢੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਅਧਿਕਾਰ



