१. प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोना (कोविड-१९) महाब्यादीको संकटकालीन परीस्थितीमा तपाईहरुको स्वास्थ्य - सुरक्षा नीकैनै महत्वपूर्ण छ l यदी तपाईंलाई ज्वरो, रुघाखोकी वा स्वासप्रस्वासमा केही कठिनाई भएमा तपाईको रोजगारदाता कम्पनी लाई खबर गर्नु होला l यस्तो स्तीथितीमा तपाईंले सीधै कतारको (कोविड-१९) सम्बन्धी हटलाइन १६०० मा संम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ साथै आपतकालीन अवस्थामा एम्बुलेन्सको लागी ९९९ मा फोन गर्नसक्नु हुन्छ (कोविड-१९) सम्बन्धी उपचार नी-शुल्क हुनुका साथै कतारी परीचयपत्र वा मेडीकल कार्डको आवश्यकता हुदैन l

२. प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यदि तपाईलाई (कोविड-१९) को लक्षण देखिइएमा तपाईलाई सरकारी निकायद्धारा अलग राखिन्छ र निशुल्क परिक्षण गरिन्छ l परिक्षण पश्चात तपाईलाई (कोविड-१९) पुष्टि (पोजेटिभ) भएमा, भएदेखि निको नभएसम्म सरकारलेनै आवश्यक रेखदेख साथै खाना र वस्त्र सम्मको प्रवन्ध निशुल्क उपल्बध हुन्छ l पुर्ण जानकारीको लागी यो यो सुचनाको पढ्नुहोस - तपाईको स्वास्थ्य र रोजगार, कामदारको लागि मुख्य सुचना

३. प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोन ( कोबिड -१९) महाब्यादीको समयमा यस सम्बन्धी सही सुचनाहरु कतारको जनस्वास्थ्य मन्त्रालय तथा हमाद मेडीकल कर्पोरेसनको आधीकारीक फेसबुक पेजमा उपलब्ध हुनुका साथै यदी तपाईहरुलाई अरु थप जानकारी तथा सूचना आवश्यक परेमा तपाइको रोजगारदाता कम्पनीलाई पानी सम्पर्क गर्न सक्नु हुन्छ l

४. प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोन ( कोबिड -१९) महाब्यादी संकटको समयमा तपाईको स्वास्थ्य निकै महत्वपुर्ण भएकोले नियमीत आराम गर्न र आफ्नै हितको लागि थप सजगता अपनाउन ध्यान दिइनु पर्छ l कानुन अनुसार तपाईले दैनिक १० घण्टाभन्दा बढी काम गर्नु पर्दैन l

५.प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोन ( कोबिड -१९) महाब्यादी संकटको समयमा तिपाईले विदाको दिन घर बाहिर समय विताउन पाइने छैन l सरकारले भेला हुन रोक लगाएको छ l साप्ताहिक विदाको तलव पाउने तपाईको अधिकार कायमनै छ l

६. प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोन ( कोबिड -१९) महाब्यादी संकटको समयमा
घर लाई स्वच्छ बनाइ राख्नु धेरै महत्वपुर्ण छ साथै तपाईको स्वास्थ्य पनि त्येतीकै महत्वपुर्ण भएकोले जोखिम कम गर्न रोजगार दाता लाई हाते स्यानीटाइजर, मास्क र पन्जा उपलब्ध गराउन भन्नु होला l यो विशेष गरी जटिल प्रकृतीका सफाई कार्य गर्ने समयमा प्रयोग गर्नु होला l

७. प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोन ( कोबिड -१९) महाब्यादी संकटको समयमा
खाना वनाउनु अघि हातको राम्रो सँग सफाई गर्न थप सजगता अपनाउनु पर्छ l बृद्धबृद्धा र परिवारका विरामी वा विशेष रेखदेख गर्नु पर्ने सदस्यहरु लाई थप स्याहारसुसार गर्नु पर्छ l

८. प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोन ( कोबिड -१९) महाब्यादी संकटको समयमा तपाईले घरमा पैसा पठाउनु पर्दा ओरिडो मोवाइल मनी, भोडाफोन, मनीग्राम, वेस्ट्रन-युनियन र अन्य अनलाइन सेवा प्रदायक मार्फत पठाउन सक्नु हुन्छ l तपाईको देशमा कुन सेवा प्रदायकले गुणस्तरीय सेवा दिईरहेको छ भन्नेमा जाँच गर्नु पर्छ l ठगी वाट जोगिनु होला l

९.प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोन ( कोबिड -१९) महाब्यादी संकटको समयमा सवैको लागि तनाव पुर्ण छ l तनाव र चिन्तालाई कमी ल्याउन आफ्ना परिवार, साथीहरु र रोजगार दाता सँग नियमित कुराकानी गर्नु होला l हामी लाई एक-अर्का प्रति सहयोग चाहिएको छl

१०. प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु, यो कोरोन ( कोबिड -१९) महाब्यादी संकटको समयमा भाइरस लाई फैलाउट हुन वाट रोक्नको लागि सम्भव भएसम्म घरमै वस्नु होला । यदि वाहिर निस्कनु छ भनेः एक-अर्कासँग दुरी कायम गर्नुहोला । आफ्रो मुहार नछुनु होला । नियमीत रुपमा सावुन पानीले हात धुनु होला वा गुणस्तरीय स्यानीटाइजरको प्रयोग गर्नु होला ।

११.प्रिय घरेलु कामदार साथीहरु,आफ्रो अधिकारको सम्मान नभएमा तपाईले प्रशासनीक विकास, श्रम तथा सामाजिक मामिला मन्त्रालयको हटलाइन १६००८ मा कोविड-१९ को संकटको समयाअवधी सम्पर्क गर्नु होला