

Wafanyakazi wa ndani

1. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, wakati wa shida ya COVID-19, afya yako ni muhimu hata zaidi! Ikiwa una homa, kikohozi, au ugumu wa kupumua, mtaarifu mwajiri wako mara moja. Unaweza pia kupiga simu ya COVID-19 ya Qatar **namba 16000**. Katika kesi ya dharura piga 999 kuomba gari la wagonjwa. Matibabu yote ni bure na yanaweza kupatikana bila ya kadi ya afya au QID halali.
2. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, ikiwa una dalili za COVID-19, utawekwa katika kutengwa na mamlaka na kupimwa bure. Ikiwa utapimwa na kuonekana na maambukizi, utapewa **uangelizi wote wa muhimu, chakula na makazi bure** mpaka kuona kwako. Kwa taarifa zaidi, soma [Afya Yako na Ajira: taarifa Muhimu kwa ajili ya wafanyakazi](#).
3. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, wakati wa shida ya COVID-19, unaweza kupata **taarifa rasmi** katika kurasa za [MoPH](#), [ADLSA](#) [HMC](#) na Facebook. Ongea na mwajiri wako ikiwa unahitaji taarifa yoyote au ufafanuzi.
4. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, wakati wa shida ya COVID-19, afya yako ni muhimu hata zaidi! Kumbuka kuchukua **mapumziko ya mara kwa mara** na kuchukua tahadhari ya ziada kwa ustawi wako mwenyewe. Kamwe usifanye kazi zaidi ya **masaa 10 kwa siku** kama sheria inavyotaka.
5. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, wakati wa shida ya COVID-19, unaweza kushindwa kutumia siku yako ya mapumziko nje ya nyumba kwa sababu za makatazo ya Serikali kuhusu mikusanyiko. Lakini kumbuka, bado una haki ya **siku ya mapumziko ya kila wiki inayolipwa!**
6. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, wakati wa shida ya COVID-19, usafi wa nyumba ni muhimu zaidi lakini ni hivyo kwa afya yako! Mwombe mwajiri wako **kiosha mikono, maski na glovu**, na utumie, hasa utumiapo **vifaa vigumu vya kusafishia**.
7. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, wakati wa shida ya COVID-19, chukua tahadhari ya ziada kwa **kuosha mikono yako kabla na baada ya kutayarisha chakula**, na vilevile kuwatumiza **wazee** au wanafamilia walio na **magonjwa au mahitaji maalum**.
8. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, wakati wa shida ya COVID-19, unaweza **kutuma fedha nyumbani** kwa njia ya [Ooredoo Mobile Money](#), [Vodafone](#), [Moneygram](#), [Western Union](#) na majukwaa mengine ya mtandaoni. Angalia ambayo inafaa zaidi katika nchi yako ya asili lakini kuwa makini kuhusu utapeli!
9. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, shida ya COVID-19 ni la kufadhaisha kwetu sote! **Zungumza na familia yako, marafiki na mwajiri wako kuhusu hilo** ili kusaidia kupunguza mfadhaiko na wasiwasi. Tunahitaji kusaidiana.
10. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, wakati wa shida ya COVID-19, **kaa nyumbani kwa kiasi kikubwa kadri iwezekanavyo** ili kusaidia kupunguza kusambaa kwa virusi. Ikiwa unapaswa kwenda nje; weka umbali salama kutoka kwa wengine, usiguse uso wako, na mara kwa mara osha mikono yako kwa viosha-mikono vyenye sabuni au pombe.
11. Mpendwa mfanyakazi wa ndani, kumbuka kwamba hata wakati wa shida ya COVID-19, **bado unaweza kuwasiliana na Wizara ya Maendeleo ya Kiutawala, Kazi na Masuala ya Jamii kwa namba **40280661**** ikiwa unaamini yoyote kati ya haki zako haijaheshimiwa.