คู่มือ
สำหรับอบรมแรงงานต่างด้าว ที่ได้รับอนุญาตทำงานในประเทศไทย

ထိုင်းနိုင်ငံတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ခွင့်ရရှိသည့် နိုင်ငံခြားသားရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများသင်တန်း
လမ်းညွှန်

สำนักบริหารแรงงานต่างด้าว
กรมการจัดหางาน

နိုင်ငံခြားသားအလုပ်သမားစီမံခန့်ခွဲရေးရုံး
အလုပ်အကိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးဝန်ကြီးဌာန

โอวาทท่านอองซาน ซูจี ให้ไว้กับแรงงานเมียนมา ที่เข้ามาทำงานในประเทศไทย

1. ขอให้แรงงานทุกคนมีความขยันและตั้งใจทำงาน
2. การเดินทางมาทำงานในประเทศไทย บางครั้งสะดวกสบาย บางครั้งเกิดปัญหาบ้าง ต้องมีความเข้าใจว่าเรามาทำงานอยู่ในประเทศเขา
3. เรามาอยู่บ้านเขาเราต้องดูแลตัวเองและปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎหมาย

คู่มือ
สำหรับอบรมแรงงานต่างด้าว
ที่ได้รับอนุญาตทำงานในประเทศไทย

สำนักบริหารแรงงานต่างด้าว
กรมการจัดหางาน

สารบัญ

	หน้า
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับประเทศไทย	3
สัญญาจ้าง	7
สิทธิประโยชน์	11
วินัย ความปลอดภัย และสุขอนามัย	13
กฎหมายและข้อห้าม	16
การขอรับความช่วยเหลือในประเทศไทย	22

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับประเทศไทย

ชื่อประเทศ ราชอาณาจักรไทย (Kingdom of Thailand)

เมืองหลวง กรุงเทพมหานคร (Bangkok)

พื้นที่ 513,115 ตารางกิโลเมตร

เขตแดน มีพรมแดนทางทิศตะวันออกติดประเทศลาวและประเทศกัมพูชา ทิศใต้ติดประเทศมาเลเซีย ทิศตะวันตกติดประเทศเมียนมา ทิศเหนือติดประเทศเมียนมาและประเทศลาว

ประชากร ประมาณ 66 ล้านคน

ภาษาราชการ ภาษาไทย

ธงชาติ เป็นธงไตรรงค์มีสามสี สีแดงหมายถึงชาติ สีขาวหมายถึงศาสนา และสีน้ำเงินหมายถึงพระมหากษัตริย์

สกุลเงิน บาท (THB)

การปกครอง ประเทศไทยปกครองด้วยระบอบประชาธิปไตยโดยมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข

ศาสนา ประชากรในประเทศไทยนับถือศาสนาพุทธ นิกายเถรวาทร้อยละ 95 ศาสนาอิสลามร้อยละ 4 ศาสนาคริสต์และศาสนาอื่นๆ ร้อยละ 1

วันหยุดและการทำงาน

หน่วยงานราชการทำงานวันจันทร์ – วันศุกร์ หยุดวันเสาร์และอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์ หน่วยงานเอกชนส่วนใหญ่จะหยุดวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์

ลักษณะภูมิประเทศ

ประเทศไทยตั้งอยู่ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ในบริเวณที่เรียกว่า “คาบสมุทรอินโดจีน” ซึ่งหมายถึงดินแดนที่เชื่อมระหว่างกลาง

ของสองแผ่นดินใหญ่ คือ อินเดียทางตะวันตกและจีนทางตะวันออก ประเทศไทยตั้งอยู่ริมทวีปโดยติดกับทะเลถึง 2 ด้าน คือ ด้านอ่าวไทยและด้านทะเลอันดามัน ส่วนรูปร่างของประเทศไทยมีลักษณะคล้ายภาพสามภาพด้วยกัน คือ รูปกระบวยตักน้ำ หรือรูปขวานโบราณ หรือรูปหัวช้าง มีงวงทอดลงไปในทะเลใต้

ลักษณะภูมิอากาศ

อากาศประเทศไทยเป็นอากาศแบบเขตร้อน อากาศร้อนที่สุดในเดือนเมษายน–พฤษภาคม เป็นฤดูร้อน ช่วงกลางเดือนพฤษภาคม–เดือนตุลาคม เป็นฤดูฝน ส่วนในเดือนพฤศจิกายน–กลางเดือนมีนาคม อากาศแห้งและหนาว ยกเว้นภาคใต้ที่มีอากาศร้อนชื้นตลอดทั้งปี จึงมีแค่สองฤดู คือ ฤดูร้อนกับฤดูฝน

สังคมและวัฒนธรรมของไทย

สังคมไทยเป็นสังคมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม มีโครงสร้างแบบหลวมๆ มีความหลากหลายในเรื่องชาติพันธุ์ ศาสนา และวัฒนธรรม แต่สามารถผสมผสานกันได้อย่างกลมกลืนจนเป็นสังคมที่มีลักษณะเฉพาะ รักอิสระ ยึดมั่นในสถาบันศาสนา พระมหากษัตริย์ มีขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงามมีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง ยอมรับในระบบอาวุโสและระบบอุปถัมภ์ ไม่นิยมความรุนแรง ชอบการประนีประนอม และใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย ในปัจจุบันได้รับอิทธิพลจากการเปลี่ยนแปลงในโลกโลกาภิวัฒน์ที่เทคโนโลยีมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว การคมนาคมสะดวกสบาย และมีการเปลี่ยนแปลงค่านิยมในการบริโภค ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในวิถีการดำเนินชีวิตบางประการทั้งในเมืองและชนบท มีความเป็นมิตรกับชาวต่างชาติโดยเฉพาะประชาคมอาเซียน

สังคมไทยยังคงรักษาสังคมแบบเครือญาติ เคารพผู้ที่รักและนับถือรวมกลุ่มกันอย่างเหนียวแน่น โดยเฉพาะในสังคมชนบทที่ร่วมใจทำบุญตามเทศกาล เช่น การทำบุญวันสงกรานต์เพื่ออุทิศส่วนกุศลให้บรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว การนำของขวัญและน้ำอบไปรดน้ำขอพรจากบิดามารดาและญาติผู้ใหญ่

มารยาทไทย

1. คนไทยทักทายและแสดงความเคารพด้วยการไหว้ พร้อมกล่าวคำว่า “สวัสดี”

2. คนไทยมักส่งรอยยิ้มให้กันและกันแสดงถึงความเป็นมิตรไมตรีแม้จะไม่เคยรู้จักกันมาก่อน

3. เมื่อได้ยินเพลงชาติไทย ควรยืนตรงเพื่อแสดงถึงการให้เกียรติและเคารพต่อสถาบันชาติ

4. เมื่อได้ยินเพลงสรรเสริญพระบารมีในโรงมหรสพหรือโรงภาพยนตร์ หรือสถานที่อื่นใดทุกคนควรยืนตรง เพื่อแสดงความเคารพต่อสถาบันพระมหากษัตริย์

5. ควรถอดรองเท้าเมื่อเข้าบ้าน หรือศาสนสถาน เช่น อุโบสถ วิหาร เป็นต้น

6. เมื่อได้รับเชิญหรือไปเยี่ยมเยียนผู้ใด ควรจะมีของฝากไปมอบให้เพื่อแสดงน้ำใจไมตรี และเจ้าของบ้านควรเตรียมของต้อนรับแขกผู้มาเยือนด้วย

7. คนไทยเรียกกันด้วยชื่อจริง เมื่อสนิทและคุ้นเคยกันจะเรียกชื่อเล่นพร้อมคำนำหน้าว่า “คุณ” เพื่อความสุภาพ

8. คนไทยนิยมรับประทานอาหารด้วยช้อนและส้อม

9. คนไทยจะให้ความเคารพนับถือ โดยให้เกียรติแก่ผู้อาวุโสกว่าและบุคคลสำคัญ

10. เมื่อรับประทานอาหารร่วมกัน คนไทยให้เกียรติผู้อาวุโสกว่ารับประทานก่อน

สิ่งที่ไม่ควรทำ

1. ไม่ควรแสดงกิริยาลบหลู่ ดูหมิ่น สถาบันเกี่ยวกับชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ไทย

2. คนไทยถือว่าศีรษะเป็นสิ่งสูงสุด ไม่ควรจับหรือส่งสิ่งของข้ามศีรษะซึ่งถือว่าไม่สุภาพ

3. คนไทยถือว่าเท้าเป็นของต่ำ ไม่ควรใช้เท้าชี้ เขี่ย หรือเดินข้ามบุคคล หรือสิ่งของ เช่น อาหาร หนังสือ เป็นต้น

4. พระพุทธรูปเป็นสิ่งที่คนไทยให้ความเคารพ ไม่ควรกระทำการใดๆ ที่แสดงถึงการลบหลู่ ดูหมิ่น เช่น การปีนป่าย หรือการนำไปวางในที่ที่ไม่เหมาะสม

5. ไม่ควรแต่งกายด้วยชุดสีดำในงานพิธีมงคลต่างๆ เช่น งานแต่งงาน เยี่ยมผู้ป่วย วันเกิด เป็นต้น

6. ไม่ควรแสดงความรักด้วยการกอดจูบในที่สาธารณะ หรือเขตศาสนสถาน

7. ไม่ควรแต่งกายไม่สุภาพ เช่น นุ่งสั้น หรือชุดเปิดไหล่ เมื่อเข้าไปศาสนสถาน หรือสถานที่สำคัญ

8. ไม่ควรกระทำการใดๆ ให้ผู้อื่นอับอาย เสียหน้าในที่สาธารณะ หรือต่อหน้าสาธารณชน

9. ไม่ควรทักทายคนไทยโดยเฉพาะสุภาพสตรีด้วยการโอบกอด หรือจูบ

10. ไม่พูดคุยหรือเคี้ยวอาหารเสียงดังในขณะรับประทานอาหาร

สัญญาจ้าง

สัญญาจ้างงานเป็นเสมือนคู่มือในการปฏิบัติงาน ต้องอ่านให้เข้าใจและปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด ศึกษารายละเอียดและลักษณะการทำงานให้เข้าใจและปฏิบัติให้ถูกต้อง ดังนี้

1. สัญญาจ้างต้องระบุตำแหน่งงานและอัตราค่าจ้าง (ต้องไม่ต่ำกว่าอัตราค่าจ้างขั้นต่ำ) และต้องระบุวันที่จ่ายค่าจ้างไม่น้อยกว่าเดือนละหนึ่งครั้ง

2. ต้องระบุระยะเวลาการจ้างอย่างชัดเจนว่าเป็นสัญญาทำงาน 1 ปี หรือ 2 ปี พร้อมระบุสถานที่ทำงาน

3. ชั่วโมงการทำงานปกติไม่เกิน 8 ชั่วโมง/วัน งานที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพและความปลอดภัย ไม่เกิน 7 ชั่วโมง/วัน ถ้าเกินจากชั่วโมงทำงานปกติต้องได้รับค่าล่วงเวลา และใน 1 สัปดาห์ทำงาน 6 วัน

4. นายจ้างต้องจัดให้ลูกจ้างหยุดประจำสัปดาห์โดยได้รับค่าจ้างสัปดาห์ละ 1 วัน และวันหยุดประเพณีไทยโดยได้รับค่าจ้างปีละ 13 วัน และเมื่อลูกจ้างทำงานครบหนึ่งปี นายจ้างตกลงจัดให้ลูกจ้างหยุดพักผ่อนประจำปี โดยได้รับค่าจ้างเป็นเวลาไม่น้อยกว่า 6 วันทำงาน

5. ถ้านายจ้างให้ลูกจ้างทำงานเกินเวลาทำงานปกติ นายจ้างต้องจ่ายค่าล่วงเวลาให้ลูกจ้างในอัตรา 1.5 เท่า ของค่าจ้างปกติต่อชั่วโมง ถ้านายจ้างให้ลูกจ้างทำงานในวันหยุดนายจ้างต้องจ่ายค่าทำงานในวันหยุดให้แก่ลูกจ้างในอัตรา 2 เท่า ของค่าจ้างปกติต่อชั่วโมง

6. นายจ้างตกลงจัดอาหารให้ลูกจ้างทุกวันทำงาน วันละ 3 มื้อ โดยค่าใช้จ่ายให้ตกลงกันเองระหว่างนายจ้างกับลูกจ้าง

7. นายจ้างตกลงจะจัดที่พักอาศัยที่ปลอดภัยและถูกสุขลักษณะให้แก่ลูกจ้าง โดยค่าใช้จ่ายเรื่องที่พักให้ตกลงกันเองระหว่างนายจ้างและลูกจ้าง

8. นายจ้างตกลงจัดให้มีการรักษาพยาบาลแก่ลูกจ้างตลอดระยะเวลาของสัญญาตามที่กฎหมาย ระเบียบ ประกาศ กำหนด

9. นายจ้างจะจ่ายค่าเดินทางของลูกจ้างถึงประเทศไทย รวมทั้งจัดพาหนะรับส่งลูกจ้างจนถึงที่พักและจ่ายค่าโดยสารกลับภูมิลำเนาของลูกจ้างในกรณีทำงานครบสัญญา ยกเว้นกรณีที่เป็นความผิดของลูกจ้างหรือลูกจ้างเป็นฝ่ายบอกเลิกสัญญา

10. ลูกจ้างต้องเชื่อฟังและปฏิบัติตามกฎข้อบังคับของบริษัทนายจ้างซึ่งกำหนดขึ้นภายใต้เงื่อนไขกฎหมาย และให้ความเคารพต่อขนบธรรมเนียมประเพณีไทย/ลูกจ้างต้องทำงานให้กับนายจ้างเท่านั้นไม่ไปทำงานให้กับบุคคลอื่น/ลูกจ้างต้องไม่กระทำการใดๆ ในลักษณะชุมนุมประท้วงหรือรวมตัวกระทำการในสิ่งผิดกฎหมาย

11. กรณีนายจ้างประสงค์บอกเลิกสัญญานายจ้างต้องบอกกล่าวให้ลูกจ้างทราบล่วงหน้า 1 เดือน หรือจ่ายเงินค่าจ้าง 1 เดือน แทนการบอกเลิกสัญญา หรือให้เป็นไปตามกฎหมายแรงงานไทย รวมทั้งนายจ้างต้องจ่ายค่าเดินทางกลับประเทศให้แก่ลูกจ้างด้วย/กรณีลูกจ้างประสงค์บอกเลิกสัญญาลูกจ้างต้องบอกกล่าวให้นายจ้างทราบล่วงหน้า 1 เดือน และต้องจ่ายค่าเดินทางกลับประเทศด้วยตนเอง

12. นายจ้างจะต้องอพยพลูกจ้างไปอยู่ในสถานที่ปลอดภัยเมื่อเกิดวิกฤตการณ์ เช่น ภัยธรรมชาติ การจลาจล การสู้รบ หรือการสงคราม และถ้าสถานการณ์ไม่เอื้ออำนวยให้ทำงานต่อไป นายจ้างต้องส่งลูกจ้างกลับประเทศโดยนายจ้างเป็นผู้ออกค่าใช้จ่ายทั้งหมด/เงื่อนไขอื่นที่มิได้ระบุในสัญญานี้ ให้เป็นไปตามกฎหมาย

กรณีทำงานในเรือประมงทะเล ต้องใช้สัญญาจ้างในงานประมงทะเลมีรายละเอียด ดังนี้

1. สัญญาจ้างต้องระบุตำแหน่งงาน/วันเริ่มทำงาน/กรณีสัญญาจ้าง มีกำหนดระยะเวลาให้ระบุวันสิ้นสุดสัญญาด้วย

2. นายจ้างจ่ายค่าตอบแทนให้แก่ลูกจ้างดังนี้

2.1 ค่าจ้างจ่ายให้วันละ/เดือนละ ไม่ต่ำกว่าอัตราค่าจ้างขั้นต่ำ (ให้กำหนดรายละเอียด เงื่อนไข และวิธีการจ่าย)

2.2 ส่วนแบ่งตามมูลค่าของสัตว์น้ำที่จับได้ให้เป็นไปตามที่ตกลง (ระบุจำนวนเงินหรือเปอร์เซ็นต์ที่แบ่งจ่ายโดยกำหนดรายละเอียดเงื่อนไข และวิธีการจ่าย)

2.3 เงินอื่นๆ (ถ้ามี) ให้เป็นไปตามที่ตกลง (ให้กำหนดรายละเอียด เงื่อนไข และวิธีการจ่าย)

3. นายจ้างต้องจัดเวลาพักให้ลูกจ้างมีเวลาพักไม่น้อยกว่า 10 ชั่วโมงในระยะเวลาการทำงาน 24 ชั่วโมง และไม่น้อยกว่า 77 ชั่วโมง ในระยะเวลาการทำงาน 7 วัน

4. นายจ้างเป็นผู้จัดสวัสดิการ ดังนี้

4.1 จัดให้มีอาหารและน้ำดื่มที่สะอาดและถูกสุขลักษณะ ห้องส้วม เวชภัณฑ์ และยาเพื่อใช้ปฐมพยาบาลเบื้องต้น ในจำนวนที่เพียงพอเพื่อให้เหมาะสมกับการทำงานและระยะเวลาการใช้ชีวิตบนเรือ

4.2 สวัสดิการอื่นๆ ถ้ามีให้ระบุ

5. นายจ้างมีหน้าที่จัดเครื่องมือหรืออุปกรณ์เพื่อความปลอดภัยในการทำงานบนเรือซึ่งมีมาตรฐานตามที่กฎหมายกำหนด รวมทั้งให้ความรู้แก่ลูกจ้างเกี่ยวกับสภาพการทำงาน การใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ดังกล่าวก่อนการทำงาน

6. ลูกจ้างต้องปฏิบัติหน้าที่ของตนให้ลุล่วงไปโดยถูกต้อง และสุจริต ไม่จงใจขัดคำสั่งของนายจ้างอันชอบด้วยกฎหมาย หรือละทิ้งหน้าที่หรือกระทำการอื่นใดให้นายจ้างได้รับความเสียหาย

7. ลูกจ้างมีสิทธิติดต่อเจ้าหน้าที่ของรัฐ/ศูนย์ประสานแรงงานประมง/ครอบครัว

8. เงื่อนไขอื่นที่มิได้ระบุในสัญญานี้ ให้นายจ้างและลูกจ้างปฏิบัติตามกฎกระทรวงคุ้มครองแรงงานในงานประมงทะเล พ.ศ. 2557 เว้นแต่กรณีที่นายจ้างปฏิบัติต่อลูกจ้างสูงกว่ามาตรฐานที่กำหนดไว้ในกฎกระทรวงฉบับดังกล่าว ก็ให้เป็นไปตามนั้น

สิทธิประโยชน์

ประกันสังคม

แรงงานต่างด้าวซึ่งเป็นผู้ประกันตนจะได้รับสิทธิด้านการรักษาพยาบาลตามบัตรรับรองสิทธิการรักษาพยาบาลหรือเครือข่ายของสถานพยาบาลนั้น โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย โดยต้องขึ้นทะเบียนและจ่ายเงินสมทบเข้าสู่ระบบประกันสังคมตามพระราชบัญญัติประกันสังคม พ.ศ. 2533 และได้รับการคุ้มครองตามพระราชบัญญัติประกันสังคม พ.ศ. 2533 และพระราชบัญญัติเงินทดแทน พ.ศ. 2537 ดังนี้

1. กองทุนประกันสังคม แรงงานต่างด้าวต้องขึ้นทะเบียนกับสำนักงานประกันสังคมและจ่ายเงินสมทบกองทุนประกันสังคมในอัตรา 5% ของค่าจ้าง นายจ้างจ่ายสมทบ 5% รัฐบาล 2.75% ได้รับสิทธิประโยชน์ 7 กรณี คือ กรณีเจ็บป่วยหรือประสบอันตราย ทุพพลภาพ ตาย ซึ่งไม่เนื่องจากการทำงาน รวมทั้งกรณีคลอดบุตร สงเคราะห์บุตร ชราภาพ และว่างงาน

2. กองทุนเงินทดแทน นายจ้างของแรงงานต่างด้าวเป็นผู้จ่ายสมทบฝ่ายเดียวในอัตรา 0.2 - 1% ของค่าจ้างตามความเสี่ยงของประเภทกิจการ โดยได้รับสิทธิประโยชน์ในกรณีประสบอันตราย หรือเจ็บป่วย ทุพพลภาพ สูญหายหรือตายเนื่องจากการทำงาน

กลุ่มแรงงานต่างด้าวนำเข้าตาม MOU ที่ทำงานในประเภทงานรับใช้ในบ้าน เกษตร ปศุสัตว์ ประมง ค้าขายที่มิใช่ธุรกิจ ไม่ต้องเข้าสู่ระบบประกันสังคม แต่สามารถเข้าสู่ระบบประกันสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข โดยการซื้อประกันสุขภาพ 1,600 บาทต่อปี

สิทธิประกันสุขภาพ

สิทธิการรักษาพยาบาลตามระบบประกันสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข แรงงานต่างด้าวต้องเข้ารับการตรวจสุขภาพและทำประกันสุขภาพกับสถานพยาบาลที่กระทรวงสาธารณสุขประกาศกำหนด ซึ่งต้องชำระค่าตรวจสุขภาพ 500 บาท และค่าประกันสุขภาพ 1,600 บาท ต่อปี จึงจะได้เข้าสู่ระบบประกันสุขภาพถ้วนหน้าเช่นเดียวกับคนไทย การขอรับบริการตามโครงการประกันสุขภาพนั้น สามารถเลือกสถานพยาบาลที่ต้องการเข้ารับการรักษาพยาบาล แรงงานต่างด้าวสามารถใช้สิทธิเข้ารับการรักษาพยาบาลได้ ณ สถานพยาบาลที่แจ้งไว้ในครั้งแรก

วินัย ความปลอดภัย และสุขอนามัย

ข้อพึงปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยในการทำงาน

1. ห้ามสูบบุหรี่ในบริเวณโรงงาน ยกเว้นบริเวณที่อนุญาตให้สูบได้
2. ห้ามบ้วนน้ำลายลงบนพื้น หรือในบริเวณที่ทำงาน
3. ทิ้งขยะมูลฝอยในถังที่จัดไว้ให้เท่านั้น
4. แต่งกายให้รัดกุมเหมาะสมกับการปฏิบัติงาน
5. ตรวจสอบสภาพของเครื่องมือ เครื่องจักร และอุปกรณ์ใช้งานว่าอยู่ในสภาพพร้อม
6. ไม่ใช้เครื่องมือ เครื่องจักร และอุปกรณ์ต่างๆ เมื่อยังไม่ได้รับคำแนะนำวิธีการใช้
7. สวมอุปกรณ์ป้องกันอันตรายทุกครั้ง เมื่อต้องปฏิบัติงานที่อาจเกิดอันตราย
8. ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะปฏิบัติงาน
9. ถ้าเครื่องมือ เครื่องจักร อุปกรณ์ใช้งานชำรุดขณะปฏิบัติงานต้องแจ้งผู้ควบคุมทราบทันที
10. ถ้าเกิดอุบัติเหตุขณะปฏิบัติงาน ต้องแจ้งผู้ควบคุมทราบทันที
11. เมื่อเลิกปฏิบัติงานต้องทำความสะอาดเครื่องมือ เครื่องจักร อุปกรณ์ใช้งาน ตลอดจนพื้นที่ทำงาน
12. ห้ามนำเครื่องมือหรืออุปกรณ์ใดๆ ออกนอกบริเวณพื้นที่ทำงานโดยไม่ได้รับอนุญาต
13. ต้องศึกษาและปฏิบัติตามกฎความปลอดภัยในสถานที่ทำงานอย่างเคร่งครัด

การป้องกันอุบัติเหตุ

1. การทำงานบนที่สูงต้องสวมใส่เข็มขัดนิรภัยและสายช่วยชีวิตขณะปฏิบัติงาน

2. ไฟฟ้าช็อต อันตรายที่ป้องกันได้โดย

- ไม่ใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ที่บกพร่อง
- ไม่ใช้สายไฟเปลือยต่อปลั๊กไฟ
- ไม่ใช้สายไฟผุกร่อน หลุดลุ่ยเปียก เปื้อนน้ำมันหรือเสื่อมสภาพ
- เรียนรู้เกี่ยวกับอันตรายของไฟฟ้า
- ห้ามใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าขณะตัวเปียก

3. การยกเคลื่อนย้ายของอย่างปลอดภัยและไม่ปวดหลัง ต้องปฏิบัติให้ถูกวิธี ถ้ายกไม่ไหวให้ใช้รถเข็นช่วย ถ้ายกคนเดียวไม่ไหว ให้เรียกเพื่อนมาช่วยยก เท่านี้ก็สามารถป้องกันอาการบาดเจ็บกระดูกสันหลังจากการยกของหนักๆ ได้แล้ว

4. เรียนรู้วิธีการปฏิบัติตนเมื่อเกิดเพลิงไหม้และวิธีใช้ถังดับเพลิง

5. เรียนรู้เครื่องหมายความปลอดภัย

โปรดหลีกเลี่ยงและระมัดระวัง

1. การทำงานกับเครื่องจักรที่ไม่ปลอดภัยหรือไม่เหมาะสมกับงาน

2. การเข้าไปในสถานที่อันตราย เช่น บริเวณเครื่องจักรกำลังทำงาน การยืนใต้ของที่แขวนอยู่สูง การเดินในพื้นที่ที่ไม่ปลอดภัย

3. การตรวจเช็คอุปกรณ์ การทำความสะอาด การซ่อมแซมหรือการตรวจสอบเครื่องจักรในขณะที่เครื่องจักรกำลังทำงานอยู่หรือกำลังยกลอยหรือกำลังร้อนอยู่

4. การเดินเครื่องจักรทันทีโดยไม่มีการให้สัญญาณเตือนแก่ผู้อื่นที่อยู่บริเวณใกล้เคียง หรือไม่ได้ตรวจเช็คความปลอดภัยก่อนเดินเครื่อง

5. การไม่ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล หรือใช้ไม่เหมาะสม หรือใช้ไม่ถูกต้อง หรือสวมใส่เสื้อผ้าที่ไม่ปลอดภัย

จงเชื่อมั่นว่า "อุบัติเหตุจะเป็นศูนย์ได้ถ้าทุกคนมีความระมัดระวังในการปฏิบัติงานของตน

สุขอนามัยพื้นฐาน

ได้แก่การดูแลสุขภาพด้วยตนเอง เพื่อการมีสุขภาพกาย ที่แข็งแรงและสุขภาพจิตที่ดี แนะนำโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ มีดังนี้

1. กินอาหารที่มีประโยชน์ให้ครบห้าหมู่
2. ออกกำลังกายครั้งละ 30 นาที อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้งอย่างสม่ำเสมอ
3. รู้จักควบคุมอารมณ์อย่างเหมาะสม
4. สร้างสภาพแวดล้อมที่ดีทั้งในบ้านและในชุมชน
5. หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้เกิดโรคต่างๆ
6. งดอบายมุข บุหรี่ สุรา ยาเสพติด การพนัน และสำส่อนทางเพศ

กฎหมายและข้อห้าม

พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ.2541

การปฏิบัติที่เท่าเทียมกัน

นายจ้างต้องปฏิบัติต่อลูกจ้างชายและหญิงเท่าเทียมกันในการจ้างงาน เว้นแต่ลักษณะหรือสภาพของงานไม่อาจปฏิบัติเช่นนั้นได้

เวลาทำงานปกติ

งานทุกประเภท ไม่เกิน 8 ชั่วโมง/วัน

งานที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพและความปลอดภัย ไม่เกิน 7 ชั่วโมง/วัน

การทำงานล่วงเวลา

ต้องได้รับความยินยอมจากลูกจ้าง แต่ถ้าเป็นงานซึ่งต้องทำติดต่อกันไปถ้าหยุดจะเสียหายแก่งาน หรือเป็นงานฉุกเฉิน นายจ้างอาจให้ลูกจ้างทำงานล่วงเวลาได้เท่าที่จำเป็น

การทำงานในวันหยุด

ต้องได้รับความยินยอมจากลูกจ้าง เว้นแต่งานที่ต้องทำติดต่อกันไปถ้าหยุดจะเสียหายแก่งาน และงานฉุกเฉิน หรือกิจการโรงแรม สถานมหรสพ งานขนส่ง ร้านอาหาร ร้านขายเครื่องดื่ม สโมสร สมาคม หรือสถานพยาบาล นายจ้างอาจให้ลูกจ้างทำงานในวันหยุดได้เท่าที่จำเป็น

เวลาพัก

ไม่น้อยกว่าวันละ 1 ชั่วโมง หลังจากลูกจ้างทำงานมาแล้วไม่เกิน 5 ชั่วโมงติดต่อกัน

สำหรับลูกจ้างเด็ก หลังจากทำงานมาแล้วไม่เกิน 4 ชั่วโมงติดต่อกัน

วันหยุด

วันหยุดประจำสัปดาห์ไม่น้อยกว่า 1 วัน/สัปดาห์

วันหยุดตามประเพณีไม่น้อยกว่า 13 วัน/ปี โดยรวมวันแรงงานแห่งชาติ

ลูกจ้างที่ทำงานติดต่อกันครบ 1 ปี มีสิทธิหยุดพักผ่อนประจำปีไม่น้อยกว่า 6 วันทำงาน/ปี

วันลา

ลาป่วย ได้เท่าที่ป่วยจริง ได้รับค่าจ้างตลอดระยะเวลาที่ลา แต่ไม่เกิน 30 วัน/ปี

ลากิจ ได้ตามที่กำหนดในข้อบังคับการทำงาน

วันลาเพื่อคลอดบุตร ลูกจ้างหญิงมีสิทธิลาเพื่อคลอดบุตรครรภ์หนึ่งไม่เกิน 90 วัน นับรวมวันหยุดที่มีระหว่างวันลาด้วยโดยได้รับค่าจ้างไม่เกิน 45 วัน

ค่าจ้าง

จ่ายไม่น้อยกว่าเดือนละหนึ่งครั้ง และไม่น้อยกว่าอัตราค่าจ้างขั้นต่ำ

ค่าล่วงเวลาในวันทำงาน

จ่ายไม่น้อยกว่า 1.5 เท่าของค่าจ้างปกติต่อชั่วโมง

ค่าชดเชย

นายจ้างต้องจ่ายค่าชดเชยให้ลูกจ้างเมื่อเลิกจ้างลูกจ้างโดยไม่มีความผิดในอัตราตามที่กำหนดไว้ในกฎหมาย

นายจ้างมีสิทธิเลิกจ้างโดยไม่จ่ายค่าชดเชย ในกรณีดังต่อไปนี้

(1) ทุจริตต่อหน้าที่หรือกระทำความผิดอาญาโดยเจตนาแก่นายจ้าง

(2) จงใจทำให้นายจ้างได้รับความเสียหาย

(3) ประมาทเลินเล่อเป็นเหตุให้นายจ้างได้รับความเสียหายอย่างร้ายแรง

(4) ฝ่าฝืนข้อบังคับเกี่ยวกับการทำงาน หรือระเบียบ หรือคำสั่งของนายจ้างอันชอบด้วยกฎหมายและเป็นธรรม และนายจ้างได้ตักเตือนเป็นหนังสือแล้ว ทั้งนี้หนังสือเตือนให้มีผลบังคับได้ไม่เกิน 1 ปี นับแต่วันที่ลูกจ้างกระทำผิด เว้นแต่กรณีที่ร้ายแรงนายจ้างไม่จำเป็นต้องตักเตือน

(5) ละทิ้งหน้าที่เป็นเวลา 3 วันทำงานติดต่อกันไม่ว่าจะมีวันหยุดคั่นหรือไม่ก็ตาม โดยไม่มีเหตุผลอันควร

(6) ได้รับโทษจำคุกตามคำพิพากษาถึงที่สุดให้จำคุก เว้นแต่ เป็นโทษสำหรับความผิดที่ได้กระทำโดยประมาทหรือความผิดลหุโทษ

กฎกระทรวงคุ้มครองแรงงานในงานประมงทะเล พ.ศ. 2557

ในกิจการประมงทะเลที่มีลูกจ้างตั้งแต่ 1 คน ขึ้นไป นายจ้างต้องปฏิบัติ ดังต่อไปนี้

1. ห้ามหักค่าจ้างลูกจ้าง ยกเว้นเป็นการหักตามมาตรา 76 แห่งพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ.2541
2. ห้ามเรียกหรือรับหลักประกันจากลูกจ้าง เว้นแต่เป็นงานตามที่กำหนดในประกาศกระทรวงแรงงาน เรื่องหลักเกณฑ์และวิธีการเรียกหรือรับหลักประกันการทำงาน หรือหลักประกันความเสียหายในการทำงานจากลูกจ้าง พ.ศ. 2551
3. ห้ามรับเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี ทำงาน
4. ให้นายจ้างจ่ายค่าจ้างไม่น้อยกว่าอัตราค่าจ้างขั้นต่ำ
5. ต้องจัดให้ลูกจ้างมีเวลาพัก ไม่น้อยกว่า 10 ชั่วโมง ในระหว่างการทำงาน 24 ชั่วโมง และไม่น้อยกว่า 77 ชั่วโมง ในระยะเวลาการทำงาน 7 วัน

6. ต้องจัดทำสัญญาจ้างเป็นหนังสือที่มีข้อความถูกต้องตรงกันจำนวนสองฉบับ โดยมอบให้ลูกจ้างและนายจ้างเก็บไว้ฝ่ายละหนึ่งฉบับ

7. ต้องนำตัวลูกจ้างไปรายงานตัวต่อพนักงานตรวจแรงงานอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง นับแต่วันทำสัญญาจ้าง

8. กรณีที่มีลูกจ้างตั้งแต่สิบคนขึ้นไปนายจ้างต้องจัดทำทะเบียนลูกจ้าง เอกสารการจ่ายค่าจ้าง ค่าทำงานในวันหยุดเป็นภาษาไทยเก็บไว้ให้พนักงานตรวจแรงงานตรวจสอบ

9. ต้องจ่ายค่าจ้างและค่าทำงานในวันหยุดเดือนหนึ่งไม่น้อยกว่า 1 ครั้ง เงินส่วนแบ่งให้จ่ายตามที่ตกลงกันแต่ไม่เกิน 3 เดือนครั้ง หากผิดนัดการจ่ายให้จ่ายดอกเบี้ยร้อยละ 15 ต่อปี ในกรณีจงใจให้จ่ายเงินเพิ่ม ร้อยละ 15 ทุก 7 วัน

10. ต้องจัดให้ลูกจ้างมีวันหยุดประจำปีในปีหนึ่งไม่น้อยกว่า 30 วัน โดยได้รับค่าจ้างไม่น้อยกว่าอัตราค่าจ้างขั้นต่ำ ถ้าให้ลูกจ้างทำงานในวันหยุดให้จ่ายเงินเพิ่มขึ้นอีกไม่น้อยกว่า 1 เท่า

11. ให้ลูกจ้างมีสิทธิลาป่วยได้เท่าที่ป่วยจริงโดยได้รับค่าจ้างปีหนึ่ง ไม่เกิน 30 วัน

12. ต้องจ่ายเงินให้ลูกจ้างไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 ของค่าจ้างขั้นต่ำกรณีที่ลูกจ้างไปตกค้างอยู่ในต่างประเทศเพราะทำงานให้นายจ้าง

13. ต้องดำเนินการหรือออกค่าใช้จ่ายในการส่งลูกจ้างกลับสถานที่ที่รับลูกจ้างเข้าทำงานในกรณีเรืออับปาง ลูกจ้างประสบอันตราย บาดเจ็บหรือเสียชีวิต หากหน่วยงานราชการเป็นผู้ส่งตัวลูกจ้างกลับให้มีสิทธิไล่เบี้ยเงินที่ได้จ่ายไปคืนจากนายจ้าง

14. ให้ความรู้แก่ลูกจ้างเกี่ยวกับสภาพการทำงาน การใช้เครื่องมือสุขภาพอนามัย สภาพความเป็นอยู่ และอุปกรณ์ความปลอดภัยบนเรือก่อนทำงาน

คำแนะนำขณะทำงานในประเทศไทย

- ห้ามทำผิดกฎหมาย ได้แก่ กฎหมายพื้นฐานเกี่ยวกับกฎหมายอาญาและยาเสพติด ห้ามเล่นการพนันทุกชนิด ห้ามครอบครองอาวุธปืน ห้ามขับรถโดยไม่มีใบอนุญาตขับขี่หรือขับในขณะเมาสุรา เป็นต้น
- ห้ามดื่มสุราและของมึนเมา ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของการทะเลาะวิวาทและอาชญากรรม
- ต้องเคารพและปฏิบัติตามขนบธรรมเนียมและเรียนรู้มารยาทไทย
- ต้องพกใบอนุญาตทำงานอยู่กับตัวและพร้อมแสดงเมื่อเจ้าหน้าที่ตรวจสอบ
- มีมารยาทในการใช้บริการสาธารณะ เช่น ไม่แย่งขึ้นลงรถโดยสาร ไม่สูบบุหรี่ในที่ห้าม
- เคารพและเชื่อฟังนายจ้างตลอดจนหัวหน้างาน
- รู้จักรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง และบำรุงรักษาสุขภาพจิตให้สมบูรณ์อยู่เสมอ
- รู้ทักษะและหน้าที่เพื่อที่จะทำงานกับนายจ้างตามสัญญาจ้าง
- มีความประพฤติดี สุภาพกับทุกคน
- มีมนุษย์สัมพันธ์ในการทำงาน ทั้งกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน เพื่อเสริมสร้างบรรยากาศในการทำงาน
- ต้องแจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทันทีที่ประสบปัญหาหรือไม่ได้รับความเป็นธรรมจากนายจ้าง
- ไม่ปลอมเอกสารราชการทุกชนิด
- หากจะลาออกจากงานต้องแจ้งให้นายจ้างทราบล่วงหน้า
- ไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นเพื่อนร่วมงานชาติเดียวกันหรือคนต่างชาติ หรือกับนายจ้าง
- รับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน ปฏิบัติงานด้วยความอุตสาหะ และซื่อสัตย์

- เคารพกฎจราจร และป้ายเตือนต่างๆ

- ช่วยเหลือและเป็นมิตรกับนายจ้าง เพื่อนร่วมงาน และคนในท้องถิ่น

- อย่าหลงเชื่อผู้ที่แอบอ้างว่าสามารถช่วยเหลือให้ท่านอยู่หรือทำงานในประเทศไทยหรือดำเนินการเรื่องเอกสาร เช่น พาสปอร์ต วีซ่า เพราะท่านอาจถูกหลอกลวงให้เสียสิทธิที่ถูกต้องและเสียค่าใช้จ่ายฟรี ขอให้ติดต่อกับหน่วยงานของทางราชการเท่านั้น

พระราชบัญญัติการทำงานของคนต่างด้าว พ.ศ. 2551

1. คนต่างด้าวผู้ใดทำงานโดยไม่ได้รับใบอนุญาตต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินห้าปี หรือปรับตั้งแต่สองพันบาทถึงหนึ่งแสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

2. ห้ามมิให้บุคคลใดรับคนต่างด้าวเข้าทำงาน เว้นแต่คนต่างด้าวซึ่งมีใบอนุญาตทำงานกับตนเพื่อทำงานตามประเภทหรือลักษณะงานที่ระบุไว้ในใบอนุญาต ณ ท้องที่หรือสถานที่ที่ระบุไว้ในใบอนุญาต ผู้ใดฝ่าฝืน ต้องระวางโทษปรับไม่เกินหนึ่งหมื่นบาทและถ้าคนต่างด้าวนั้นไม่มีใบอนุญาต ผู้กระทำต้องระวางโทษปรับตั้งแต่หนึ่งหมื่นบาทถึงหนึ่งแสนบาทต่อคนต่างด้าวที่จ้างหนึ่งคน

3. คนต่างด้าวต้องมีใบอนุญาตทำงานอยู่กับตัว หรืออยู่ ณ สถานที่ทำงานในระหว่างเวลาทำงาน หากฝ่าฝืนไม่ปฏิบัติตามต้องระวางโทษปรับไม่เกินหนึ่งหมื่นบาท

4. ไม่เปลี่ยนนายจ้างโดยไม่ได้รับอนุญาต คนต่างด้าวต้องทำงานกับนายจ้างที่ระบุในสัญญาและขอใบอนุญาตทำงานเท่านั้น ไม่สามารถเปลี่ยนนายจ้างได้ ยกเว้นภายใต้เงื่อนไข 4 กรณี คือ นายจ้างตาย นายจ้างล้มละลาย นายจ้างทำร้ายร่างกายลูกจ้าง และนายจ้างไม่ปฏิบัติตามสัญญาจ้างแรงงาน หรือกฎหมายคุ้มครองแรงงาน

การขอรับความช่วยเหลือในประเทศไทย

1. สถานเอกอัครราชทูตสาธารณรัฐเมียนมาประจำประเทศไทย
   เลขที่ 132 ถนนสาทรเหนือ ซอย 71 ถนนสาทรเหนือ
   เขตบางรัก กรุงเทพฯ 10500
   โทรศัพท์ 0-2233-7250, 0-2234-0278 โทรสาร 0-2234-6898
2. สำนักงานตำรวจแห่งชาติ แจ้งเหตุด่วนเหตุร้าย Hot line 191
3. สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ Hot line 1669
   (เจ็บป่วยฉุกเฉินบริการฟรี 24 ชั่วโมง)
4. กรมการจัดหางาน www.doe.go.th หรือHot line 1694
   หรือสำนักงานจัดหางานจังหวัดทุกจังหวัด
5. หากไม่ได้รับความเป็นธรรมจากการจ้างงานลูกจ้างสามารถร้องเรียนได้ที่กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน www.labour.go.th หรือ Hot line 1546 หรือสำนักงานสวัสดิการและคุ้มครองแรงงานจังหวัดทุกจังหวัด
6. หากถูกละเมิดสิทธิมนุษยชน ติดต่อ สำนักงานคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ โทรศัพท์ 0-2141-3800, 0-2141-3900
   หรือ Hot line 1377 หรือ www.nhrc.co.th
7. สงสัยหรือพบเห็นการค้ามนุษย์ แจ้งได้ที่สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ในจังหวัดนั้นๆ หรือศูนย์ประชาบดี
   Hot line 1300
8. รับแจ้งปัญหาแรงงานต่างด้าว www.doe.go.th/helpme

แหล่งข้อมูลอ้างอิง

1. กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน กระทรวงแรงงาน
2. สำนักงานประกันสังคม กระทรวงแรงงาน
3. สำนักงานจัดหางานจังหวัดสกลนคร กรมการจัดหางาน กระทรวงแรงงาน

ထိုင်းနိုင်ငံတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ခွင့်ရရှိသည့် နိုင်ငံခြားသားရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများသင်တန်း လမ်းညွှန်

နိုင်ငံခြားသားအလုပ်သမားစီမံခန့်ခွဲရေးရုံး
အလုပ်အကိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးဝန်ကြီးဌာန

မာတိကာ

	စာမျက်နှာ
ထိုင်းနိုင်ငံအကြောင်းသိကောင်းစရာ	25
ဂန်ထမ်းစာချုပ်	29
ခံစားခွင့်များ	32
စည်းကမ်း အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် ကျန်းမာရေး	33
ဥပဒေနှင့်တားမြစ်ချက်များ	36
ထိုင်းနိုင်ငံတွင် အကူအညီတောင်းခံခြင်း	44

ထိုင်းနိုင်ငံအကြောင်းသိကောင်းစရာ

နိုင်ငံအမည်	ထိုင်းနိုင်ငံ (Kingdom of Thailand)
မြို့တော်	ဘန်ကောက်မြို့ (Bangkok)
အကျယ်အဝန်း	၅၁၃,၁၁၅ စတုရန်းကီလိုမီတာ
နယ်စပ်	အရှေ့ဘက်တွင် လာအိုနှင့်ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ တောင်ဘက်တွင် မလေးရှားနိုင်ငံ
အနောက်ဘက်တွင်	မြန်မာနိုင်ငံ
မြောက်ဘက်တွင်	မြန်မာနိုင်ငံနှင့်လာအိုနိုင်ငံ
လူဦးရေ	၆၆ သန်းခန့်
ဘာသာစကား	ထိုင်းဘာသာ
အလံ	အလံတွင် ၃ ရောင်ရှိပြီး အနီရောင်သည် လူမျိုး
အဖြူရောင်သည်	ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ
အပြာရောင်သည်	ဘုရင်မျိုးနွယ် ကိုဆိုလိုသည်
ငွေကြေး	ဘတ် (THB)
အုပ်ချုပ်ရေး	ထိုင်းနိုင်ငံသည် ဘုရင်အုပ်ချုပ်ရေးဦးဆောင်မှုအောက်တွင်ဒီမိုကရေစီအုပ်ချုပ်ရေးစနစ်ကျင့်သုံးသည်
ကိုးကွယ်မှု	ထိုင်းနိုင်ငံလူဦးရေ၏ ၉၅% သည် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ၊ ၄% သည် ခရစ်ယာန်ဘာသာနှင့် ၁% သည်အခြားဘာသာကိုးကွယ်သည်
အလုပ်ပိတ်ရက်နှင့်အလုပ်လုပ်ရက်များ	အစိုးရရုံးအလုပ်လုပ်ရက် တနင်္လာမှ သောကြာ စနေ၊ တနင်္ဂနွေနှင့် ရုံးပိတ်ရက်များ ရုံးပိတ်သည် ပုဂ္ဂလိကကုမ္ပဏီများသည် အများအားဖြင့် တနင်္ဂနွေနှင့် ရုံးပိတ်ရက်များ အလုပ်ပိတ်သည်

နိုင်ငံပထဝီဝင်အနေအထား

ထိုင်းနိုင်ငံသည် အရှေ့တောင်အာရှတိုက်တွင် တည်ရှိပြီး အနောက်ဘက်တွင် အိန္ဒိယနိုင်ငံနှင့် အရှေ့ဘက်တွင် တရုတ်နိုင်ငံစသည့် ဧရိယာကြီးမားသည့် ၂ နိုင်ငံကြားဆက်သွယ်ထားသော “အင်ဒိုချိုင်းနား”

ကျွန်းဆွယ်တွင် တည်ရှိသည်။ ထိုင်းနိုင်ငံသည် ထိုင်းပင်လယ်ကွေ့နှင့် အန္ဒမန်ပင်လယ် ၂ ခုနှင့်ထိစပ်နေသည်။ ထိုင်းနိုင်ငံ၏ပုံပန်းသဏ္ဍာန်သည် ရေခပ်သည့်အုန်းမှုတ်ခွက် သို့မဟုတ် ရှေးဟောင်းပေါက်ဆိန် သို့မဟုတ် ဆင်နှာမောင်းသည်ပင်လယ်ဘက်သို့ကျနေသည့် ဆင်ဦးခေါင်းပုံစံနှင့်တူသည်။

ရာသီဥတုအခြေအနေ

ထိုင်းနိုင်ရာသီတုသည် ပူနွေးရာသီဥတုဖြစ်ပြီး ထိုင်းတောင်ပိုင်းမှလွဲ၍ အပူဆုံးကာလသည် နွေရာသီဖြစ်သော ဧပြီလ-မေလဖြစ်ပြီး မိုးရာသီသည် မေလလယ်မှ အောက်တိုဘာလအထိ၊ ဆောင်းရာသီသည် အများအားဖြင့် နိုဝင်ဘာလမှ မတ်လလယ်အထိ ရာသီဥတု ၃ မျိုးရှိသည်။ တောင်ပိုင်းသည် တနှစ်ပတ်လုံးပူနွေးပြီး နွေရာသီနှင့် ဆောင်းရာသီဟူ၍ ရာသီဥတု ၂ မျိုးသာရှိသည်။

လူမှုရေးနှင့်ဓလေ့ရိုးရာ

ထိုင်းလူ့အဖွဲ့အစည်းသည် ယဉ်ကျေးမှုမျိုးစုံရှိသော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်ပြီး အခြေခံအားဖြင့် လူမျိုးစု၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အများအပြား စုပေါင်းထားသည်။ သို့သော် အတူတကွပူးပေါင်းလက်တွဲနေထိုင်နိုင်ပြီး သီးသန့်ထူးခြားသော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်သည်ကိုပင် မေ့လျော့နေသည်။ လွတ်လပ်မှု ချစ်မြတ်နိုးခြင်း၊ ဘာသာတရားနှင့် ဘုရင့်မျိုးနွယ် ကိုးကွယ်ယုံကြည်ခြင်း၊ တမူထူးခြားပြီး လှပသောကိုယ်ပိုင်ထုံးတမ်းစဉ်လာရှိခြင်း၊ သက်ကြီးစကား နားထောင်ခြင်း၊ မွေးစားခံစနစ်လက်ခံခြင်း၊ အကြမ်းဖက်မှုမလိုလားခြင်း၊ အပေးအယူညှိနှိုင်းမှု ကြိုက်နှစ်သက်ခြင်း၊ ဘဝကိုရိုးရိုးရှင်းရှင်းနေထိုင်ခြင်း စသည့်ထုံးတမ်းစဉ်လာရှိသည်။ ကမ္ဘာကြီး၏ လျှင်မြန်စွာအပြောင်းအလဲဖြစ်ပွားမှု နည်းပညာအသစ်အဆန်းများ တိုးတက်ထွန်းကားလာမှု၊ ဆက်သွယ်ရေးအဆင်ပြေ ချောမွေ့မှု၊ စားသုံးသူများ၏ ရေပန်းစားမှုပြောင်းလဲခြင်းတို့ကြောင့် အချို့သောနေထိုင်မှု နည်းလမ်းများသည် မြို့ပြနှင့် ကျေးလက်ဒေသများပါမကျန် ပြောင်းလဲလာစေပြီး နိုင်ငံခြားသားများ အထူးသဖြင့် အာရှတိုက်သားများနှင့် တရင်းတနှီးဖြစ်လာသည်။

ထိုင်းလူ့အဖွဲ့အစည်းသည် မျိုးရိုးအစဉ်အလာစောင့်ရှောက်သော အဖွဲ့အစည်းဖြစ်သည်။ လေးစားချစ်ခင်သူအားရှိသေခြင်း၊ ခိုင်မာသောပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု အထူးသဖြင့် ကျေးလက်ဒေသလူ့အဖွဲ့အစည်းများ၏ အခါကြီးရက်ကြီးများတွင် အလှူအတန်း စုပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ဥပမာ ကွယ်

လွှန်သွားပြီးသောသူများအားရည်စူး၍ သင်္ကြန်ရက်မြတ် အလှူဒါနပြုခြင်း၊ ပစ္စည်းဝတ္ထုဖြင့်ကန်တော့ခြင်း၊မိဘနှင့်သက်ကြီးရွယ်အိုထံမှရေလောင်းဆုမွန်ခံယူခြင်းတို့ ပြုလုပ်ကြသည်။

ထိုင်းယဉ်ကျေးမှု

၁။ ထိုင်းလူမျိုးများသည် လက်အုပ်ချီနှုတ်ဆက်ကြပြီး "ဆဝပ်ဒီး" ဟု ပြောဆိုလေ့ရှိသည်။

၂။ ထိုင်းလူမျိုးများသည် အရင်ကသိကျွမ်းမှုမရှိသော်လဲ အိမ်နီးချင်း ကောင်းပြသသည့်အနေဖြင့် ပြုံးပြကြလေ့ရှိသည်။

၃။ ထိုင်းနိုင်ငံတော်သီချင်းကြားရပါက လူမျိုးအမွေအနှစ်ကို လေးစားဂုဏ်ပြုရန် မတ်တပ်ရပ်အလေးပြုသင့်သည်။

၄။ ဘုရင်မင်းမြတ်အားဂုဏ်ပြုသည့်သီချင်းကို ဇာတ်ရုံ၊ ရုပ်ရှင်ရုံ သို့မဟုတ် အခြားနေရာများတွင်ကြားရပါက ဘုရင်မျိုးနွယ်အားလေးစားဂုဏ်ပြုရန် အားလုံး မတ်တပ်ရပ်အလေးပြုသင့်သည်။

၅။ အိမ်တွင်းသို့ဝင်ရောက်ပါက သို့မဟုတ် ဘုရားကျောင်း ဥပမာ ဘုန်းကြီးကျောင်း၊ သိမ် စသည်တို့သို့ဝင်ရောက်ပါက ဖိနပ်ချွတ်သင့်သည်။

၆။ တစုံတယောက်၏ဖိတ်ကြားခံရခြင်း သို့မဟုတ် တစုံတဦးထံ အလည်အပတ်သွားရောက်ခြင်းပြုပါက ဧည့်ဝတ်တရားပြသရန် လက်ဆောင်တစုံ တခုယူဆောင်သွားသင့်ပြီးအိမ်ရှင်မှလည်းဧည့်သည်အား ဧည့်ခံသင့်သည်။

၇။ ထိုင်းလူမျိုးများသည် ရင်းနှီးအကျွမ်းဝင်ပါက နာမည်ရင်းကိုခေါ်လေ့ရှိပြီး ယဉ်ကျေးမှုရှိစေရန် ချစ်စနိးနာမည်ရှေ့တွင် "ခွန်း" ထည့်ပြီးခေါ်လေ့ရှိသည်။

၈။ ထိုင်းလူမျိုးများသည် အစားအသောက်များကို ဇွန်းခရင်းဖြင့် စားလေ့ရှိသည်။

၉။ ထိုင်းလူမျိုးများသည် သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် လူကြီးလူကောင်းများအား လေးစားမှုပြုကြသည်။

၁၀။ ထမင်းကိုလူများနှင့်အတူစားသောက်ရပါက အသက်ကြီးသူများအား အရင်ဦးစားပေးစားသောက်စေသည်။

ရှောင်ရန်

၁။ လူမျိုး၊ ဘာသာသာသနာနှင့် ထိုင်းဘုရင်မျိုးနွယ်ကို ထိခိုက်စော်ကားခြင်း အပြုအမူများ မပြုလုပ်သင့်ပါ။

၂။ ထိုင်းလူမျိုးများသည် ဦးခေါင်းအား အထွတ်အထိပ်အဖြစ်ယူဆကြပြီး မယဉ်ကျေးသောအပြုအမူဟုယူဆသော ဦးခေါင်းအားကိုင်ခြင်း၊ ဦးခေါင်းကိုကျော်၍ ပစ္စည်းဖြင့်ပစ်ပေးခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပါ။

၃။ ထိုင်းလူမျိုးများသည် ခြေထောက်အား နိမ့်ကျမှုဟု ယူဆကြပြီး ခြေဖြင့်ညွှန်ကြားခြင်း၊ ခြေဖြင့်ရေးသားခြင်း သို့မဟုတ် လူပုဂ္ဂိုလ် သို့မဟုတ် ပစ္စည်းများ ဥပမာ ထမင်းဟင်း၊ စာအုပ် စသည်တို့ကို ခြေဖြင့်ကျော်လွှားခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပါ။

၄။ ဘုရားရုပ်ထုကို ထိုင်းလူမျိုးများက လေးစားကြည်ညိုကြပြီး စော်ကားသည့် အပြုအမူများ ဥပမာ ဆိုင်းဘုတ်ပေါ်တက်ခြင်း သို့မဟုတ် မသင့်လျော်သည့် နေရာတွင်ထားရှိခြင်း စသည်တို့ မပြုလုပ်သင့်ပါ။

၅။ မင်္ဂလာရှိသောအခမ်းအနားများ ဥပမာ မင်္ဂလာဆောင်၊ လူနာဆီသွားခြင်း၊ မွေ့နေ့ပွဲစသည့်အခမ်းအနားများသို့ အနက်ရောင်အဝတ်အစား မဝတ်ဆင်သင့်ပါ။

၆။ အများပြည်သူလူမြင်ကွင်းနေရာများ ဘာသာရေးဆိုင ရာနေရာများတွင် ချစ်နှစ်သက်မှုကိုဖော်ပြသော ပွေ့ဖက်ခြင်း နမ်းခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပါ။

၇။ မယဉ်ကျေးသောအဝတ်အစားများဥပမာ ဘောင်းဘီအကျီတိုများ သို့မဟုတ် လက်မောင်းဖော်အဝတ်အစားများအား ဘာသာရေးဆိုင်ရာနေရာ သို့မဟုတ် အရေးကြီးနေရာများတွင် ဝတ်ဆင်ခြင်းမပြုသင့်ပါ။

၈။ အများပြည်သူလူမြင်းကွင်း သို့မဟုတ် အများရှေ့တွင် အခြားသူများ အရှက်တကွဲဖြစ်စေမည့် မည်သည့်လုပ်ဆောင်ချက်များကိုမဆို မပြုလုပ်သင့်ပါ။

၉။ ထိုင်းလူမျိုးများ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးများအား ပွေ့ဖက်ခြင်း သို့မဟုတ် နမ်းခြင်းဖြင့် နှုတ်ဆက်ခြင်းမပြုလုပ်သင့်ပါ။

၁၀။ စားသောက်နေစဉ်တွင်း စကားကျယ်လောင်စွာပြောခြင်း၊ အသံကျယ်စွာဂါးစားခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပါ။

ဂန်ထမ်းစာချုပ်

ဂန်ထမ်းစာချုပ်သည် လုပ်ငန်းခွင်စည်းကမ်းလမ်းညွှန်နှင့်ဆင်တူသည်။ နားလည်အောင်ဖတ်ရှုသင့်ပြီး တိကျစွာလိုက်နာလုပ်ဆောင်ရမည်။ လုပ်ငန်းအသေးစိတ် နှင့် အနေအထားကို နားလည်အောင်လေ့လာပြီး အောက်ပါအတိုင်း မှန်ကန်စွာလိုက်နာ လုပ်ဆောင်ရမည်။

၁။ စာချုပ်တွင် ရာထူးအမည်၊ လုပ်ခနှုန်းထား (အနဲဆုံးလုပ်ခနှုန်းထက် မနဲရ) နှင့် အနဲဆုံးတလလျှင်တကြိမ်ထက်မနဲသော လစာထုတ်ပေးမည့်ရက် ဖော်ပြပါရှိရမည်။

၂။ အလုပ်ခန့်အပ်မည့်အချိန်ကာလကို လုပ်ငန်းနေရာဌာနနှင့်အတူ ၁ နှစ် သို့မဟုတ် ၂ နှစ်စာချုပ်ချုပ်ကြောင်း ရှင်းလင်းစွာဖော်ပြပါရှိရမည်။

၃။ ပုံမှန်အလုပ်ချိန် တရက်လျှင် ၈ နာရီထက်မပိုပါ။ လုပ်ကိုင်ရမည့် လုပ်ငန်းသည် ကျန်းမာရေးနှင့်ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး အန္တရာယ်ရှိပါက တနေ့လျှင် ၇ နာရီထက်မပိုပါ။ ပုံမှန်အလုပ်ချိန်ထက်ပိုမိုလုပ်ကိုင်ရပါက အချိန်ပိုကြေးရရှိရမည်။ တပတ်လျှင် အလုပ်လုပ်ရက် ၆ ရက်ရှိသည်။

၄။ အလုပ်ရှင်သည် ဂန်ထမ်းအား တပတ်လျှင် ၁ ရက် လုပ်ခလစာရရှိသော ပိတ်ရက်နှင့် တနှစ်လျှင် ၁၃ ရက် လုပ်ခလစာရရှိသော ရုံးပိတ်ရက် သတ်မှတ်ပေးရမည်။ ဂန်ထမ်းသည် လုပ်သက်တနှစ်ပြည့်ပါက အလုပ်ရှင်သည် လုပ်ခလစာရရှိသော နှစ်စဉ်အလုပ်နားခွင့် အနဲဆုံး ၆ ရက်ပေးရန်သဘောတူသည်။

၅။ အလုပ်ရှင်သည် ဂန်ထမ်းအား ပုံမှန်အလုပ်ချိန်ထက်ပိုမိုလုပ်ကိုင်စေပါက အချိန်ပိုကြေးကို ပုံမှန်တနာရီလုပ်ခနှုန်းထက် ၁ဆခွဲ ပေးဆောင်ရမည်။ အလုပ်ရှင်သည် ဂန်ထမ်းအား အလုပ်ပိတ်ရက်တွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်စေပါက လုပ်အားခကို ပုံမှန်အလုပ်ရက်တနာရီလုပ်ခနှုန်းထက် ၂ဆ ပေးဆောင်ရမည်။

၆။ အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမားအတွက် ထမင်းတနေ့ ၃ နပ်စီစဉ်ပေးပြီး ကုန်ကျငွေကို အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမားကြား သဘောတူသည့်အတိုင်း ကျခံရမည်။

၇။ အလုပ်ရှင်သည် လုံခြုံစိတ်ချရပြီး ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော နေထိုင်စရာစီစဉ်ပေးရန် သဘောတူပြီး ကုန်ကျငွေကို အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမားကြား သဘောတူသည့်အတိုင်း ကျခံရမည်။

၈။ အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမားအတွက် သူနာပြုဆရာမကို စာချုပ်သက်တမ်းတလျှောက်လုံး ဥပဒေ၊ စည်းကမ်း နှင့် သတ်မှတ်ချက်နှင့်အညီ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးရန် သဘောတူသည်။

၉။ အလုပ်ရှင်သည် ဂန်ထမ်း၏ ထိုင်းနိုင်ငံအထိ ခရီးကုန်ကျစားရိတ်၊ အဆောင်ရောက်သည်အထိ ယာဉ်၊ စာချုပ်သက်တမ်းကုန်ဆုံးပါက မူရင်းနေရပ်သို့ အပြန်ခရီးကုန်ကျစားရိတ် ဂန်ထမ်း၏အမှား သို့မဟုတ် ဂန်ထမ်းမှ စာချုပ်ရုပ်သိမ်းမှုကြောင့်မှလွဲ၍ အလုပ်ရှင်မှ အကုန်အကျခံစီစဉ်ပေးရမည်။

၁၀။ ဂန်ထမ်းသည် ထိုင်းနိုင်ငံဓလေ့ထုံးတမ်းစဉ်လာနှင့် ဥပဒေနှင့် ညီညွတ်သော အလုပ်ရှင်ကုမ္ပဏီ၏ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာ လုပ်ဆောင်ရမည်။ / ဂန်ထမ်းသည် အခြားပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် လုပ်ကိုင်ပေးခြင်းမရှိဘဲ အလုပ်ရှင်အတွက်သာ အလုပ်လုပ်ကိုင်ပေးရမည်။ / ဂန်ထမ်းသည် ဆူပူဆန္ဒပြခြင်း သို့မဟုတ် ဥပဒေချိုးဖောက်ခြင်း စသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များ မပြုလုပ်ရ။

၁၁။ အကယ်၍ အလုပ်ရှင်သည် စာချုပ်ရုပ်သိမ်းရန်ဆန္ဒရှိပါက ဂန်ထမ်းအား အနဲဆုံး ၁ လကြိုတင်အသိပေးအကြောင်းကြားရမည် သို့မဟုတ် စာချုပ် ဖျက်သိမ်းမှုအတွက် လစာငွေ ၁ လစာ သို့မဟုတ် ထိုင်းအလုပ်သမားဥပဒေနှင့်အညီပေးဆောင်ပြီး ဂန်ထမ်း၏အပြန်ခရီးစားရိတ်ပါ ပေးဆောင်ရမည်။ / အကယ်၍ ဂန်းထမ်းသည် စာချုပ်ရုပ်သိမ်းရန်ဆန္ဒရှိပါက အလုပ်ရှင်အား အနဲဆုံး ၁ လကြိုတင် အကြောင်းကြားပြီး မိမိနိုင်ငံသို့အပြန်ခရီးစရိတ်ကို ဂန်ထမ်းမှ ကျခံရမည်။

၁၂။ အလုပ်ရှင်သည် ဘေးဆိုးအန္တရာယ်ကျရောက်ပါက ဥပမာ သဘာဂဘေးအန္တရာယ်၊ ဆန္ဒပြမှု၊ စစ်ပွဲ သို့မဟုတ် တိုက်ခိုက်မှုတိုက်ပွဲများဖြစ်ပွားပါက လုံခြုံစိတ်ချရသည့်နေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းပေးရမည်။ အလုပ်ဆက်လက်လုပ်ကိုင်ရန် အဆင်မပြေပါက အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမားအား မူလနိုင်ငံသို့ ပြန်ပို့ပြီး ကုန်ကျစားရိတ်အားလုံး ကျခံရမည်။ / ဤစာချုပ်တွင်ဖော်ပြသော အခြား သတ်မှတ်ချက်များသည် ဥပဒေနှင့်ညီညွတ်ရမည်။

ရေလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်ပါက ရေလုပ်ငန်းအလုပ်ခွင့်ပြုချက်ရှိရမည်

အသေးစိတ်အချက်လက်များ

၁။ စာချုပ်တွင် ရာထူးအမည်/အလုပ်စတင်ရမည့်ရက်/စာချုပ်တွင် စာချုပ်သက်တမ်းသတ်မှတ်ပါက စာချုပ်သက်တမ်းကုန်ဆုံးမည့်ရက်များ ဖော်ပြပါရှိရမည်။

၂။ အလုပ်ရှင်သည် ဝန်ထမ်းအား အောက်ပါခံစားခွင့်များ ပေးရမည်။

၂-၁။ အနဲဆုံးလုပ်ခနှုန်းထားထက်မနဲသော တရက်လုပ်အားခ/လစာငွေ (သတ်မှတ်ချက်နှင့် လုပ်အားခပေးချေနည်းအသေးစိတ် သတ်မှတ်ဖော်ပြရမည်)

၂-၂။ ဖမ်းဆီးရမိသောရေသတ္တဝါ၏ တန်ဖိုးအလိုက် သဘောတူညီချက် အတိုင်း ဝေစုခွဲဝေပေးရမည်။ (ခွဲပေးမည့် ငွေ သို့မဟုတ် ရာခိုင်နှုန်းအတိအကျကို သတ်မှတ်ချက်နှင့်ပေးချေနည်း အသေးစိတ် သတ်မှတ်ဖော်ပြရမည်)

၂-၃။ သဘာတူညီသည့်အတိုင်း အခြားငွေများ (ရှိခဲ့လျှင်) (သတ်မှတ်ချက်နှင့်ပေးချေနည်း အသေးစိတ် သတ်မှတ် ဖော်ပြရမည်)

၃။ အလုပ်ရှင်သည် ဝန်ထမ်းအား အချိန်ကာလ ၂၄ နာရီတွင် အနဲဆုံး ၁၀ နာရီထက်မနည်း၊ ၇ ရက်အချိန်ကာလတွင် ၇၇ နာရီထက်မနည်း အနားပေးရမည်။

၄။ အလုပ်ရှင်မှအောက်ပါထောက်ပံ့မှုများပေးရမည်။

၄-၁။ ထမင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော သောက်ရေ၊ အိမ်သာ၊ ရှေးဦးသူနာပြုစုရေးဆေးဝါးများအား ဝန်ထမ်းအရေအတွက်နှင့်သင့်လျော်စွာ လှေပေါ်တွင်နေထိုင်ရမည့်အချိန်ကာလအလိုက် လုံလုံလောက်လောက်ထားရှိရမည်။

၄-၂။ အခြားထောက်ပံ့မှုများရှိပါက ဖော်ပြပါ။

၅။ အလုပ်ရှင်သည်လှေသင်္ဘောပေါ်တွင်ဥပဒေသတ်မှတ်ထားသော စံနှုန်းများအတိုင်း လုပ်ငန်းခွင် ဘေးအန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး ပစ္စည်းကိရိယာများ ထားရှိပြီး လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေနှင့်ပတ်သက်သောဗဟုသုတများ၊ အလုပ်စတင်မလုပ်ကိုင်မီ အဆိုပါပစ္စည်းကိရိယာများအသုံးပြုနည်းကို သင်ကြားပို့ချရမည်။

၆။ ဝန်ထမ်းသည် တာဝန်ဝတ္တရားများကို စည်းစနစ်တကျ တိကျမှန်ကန်စွာနှင့် ဖြောင့်မတ်စွာ လုပ်ဆောင်ရမည်။ ဥပဒေနှင့်ညီညွတ်သော အလုပ်ရှင်၏အမိန့်ကို ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိဖြင့် ချိုးဖောက်ခြင်း သို့မဟုတ် တာဝန်ဝတ္တရားပျက်ကွက်ခြင်း သို့မဟုတ် အလုပ်ရှင်အားထိခိုက်ပျက်စီးစေသော မည်သည့်လုပ်ဆောင်ချက်ကိုမျှ မပြုလုပ်ရ။

၇။ ဝန်ထမ်းသည် အစိုးရအရာရှိများ/ရေလုပ်ငန်းအလုပ်သမားအဖွဲ့/ မိသားစုဝင်များအား ဆက်သွယ်ခွင့်ရှိသည်။

၈။ ဤစာချုပ်တွင်ဖော်ပြသော စည်းကမ်းများသည် အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား မှ ၂၀၁၄ ခုနှစ် ရေလုပ်ငန်းအလုပ်သမားစောင့်ရှောက်ရေးအက်ဥပဒေအညီ ဆောင်ရွက်ပြီး အလုပ်ရှင်သည် အဆိုပါအက်ဥပဒေနှင့်အထက်မြင့်သော စံချိန်ဖြင့် ဝန်ထမ်းအားလိုက်နာဆောင်ရွက်နိုင်သည်မှလွဲ၍ ဥပဒေနှင့်အညီဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

ခံစားခွင့်များ

လူမှုဖူလုံရေးအာမခံ

အာမခံထားရှိသည့် နိုင်ငံခြားသားဝန်ထမ်းသည် ဆေးကုသခွင့်ကတ်ပြားအရ ဆေးရုံ သို့မဟုတ် အဆိုပါဆေးရုံအသင်း၏ဆေးရုံခွဲများတွင် အခမဲ့ ဆေးကုသခွင့်ရှိသည်။ လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေးအာမခံစနစ် (ပရကန်စမ်ခုမ်း) သို့ဝင်ရောက်ရန် မှတ်ပုံတင်ပြီး လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေးအက်ဥပဒေ ၁၉၉၀ ခုနှစ်အရအာမခံကုန်ကျငွေပေးသွင်းပြီးနောက် လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေးအက်ဥပဒေ ၁၉၉၀ ခုနှစ်နှင့် လျော်ကြေးပေးရေး အက်ဥပဒေ ၁၉၉၄ ခုနှစ်အရ အောက်ပါအတိုင်း အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိသည်။

၁။ လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေးရံပုံငွေ နိုင်ငံခြားသားဝန်ထမ်းသည် လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေးအာမခံရုံး တွင် မှတ်ပုံတင်ရပြီး လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေးရံပုံငွေကို လစာ၏ ၅% ကိုဝန်ထမ်းမှလည်းကောင်း၊ ၅% ကိုအလုပ်ရှင်မှလည်းကောင်း၊ ၂.၇၅% ကို အစိုးရမှလည်းကောင်းပေးဆောင်သည်။ အကျိုးခံစားခွင့် ၇ မျိုးအတွက် အကျိုးခံစားရပြီး ၎င်းတို့မှာ ဖျားနာခြင်း သို့မဟုတ် အန္တရာယ်ကျရောက်ခြင်း၊ ဒုက္ခိတဖြစ်ခြင်း၊ အလုပ်ကြောင့်မဟုတ်သော သေဆုံးခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်း၊ ကလေးထောက်ပံ့စားရိတ်၊ သက်ကြီးရွယ်အိုဖြစ်ခြင်း၊ အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

၂။ လျော်ကြေးရံပုံငွေကို စီးပွားရေးလုပ်ငန်း အမျိုးအစားအလိုက် တမျိုးတည်းသောနှုန်းထား လစာ၏ ၀.၂ - ၁% ကို အလုပ်ရှင်တဖက်တည်းမှ ပေးဆောင်ရမည်။ ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်ခြင်း၊ ဖျားနာခြင်း၊ ဒုက္ခိတဖြစ်ခြင်း၊ အလုပ်ကြောင့် ပျောက်ဆုံးခြင်း သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းအတွက် အကျိုးခံစားခွင့်ရှိသည်။

အိမ်လုပ်ငန်း၊ စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေး၊ ရေလုပ်ငန်း၊ စီးပွားဖြစ်မဟုတ်သောရောင်းဝယ်ရေးလုပ်ငန်းများတွင်လုပ်ကိုင်သော MOU နိုင်ငံခြားသားအလုပ်သမားအုပ်စုသည် လူမှုဖူလုံရေးအာမခံစနစ်(ပရကန်စံခုမ်း) ဝင်ရောက်ရန်မလိုပါ။ သို့သော် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ကျန်းမာရေးအာမခံစနစ်သို့ ကျန်းမာရေးအာမခံအား တနှစ်လျှင် ၁,၆၀၀ ဘတ်ဖြင့်ဝယ်ယူပြီး ဝင်ရောက်နိုင်သည်။

ကျန်းမာရေးအာမခံ ခံစားခွင့်များ

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၏စနစ်အရ ကျန်းမာရေးဆေးကုသခွင့်ကို နိုင်ငံခြားသားသည် ဆေးစစ်ဆေးခြင်း၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ သတ်မှတ်ထားသော ဆေးရုံနှင့် ကျန်းမာရေးအားမခံထားရှိခြင်း၊ ဆေးစစ်ခ ၅၀၀ ဘတ်နှင့် ကျန်းမာရေးအာမခံ တနှစ်လျှင် ၁,၆၀၀ ဘတ်ပေးဆောင်ပြီး ထိုင်းလူမျိုးများနည်းတူ အထွေထွေကျန်းမာရေးအာမခံရရှိသည်။ အဆိုပါ အထွေထွေကျန်းမာရေးအာမခံအတွက် တက်ရောက်ကုသမှုခံယူလိုသည့် ဆေးရုံကို ရွေးချယ်နိုင်သည်။ နိုင်ငံခြားသားအလုပ်သမားသည် ပထမအကြိမ်ဖော်ပြထားသော ဆေးရုံတွင် တက်ရောက်ဆေးကုသခွင့်ရှိသည်။

စည်းကမ်း အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် ကျန်းမာရေး

လုပ်ငန်းခွင်ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးလိုက်နာရမည့်စည်းကမ်းများ

၁။ ခွင့်ပြုထားသည့်နေရာမှလွဲ၍ စက်ရုံအတွင်း ဆေးလိပ်မသောက်ရ။

၂။ ကြမ်းပြင် သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းခွင်နေရာတွင် တံတွေးမထွေးရ။

၃။ သတ်မှတ်ထားသည့်အမှိုက်ပုံးတွင်သာ အမှိုက်ပစ်ပါ။

၄။ လုပ်ငန်းခွင်နှင့်သင့်လျော်စွာ သပ်သပ်ရပ်ရပ်ဝတ်ဆင်ပါ

၅။ ကိရိယာများ၊ စက်များနှင့် တန်ဆာပလာများအား အဆင်သင့် အသုံးပြုနိုင်မှုရှိစေရန် စစ်ဆေးပါ။

၆။ ကိရိယာများ၊ စက်များနှင့် တန်ဆာပလာများအား အသုံးပြုနည်း ရှင်းပြခြင်းမပြုမီ အသုံးမပြုရ။

၇။ အန္တရာယ်ကာကွယ်ရေး အသုံးအဆောင်များအား အန္တရာယ်ဖြစ်ပွား နိုင်သည့်လုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်တိုင်း အသုံးပြုပါ။

၈။ အလုပ်လုပ်နေစဉ် နောက်ပြောင်ခြင်း ကျီစယ်ခြင်းမပြုရ။

၉။ ကိရိယာများ၊ စက်များနှင့် တန်ဆာပလာများ လုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်နေစဉ် ပျက်စီးချို့ယွင်းပါက သက်ဆိုင်ရာကြီး ကြပ်ရေးမှူးအား ချက်ချင်းအကြောင်းကြားပါ။

၁၀။ လုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်နေစဉ် မတော်တဆဖြစ်ပွားပါက သက်ဆိုင်ရာ ကြီးကြပ်ရေးမှူးအား ချက်ချင်းအကြောင်းကြားပါ။

၁၁။ လုပ်ငန်းပြီးဆုံးပါက ကိရိယာများ၊ စက်များနှင့် တန်ဆာပလာများနှင့် လုပ်ငန်းခွင်နေရာအား သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ပါ။

၁၂။ ကိရိယာများနှင့်တန်ဆာပလာများအား ခွင့်ပြုချက်မရဘဲ လုပ်ငန်းခွင်ပြင်ပသို့ ယူဆောင်ခြင်းမပြုရ။

၁၃။ လုပ်ငန်းခွင်ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးစည်းကမ်းများအား လေ့လာပြီး တိကျစွာလိုက်နာရမည်။

မတော်တဆဖြစ်ပွားမှုကာကွယ်ရေး

၁။ အမြင့်တွင်လုပ်ကိုင်ရပါက လုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်စဉ်အတွင်း အန္တရာယ် ကာကွယ်ရေးခါးပတ်နှင့် အသက်ကယ်ကြိုး ဝတ်ဆင်ရမည်။

၂။ လျှပ်စစ်ရှော့ဖြစ်ခြင်းအန္တရာယ်ကို အောက်ပါအတိုင်းကာကွယ်နိုင်သည်

- ပျက်စီးနေသောကိရိယာ သို့မဟုတ် တန်ဆာပလာများအသုံးမပြုရ
- ပလပ်စတစ်ကင်းမဲ့နေသောဝါယာကြိုးအား ပလပ်ပေါက်ဆက်သွယ် အသုံးမပြုရ

- သံချေးတက်သော၊ ပေါက်ပြဲရေစိုနေသော၊ ဆီပေနေသော သို့မဟုတ် ပျက်စီးနေသော ဂါယာကြိုးများ အသုံးမပြုရ။

- လျှပ်စစ်အန္တရာယ်နှင့်ပတ်သက်၍ လေ့လာပါ။

- ရေစိုနေသောလျှပ်စစ်ကိရိယာများအား အသုံးမပြုရ။

၃၊ ပစ္စည်းများ အန္တရာယ်ကင်းရှင်းစွာနှင့် ခါးနာခြင်းမဖြစ်ပွားအောင် မ,ယူခြင်း နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာလုပ်ဆောင်ရမည်။ မ,နိုင်ခြင်းမရှိပါက စက်ဖြင့် မ,ပါ။ တယောက်တည်း မ,ယူနိုင်ခြင်းမရှိပါက သူငယ်ချင်းများ အကူအညီခေါ်ပြီး မ,ပါ။ ဤနည်းဖြင့် လေးသော ပစ္စည်းများ မ,ပြီးနောက် ခါးနာမှုဖြစ်ပွားခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

၄၊ မီးလောင်မှုဖြစ်ပွားပါကလုပ်ဆောင်ရမည့်အချက်များလေ့လာပါ။ မီးငြိမ်းသတ်နည်း လေ့လာပါ။

၅၊ ဘေးအန္တရာယ်သတိပေးသင်္ကေတများ လေ့လာပါ။

ရှောင်ရှားရန်နှင့်သတိပြုရန်

၁၊ အန္တရာယ်ရှိသောဂန်ထမ်းနှင့်မသင့်လျော်သောစက်မောင်းနှင် လုပ်ကိုင်ခြင်း

၂၊ အန္တရာယ်ရှိသောနေရာသို့ ဂင်ရောက်ခြင်း ဥပမာ စက်လည်ပတ်နေသော နေရာပတ်ဂန်းကျင်၊ အမြင့်တွင်ဆွဲတင်နေသောနေရာအောက်ဖက်၊ အန္တရာယ်ရှိသော နေရာသို့ဂင်ရောက်ခြင်း

၃၊ ပစ္စည်းကိရိယာစစ်ဆေးခြင်း၊ သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ခြင်း၊ ပြင်ဆင်ခြင်း၊ စက်လည်ပတ်နေစဉ် သို့မဟုတ် စက်အပူရှိန်ရှိနေစဉ်

၄၊ အနီးအနားရှိ အခြားသူများအား အသိပေးခြင်းမရှိဘဲ စက်မောင်းနှင်ခြင်း သို့မဟုတ် စက်မောင်းနှင်ခြင်းမပြုမီ အန္တရာယ်ရှိမရှိ စစ်ဆေးခြင်းမရှိခြင်း

၅၊ တကိုယ်ရေအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေး ပစ္စည်းကိရိယာများ အသုံးမပြုခြင်း သို့မဟုတ် မသင့်လျော်စွာအသုံးပြုခြင်း သို့မဟုတ် မှန်ကန်စွာမသုံးမပြုခြင်း သို့မဟုတ် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော အဂတ်အစားဂတ်ဆင်ခြင်း

"မိမိ၏လုပ်ဆောင်ချက်များကို အားလုံးမှ သတိဖြင့်လုပ်ဆောင်ကြပါက မတော်တဆ ထိခိုက်မှုဆိုသည်မှာ လုံးဝမရှိနိုင်" ကြောင်းယုံကြည်ပါ။

အခြေခံကျန်းမာရေး

မိမိ၏ကျန်းမာရေး ကြံ့ခိုင်သန်စွမ်းမှုရှိစေရန်၊ စိတ်ပျော်ရွှင်ကောင်းမွန်စေရန် ထိမ်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နည်းကို ရုံပုံငွေနှင့်ကျန်းမာရေးတိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးရေးရုံးမှ အောက်ပါအတိုင်း အကြံပေးသည်။

၁။ အစားအသောက်အုပ်စုအမျိုးအစားစုံလင်စွာ စားသုံးရန်

၂။ တကြိမ်လျှင် ၁၀ မိနစ် တပါတ်လျှင် အနဲဆုံး ၃ ကြိမ်ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်း ပုံမှန်လုပ်ဆောင်ရန်

၃။ သင့်လျော်သည့်စိတ်လှုပ်ရှားမှုထိမ်းသိမ်းခြင်းအားနားလည်ရန်

၄။ အိမ်တွင်းနှင့်အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ကောင်းမွန်သောပတ်ဝန်းကျင်ဖန်တီးရန်

၅။ ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်သည့်အန္တရာယ် ရှောင်ရှားရန်

၆။ မကောင်းမှု၊ ဆေးလိပ်၊ အရက်၊ မူးယစ်ဆေးဝါး၊ လောင်းကစားမှု၊ လိင်လိုက်စားမှုများ ရှောင်ကြဉ်ရန်

ဥပဒေနှင့်တားမြစ်ချက်များ

အလုပ်သမားကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးအက်ဥပဒေ ၁၉၉၈ ခုနှစ် တန်းတူညီမျှရရှိရေး

အလုပ်ရှင်သည် ဝန်ထမ်းအား လုပ်ငန်းအခြေအနေ သို့မဟုတ် လုပ်ငန်း အနေအထားအရ လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်းမရှိသည်မှလွဲ၍ အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးအား လုပ်ငန်းတန်းတူအခွင့်အရေးပေးရမည်။

ပုံမှန်အလုပ်ချိန်

အလုပ်အကိုင်မရွေး တနေ့ ၈ နာရီထက်မပိုရ

ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်နှင့် ဘေးအန္တရာယ်ရှိနိုင်သောလုပ်ငန်းအတွက် တနေ့ ၇ နာရီထက်မပိုရ

အချိန်ပို

အလုပ်ရှင်မှ သဘောတူခွင့်ပြုချက် ရရှိရမည်။ သို့သော် ဆက်တိုက်လုပ်ရသောလုပ်ငန်း ရပ်ဆိုင်းပါက လုပ်ငန်းပျက်စီးဆုံးရှုံးမှု ဖြစ်ပွားနိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် အရေးပေါ်အလုပ်ဖြစ်ခြင်း ရှိပါက အလုပ်ရှင်သည် ဝန်ထမ်းအား လိုအပ်သော အချိန်ပို လုပ်ခိုင်းနိုင်သည်။

ပိတ်ရက်တွင်အလုပ်လုပ်ခြင်း

အလုပ်ရှင်မှ သဘောတူခွင့်ပြုချက် ရရှိရမည်။ သို့သော် ဆက်တိုက်လုပ်ရသော လုပ်ငန်း ရပ်ဆိုင်းပါက လုပ်ငန်းပျက်စီးဆုံးရှုံးမှု ဖြစ်ပွားနိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် ဟိုတယ်လုပ်ငန်း၊ အပန်းဖြေစခန်း၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး၊ စားသောက်ဆိုင်၊ အဖျော်ယမကာဆိုင်၊ အသင်းအဖွဲ့၊ အဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် ဆေးရုံလုပ်ငန်းဖြစ်ပါက အလုပ်ရှင်သည် ဝန်ထမ်းအား ပိတ်ရက်တွင် လိုအပ်သလို အလုပ်လုပ်ခိုင်းနိုင်သည်။

နားချိန်

ဆက်တိုက်အလုပ်လုပ်ပြီးနောက် အလုပ်ချိန် ၅ နာရီထက်မပိုဘဲ အနဲဆုံး တနေ့လျှင် ၁ နာရီ

ကလေးဝန်ထမ်းများအတွက် ဆက်တိုက်အလုပ်ချိန် ၄ နာရီထက် မပိုရ။

အလုပ်ပိတ်ရက်

အပတ်စဉ်ပိတ်ရက် တပါတ်လျှင် ၁ ရက်ထက်မနည်း ပိတ်ရက်။

နှစ်စဉ်အလုပ်ပိတ်ရက် အလုပ်သမားနေ့အပါအဝင် တနှစ်လျှင် ၁၃ ရက်ထက်မနည်း ပိတ်ရက်။

လုပ်သက် ၁ နှစ်ပြည့်ပြီးဝန်ထမ်းများ နှစ်စဉ်နားရက် တနှစ်လျှင် ၆ ရက်ထက်မနည်း နားရက်။

ခွင့်ရက်

ဖျားနာခွင့် အမှန်တကယ်ဖျားနာသည့်အတိုင်းခွင့်ယူနိုင်ပြီး တနှစ်လျှင် ရက် ၃၀ ထက်မကျော်သောဖျားနာခွင့်အတွက် လုပ်အားခရရှိသည်။

စီးပွားခွင့် လုပ်ငန်းခွင်စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်နှင့်အညီရရှိသည်။

မီးဖွားခွင့် အမျိုးသမီးဝန်ထမ်းများသည် တကြိမ်လျှင် မီးဖွားခွင့်ကို ပိတ်ရက်အပါအဝင် စုစုပေါင်း ၉၀ ရက်ထက်မကျော် ခွင့်ယူနိုင်ခွင့်ရှိပြီး ၄၅ ရက်ထက်မကျော်သောလုပ်အားခ ရရှိသည်။

လုပ်ခ

တလလျှင် တကြိမ်ထက်မနဲ လစာပေးရမည်။ အနဲဆုံးလုပ်အားခနှုန်းထား ထက် မနဲရ။

အလုပ်ရက်အချိန်ပိုကြေး

ပုံမှန်တနာရီလုပ်အားခနှုန်းထားထက် ၁ဆခွဲထက်မနဲ ပေးရမည်။

လျော်ကြေး

အလုပ်ရှင်သည် အပြစ်မရှိဘဲ ဝန်ထားအား အလုပ်ရပ်စဲပါက ဥပဒေ သတ်မှတ်ထားသောနှုန်းထားနှင့်အညီ လျော်ကြေးပေးဆောင်ရမည်။

လျော်ကြေးပေးခြင်းမရှိဘဲ အလုပ်ရှင်မှ အလုပ်ဖြုတ်ခွင့်ကို အောက်ပါ အကြောင်းအရာဖြစ်ပါက ပြုလုပ်နိုင်သည်။

(၁) ရာထူးအလွဲသုံးစားပြုလုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် အလုပ်ရှင်အား တမင်ရည်ရွယ်ပြီး ပြစ်မှုကျူးလွန်ခြင်း

(၂) အလုပ်ရှင်အား ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုဖြစ်ပွားရန် ရည်ရွယ်လုပ်ဆောင်ခြင်း

(၃) ပေါ့ဆမှုကြောင့် အလုပ်ရှင်တွင် ကြီးမားသောပျက်စီးဆုံးရှုံးမှု ဖြစ်ပွားခြင်း

(၄) လုပ်ငန်းခွင်စည်းမျဉ်းများ သို့မဟုတ် သတ်မှတ်သေ ာစည်းကမ်းများ သို့မဟုတ် တရားမျှတပြီးဥပဒေနှင့်ညီညွတ်သော အလုပ်ရှင်၏အမိန့်များ ချိုးဖောက်ပြီး စာဖြင့်သတိပေးခြင်းခံထားရသူဖြစ်ြ ခင်း၊ စာဖြင့်သတိပေးခြင်းသက်တမ်းသည် ပြစ်မှုကျူးလွန်သည့်နေ့ရက်မှ စတင်ပြီး ၁ နှစ်ထက်မပိုရ၊ အကယ်၍ကြီးလေးသောပစ်မှု ဖြစ်ပါက အလုပ်ရှင်မှ သတိပေးခြင်း ပြုလုပ်စရာမလိုအပ်ပါ။

(၅) အလုပ်ပိတ်ရက်နှင့်ဆက်သည်ဖြစ်စေ မဆက်သည်ဖြစ်စေ အကြောင်းတစ်စုံတရာမရှိဘဲ အလုပ်ရက်ဆက်တိုက် ၃ ရက် ပျက်ကွက်ခြင်း။

(၆) သတိပေါ့ဆမှုကြောင့်ဖြစ်ပွားရသောပြစ်ဒဏ် သို့မဟုတ် အသေးအမွှားပြစ်မှုကျူးလွန်ခြင်းမှလွဲ၍ တရားရုံးမှ ထောင်ဒဏ်ကျခံရန် ပြစ်ဒဏ်ပေးခံရခြင်း။

ရေလုပ်ငန်းရှိအလုပ်သမားကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးစည်းကမ်းမ ျား ၂၀၁၄ ခုနှစ်

ပင်လယ်ငါးဖမ်းစီးပွားရေးလုပ်ငန်းအတွက် ဂန်ထမ်း ၁ ယောက်နှင့်အထက် ရှိပါက အလုပ်ရှင်သည် အောက်ပါအတိုင်းလိုက်နာလုပ်ဆေ ာင်ရမည်။

၁။ အလုပ်သမားကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဥပဒေ ၁၉၉၈ ခုနှစ် အပိုဒ် ၇၆ အရငွေဖြတ်ယူခြင်းမှလွဲ၍ ဂန်ထမ်း၏လုပ်အားခငွေအား ဖြတ်ယူခြင်းမပြုရ။

၂။ လုပ်ငန်းခွင်အာမခံ သို့မဟုတ် ဂန်ထမ်းအလုပ်လုပ်ကိုင်မှု ၂၀၁၈ ခုနှစ်အရ ဆုံးရှုံးမှုအာမခံ တောင်းဆိုခြင်း သို့မဟုတ် ရရှိခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အလုပ်သမား ဂန်ကြီးဌာနကြေညာချက်တွင် သတ်မှတ်ထားသည့်လုပ်ငန်းများမှလွဲ၍ ဂန်ထမ်းထံမှ အာမခံတောင်းဆိုခြင်း သို့မဟုတ် ရရှိခြင်း မပြုရ။

၃။ အသက် ၁၈ နှစ်အောက်ကလေးဂန်ထမ်း လက်ခံခြင်း မပြုရ။

၄။ အလုပ်ရှင်သည်ဂန်ထမ်းအားအနဲဆုံးလုပ်ခနှုန်းထက်နဲသော လုပ်အားခ မပေးရ။

၅။ အလုပ်ရှင်သည် ဂန်ထမ်းအား ချိန်ကာလ ၂၄ နာရီတွင် အနဲဆုံး ၁၀ နာရီထက်မနည်း၊ ၇ ရက်အချိန်ကာလတွင် ၇၇ နာရီထက်မနည်း အနားပေးရမည်။

၆။ အချက်အလက်တူညီစွာပါရှိသော ဂန်ထမ်းစာချုပ်အား ၂ စောင်ပြုလုပ်၍ တဖက်လျှင် ၁ စောင် ဂန်ထမ်းအား ၁ စောင်ပေးပြီး ကျန်တစောင်အား အလုပ်ရှင်ထံ တွင်သိမ်းထားရမည်။

၇။ ဂန်ထမ်းအား စာချုပ်စတင်သည့်နေ့ရက်မှ စတင်ပြီး အလုပ်သမားစီစစ်ရေး အရာရှိထံ အနဲဆုံး တနှစ်လျှင် ၁ ကြိမ် ခေါ်ဆောင်သတင်းပို့ရမည်။

၈။ ဂန်ထမ်းအရေအတွက် ၁၀ ယောက်နှင့်အထက်ရှိပါက အလုပ်ရှင်သည် ဂန်ထမ်းမှတ်ပုံတင်ခြင်း၊ လုပ်ခလစာပေးအပ်ခြင်းအထောက်အထားစာရွက်များ၊ အလုပ်ပိတ်ရက်တွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ခြင်းများကို အလုပ်သမားစီစစ်ရေးအရာရှိမှ စစ်ဆေးရန် ထိုင်းဘာသာစကားဖြင့် ထိမ်းသိမ်းထားရှိရမည်။

၉။ လုပ်အားခ၊ အလုပ်ပိတ်ရက်လုပ်အားခများကို တလလျှင် အနဲဆုံး တကြိမ်ထက်မနည်း ပေးရမည်။ ငွေစုငွေကို သဘောတူညီချက်နှင့်အညီပေးရမည်။ သို့သော် တကြိမ်လျှင် ၃ လထက်မကျော်ရ၊ လုပ်အားခလစာနောက်ကျရှိပါက အတိုးနှုန်း ၁ နှစ်လျှင် ၁၅ ရာခိုင်နှုန်း အကယ်၍ တမင်ရည်ရွယ်လုပ်ဆောင်ပါက ၇ ရက်လျှင် ၁၅ ရာခိုင်နှုန်း ထပ်ပေါင်းပေးရမည်။

၁၀။ ဂန်ထမ်းအား အနဲဆုံးလုပ်အားခနှုန်းထားထက်မနဲသောလုပ်အားခ ပေးပြီး နှစ်စဉ်အလုပ်ပိတ်ရက် ၁ နှစ်လျှင် ၃၀ ရက်ထက်မနည်းပေးရမည်။ ဂန်ထမ်းသည် အလုပ်ပိတ်ရက်တွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ရပါက လုပ်အားခ အနဲဆုံး ၁ ဆ အပိုထပ်ဆောင်း ပေးရမည်။

၁၁။ ဂန်ထမ်းသည် အမှန်တကယ်ဖျားနာသည့်အတိုင်း ခွင့်ယူနိုင်ပြီး တနှစ်လျှင် ရက် ၃၀ ထက်မကျော်ပါက ပုံမှန်လုပ်အားခရရှိသည်။

၁၂။ အကယ်၍ဂန်ထမ်းသည် အလုပ်ရှင်အတွက် အလုပ်လုပ်ကိုင်ရခြင်း ကြောင့် နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွင် သောင်တင်နေပါက ဂန်ထမ်းအား လုပ်အားခ၏ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းထက်မနည်း ပေးရမည်။

၁၃၊ လေ့သဘော်ာနစ်မြုပ်ခြင်း၊ ဂန်ထမ်းအန္တရာယ်ရရှိခြင်း၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရရှိခြင်း၊ သို့မဟုတ် အသက်ဆုံးရှုံးခြင်းဖြစ်ပွားခြင်းကြောင့် ဂန်ထမ်းအား ဂန်ထမ်း၏ အလုပ်နေရာဌာနသို့ ပို့ဆောင်ခြင်း သို့မဟုတ် ပို့ဆောင်မှု ကုန်ကျစားရိတ်ကို အစိုးရအဖွဲ့အစည်းဌာနမှ ဂန်ထမ်းအား ပို့ဆောင်ပေးသူဖြစ်ပါက အလုပ်ရှင်ထံမှ ကုန်ကျစားရိတ် တောင်းခံခွင့်ရှိသည်။

၁၄၊ ဂန်ထမ်းအား လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေ၊ ပစ္စည်းကိရိယာအသုံးပြုပုံ၊ ကျန်းမာရေး၊ နေထိုင်ရေးနှင့် လုပ်ငန်းခွင်ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးပစ္စည်းများ အသုံးပြုပုံကို သင်ကြားပေးရမည်။

ထိုင်းနိုင်ငံ၌အလုပ်လုပ်ကိုင်ရာတွင်လမ်းညွှန်ချက်

-ဥပဒေချိုးဖောက်ခြင်းမပြုရဥပမာ ပြစ်မှုဥပဒေနှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးဥပဒေ၊ လောင်းကစားခြင်းမပြုလုပ်ရ၊လက်နက်ကိုင်ဆောင်ခြင်းမပြုရ၊ကားမောင်းလိုင်စင်မရှိဘဲ သို့မဟုတ် အရက်မူးပြီး ကားမမောင်းရ။

- ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားခြင်း၊ ရာဇဂတ်မှုဖြစ်ပွားခြင်း၏ အဓိကအကြောင်းရင်းဖြစ်သော အရက်သေစာ မသောက်သုံးရ။

- ထိုင်းရိုးရာဓလေ့ယဉ်ကျေးမှုကို လေးစားလိုက်နာရမည်။

- အလုပ်ပါမစ်ကို ကိုယ်နှင့်အတူထားရှိပြီး သက်ဆိုင်ရာ အရာရှိမှ စစ်ဆေးပါက အဆင့်သင့်ပြသနိုင်ရမည်။

- လူအများနှင့်ဆိုင်သောဂန်ဆောင်မှုအား အသုံးပြုပါက ယဉ်ကျေးမှု ရှိရမည် ဥပမာ ဘတ်စ်ကားပေါ်သို့ တိုးဝှေ့မတက်ရ၊ ဆေးလိပ်မသောက်ရကန့်သတ်နေရာတွင် ဆေးလိပ်မသောက်ရ။

- အလုပ်ရှင်နှင့် ကြီးကြပ်သူခေါင်းဆောင်စကားကို လေးစားလိုက်နာရမည်။

- ကြံ့ခိုင်မှုရှိသောကျန်းမာရေး စိတ်ဓာတ်တည်ကြည်ရေး အမြဲရှိစေရန် သိရှိနားလည်ခြင်း

- စာချုပ်အတိုင်း အလုပ်ရှင်ထံအလုပ်လုပ်ကိုင်နိုင်ရန် ကျွမ်းကျင်မှု နှင့် တာဂန်ဂတ္တရား သိရှိနားလည်ခြင်း

- ရိုးသားမှုရှိခြင်း လူတိုင်းအားယဉ်ကျေးစွာဆက်ဆံခြင်း

- အလုပ်လုပ်ရာတွင် ကောင်းမွန်သော ပတ်ဝန်းကျင်ဖန်တီးစေရန်အတွက် ကြီးကြပ်သူခေါင်းဆောင်၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် လူမှုဆက်ဆံရေး ကောင်းမွန်ရမည်။

- အလုပ်ရှင်နှင့် ပြဿနာရှိခြင်း သို့မဟုတ် တရားမျှတမှုမရှိခြင်း ရှိပါက သက်ဆိုင်ရာဌာနသို့ ချက်ချင်းအကြောင်းကြားရမည်။

- အစိုးရ၏စာရွက်စာတမ်းများအား အတုမပြုလုပ်ရ။

- အလုပ်မှနှုတ်ထွက်လိုပါက အလုပ်ရှင်အား ကြိုတင်အကြောင်းကြားရမည်။

-အခြားသူများ တနိုင်ငံတည်းမှဖြစ်စေ နိုင်ငံခြားသားဖြစ်စေ သို့မဟုတ် အလုပ်ရှင်အားဖြစ်စေ အခြားသူများ၏အခွင့်အရေးကို မချိုးဖောက်ရ။

- မိမိ၏တာဝန်ဝတ္တရားကို တာဝန်ယူရမည်။ အလုပ်ကို လုံ့လဝီရိယရှိစွာနှင့် ရိုးသားဖြောင့်မတ်စွာ လုပ်ဆောင်ရမည်။

- လမ်းစည်းကမ်းနှင့် သတိပေးဆိုင်းဘုတ်များအား လိုက်နာရမည်။

- အလုပ်ရှင်၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ ဒေသတွင်းရှိသူများနှင့် အပြန်အလှန် ကူညီကြပြီး ရင်းနှီးဖော်ရွေမှုရှိရမည်။

- သင့်အား တစုံတဦးမှ "နေထိုင်နိုင်ရန် ကူညီပေးနိုင်သည်၊ စာရွက်စာတမ်းများ ဥပမာ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်၊ ဗီဇာ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည်" စသည်ဖြင့် ပြောကြားလာသူအား မယုံကြည်ပါနှင့်။ အကြောင်းမှာ သင်သည် အလိမ်ခံရပြီး မှန်ကန်စွာရရှိသောအခွင့်အရေးများ ဆုံးရှုံး၍ ကုန်ကျစားရိတ်များ အလဟဿ ကုန်ကျနိုင်သည်။ အစိုးရဌာနများသာ ဆက်သွယ်ပါ။

နိုင်ငံခြားသားများအလုပ်လုပ်ကိုင်ခြင်းအက်ဥပဒေ ၂၀၀၈ ခုနှစ်

၁။ အလုပ်လုပ်ကိုင်ခွင့်ပြုချက်မရှိဘဲ အလုပ်လုပ်ကိုင်သည့် နိုင်ငံခြားသာတွေ့ရှိရပါက ထောင်ဒဏ် ၅ နှစ် သို့မဟုတ် ငွေဒဏ် ၂၀၀၀ ဘတ်မှ ၁၀၀၀၀ ဘတ် သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ်နှင့်ငွေဒဏ် နှစ်မျိုးစလုံး အပြစ်ပေးနိုင်သည်။

၂။ အလုပ်ပါမစ်တွင်ဖော်ပြထားသော လုပ်ငန်းအမျိုးအစား၊ လုပ်ငန်းအခြေအနေ သို့မဟုတ် နေရာဌာနဖော်ပြထားသောအလုပ်ဖြင့် လုပ်ကိုင်သည့် နိုင်ငံခြားသားမှလွဲ၍ မည်သည့်နိုင်ငံခြားသားကိုမျှ

အလုပ်လုပ်ကိုင်စေခြင်းမပြုရ။ ချိုးဖောက်ပါက ငွေဒဏ် ၁၀၀၀၀ ဘတ် အပြစ်ပေးခံရမည်။ အဆိုပါနိုင်ငံခြားသားသည် အလုပ်ပါမစ်မရှိပါက နိုင်ငံခြားသားတယောက်လျှင် ငွေဒဏ် ၁၀၀၀၀ ဘတ်မှ ၁၀၀,၀၀၀ ဘတ်အထိ အပြစ်ပေးခြင်းခံရမည်။

၃။ နိုင်ငံခြားသားသည် အလုပ်ပါမစ်ကို မိမိနှင့်အတူ ထားရှိရမည် သို့မဟုတ် အလုပ်ချိန်အတွင်း အလုပ်ဌာနတွင် ရှိရမည်။ ချိုးဖောက်ပါက ဒဏ်ငွေ ၁၀၀၀၀ ဘတ် အပြစ်ပေးခြင်းခံရမည်။

၄။ ခွင့်ပြုချက်မရရှိဘဲအလုပ်ရှင်မပြောင်းရ၊နိုင်ငံခြားသားဝန်ထမ်းသည် စာချုပ်တွင်ဖော်ပြထားသော၊ ခွင့်ပြုချက်တောင်းခံထားသောအလုပ်ရှင်ထံတွင်သာ အလုပ်လုပ်ကိုင်ရမည်။ (၁) အလုပ်ရှင်သေဆုံးခြင်း (၂) အလုပ်ရှင်ဒေဝါလီခံခြင်း (၃) အလုပ်ရှင်မှဝန်ထမ်းအား ကိုယ်ထိလက်ရောက် စော်ကားခြင်း (၄) အလုပ်ရှင်မှ စာချုပ်ချိုးဖောက်ခြင်း သို့မဟုတ် အလုပ်သမားကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဥပဒေ ချိုးဖောက်ခြင်း စသည့် အခြေအနေ ၄ မျိုးမှလွဲ၍ အလုပ်ရှင်ပြောင်းလဲနိုင်ခြင်းမရှိပါ။

ထိုင်းနိုင်ငံတွင် အကူအညီတောင်းခံခြင်း

၁။ ထိုင်းနိုင်ငံရှိ ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံသံရုံး
အမှတ် ၁၃၂ မြောက်ပိုင်းစာထွန်လမ်းသွယ် ၇၁ မြောက်ပိုင်းစာထွန်လမ်း
ဘန်ရပ် ဘန်ကောက်မြို့ ၁၀၅၀၀
ဖုန်း ၀-၂၂၃၃-၇၂၅၀၊ ၀-၂၂၃၄-၀၂၇၈၊ ဖက်(စ်) ၀-၂၂၃၄-၆၈၉၈
၂။ ထိုင်းတော်ဝင်ရဲတပ်ဖွဲ့ အရေးပေါ်ဖုန်း Hot Line ၁၉၁
၃။ အရေးပေါ်နိုင်ငံတော်ဆရာဝန်အသင်း Hot Line ၁၆၆၉
(အရေးပေါ်ဖျားနာမှုအတွက် ၂၄ နာရီအခမဲ့ဝန်ဆောင်မှု)
၄။ အလုပ်အကိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးဌာန www.doe.go.th သို့မဟုတ် Hot Line ၁၆၉၄
သို့မဟုတ် မြို့နယ်တိုင်းရှိအလုပ်အကိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးဌာန
၅။ အလုပ်ခန့်ထားရေးတွင် တရားမျှတခြင်းမရရှိပါက အလုပ်သမားသည် အလုပ်သမား ဖူလုံရေးနှင့်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဌာန www.labour.go.th သို့မဟုတ် Hot Line ၁၅၄၆ သို့မဟုတ် မြို့နယ်တိုင်းရှိ အလုပ်သမား ဖူလုံရေးနှင့်ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ရေးရုံးများတွင် တိုင်ကြားနိုင်ပါသည်
၆။ လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှုခံရပါက နိုင်ငံတော်လူ့အခွင့်အရေးကော်မရှင်ရုံး ဖုန်း ၀-၂၁၄၁-၃၈၀၀၊ ၀-၂၁၄၁-၃၉၀၀ သို့မဟုတ် Hot Line ၁၃၇၇ သို့မဟုတ် www.nhrc.co.th သို့ဆက်သွယ်ပါ
၇။ လူကုန်ကူးမှုသံသယရှိ သို့မဟုတ် တွေ့ရှိပါက သက်ဆိုင်ရာမြို့နယ်ရှိ လူမှုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် လူသားလုံခြုံရေးရုံး သို့မဟုတ် ပချာဘဒီစင်တာ Hot Line ၁၃၀၀ သို့အကြောင်းကြားပါ
၈။ နိုင်ငံခြားသားအလုပ်သမားများ ပြဿနာရှိပါက www.doe.go.th/helpme တွင်တိုင်ကြားနိုင်ပါသည်။

ကိုးကားချက်

၁။ အလုပ်သမားကာကွယ်ရေးနှင့်ဖွံ့ဖြိုးရေးဌာန	အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာန
၂။ လူမှုရေးရာဖူလုံရေးရုံး	အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာန
၃။ စကွန်နခွန်မြို့နယ်အလုပ်အကိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးရုံး	အလုပ်အကိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးဌာန အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာန

ထိုင်းနိုင်ငံသို့ လာရောက်အလုပ်လုပ်ကိုင်ကြသည့် မြန်မာအလုပ်သမားများအား ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်၏ မှာကြားချက်

၁။ အလုပ်သမားအားလုံး အလုပ်ကို ကြိုးကြိုးစားစားလုပ်ကိုင်ကြရန်

၂။ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ ဝင်ရောက်လာရာတွင် တခါတရံ အဆင်ပြေချောမွေ့သော်လည်း တခါတရံအဆင်မပြေမှုပြဿနာရှိနိုင်ပြီး မိမိတို့သည် သူတပါးနိုင်ငံတွင် လာရောက်အလုပ်လုပ်ကိုင်နေခြင်းဖြစ်ကြောင်း နားလည်ကြရန်

၃။ မိမိတို့သည် သူတပါးတိုင်းပြည်တွင်လာရောက်နေထိုင်သော ကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုစောင့်ရှောက်ပြီး အိမ်ရှင်နိုင်ငံ၏ ဥပဒေနှင့်အညီ လိုက်နာနေထိုင်ရန်

กรมการจัดหางาน