ພາກສ່ວນໃດແດ່ສາມາດຕິດຕໍ່ໄດ້?

ໃນ ສປປ ລາວ

ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

*ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍແຂວງສະຫວັນນະເຂດ
ຫ້ອງການສະຫະພັນກຳມະບານແຂວງສະຫວັນນະເຂດ
ບ້ານສະໝານໄຊ ເມືອງໄກສອນພົມວິຫານ
ແຂວງສະຫວັນນະເຂດ
ໂທ: 020 54097 369*

*ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍແຂວງຈຳປາສັກ
ຫ້ອງການພະແນກແຮງງານແຂວງຈຳປາສັກ
ບ້ານສາງນ້ຳມັນ ເມືອງປາກເຊ
ແຂວງຈຳປາສັກ
ໂທ: 020 9959 6969*

*ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍແຂວງໄຊຍະບູລີ
ຫ້ອງການພະແນກແຮງງານແຂວງໄຊຍະບູລີ
ບ້ານສີເມືອງ ເມືອງໄຊຍະບູລີ
ແຂວງໄຊຍະບູລີ*

ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານ

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງອຸດົມໄຊ
ຖະໜົນ 13 ເໜືອ ບ້ານໜອງແມງດາ
ເມືອງໄຊ ແຂວງອຸດົມໄຊ
ໂທ: (856-81) 312121
ແຟັກ: (856-81) 212014
ອີເມວ: accuscubounthant@hotmail.com*

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງຫຼວງພະບາງ
05/11 ຖະໜົນພູວາວ ບ້ານປ່ອງຄຳ
ເມືອງຫຼວງພະບາງ ແຂວງຫຼວງພະບາງ
ໂທ: (856-71) 212137
ແຟັກ: (856-71) 212137
ອີເມວ: khao_wink@hotmail.com*

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງໄຊຍະບູລີ
ສາມແຍກເດີ່ນບິນ ບ້ານແກ້ງ
ເມືອງໄຊຍະບູລີ ແຂວງໄຊຍະບູລີ
ໂທ: (856-74) 211085
ແຟັກ: (856-74) 211085*

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
ຖະໜົນນາໄຮ່ດ່ຽວ ບ້ານສາຍລົມ
ເມືອງຈັນທະບູລີ ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
ໂທ: (856-21) 264498
ແຟັກ: (856-21) 263097
ອີເມວ: pphonexayya@yahoo.com*

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງວຽງຈັນ
ຖະໜົນໂພນໝີໃຕ້ ບ້ານໂພນໝີໃຕ້
ເມືອງວຽງຄຳ ແຂວງວຽງຈັນ
ໂທ: (856-23) 431018
ແຟັກ: (856-23) 431018*

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງບໍລິຄຳໄຊ
ບ້ານຮ່ອງຊາຍ
ເມືອງປາກຊັນ ແຂວງບໍລິຄຳໄຊ
ໂທ: (856-54) 212100
ແຟັກ: (856-54) 790564*

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງຄຳມ່ວນ
ຖະໜົນເຈົ້າອານຸ ບ້ານທ່າແຂກເໜືອ
ເມືອງທ່າແຂກ ແຂວງຄຳມ່ວນ
ໂທ: (856-51) 212185
ແຟັກ: (856-51) 251451*

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງສະຫວັນນະເຂດ
ຖະໜົນຟ້າງຸ່ມ ບ້ານໂພນສະຫວ່າງໃຕ້
ເມືອງໄກສອນພົມວິຫານ ແຂວງສະຫວັນນະເຂດ
ໂທ: (856-41) 212023
ແຟັກ: (856-41) 212023
ອີເມວ: viphaphonepoummalath@yahoo.com.au*

*ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງຈຳປາສັກ
ຖະໜົນສາລາແກ້ວດົງຈອງ ບ້ານສາງນ້ຳມັນ
ເມືອງປາກເຊ ແຂວງຈຳປາສັກ
ໂທ: (856-31) 212050
ແຟັກ: (856-31) 212050*

ໃນປະເທດໄທ

ສະຖານທູດ ສປປ ລາວ ປະຈຳປະເທດໄທ
*520.502/1-3 ຣາມຄຳແຫງ 39
ບາງກະປິ ບາງກອກ 10310
ໂທ: +662 539-3642; +662 539-6667 ; +662 536-3696 ;
+662 539-7341
ແຟັກ: +662 539-7342*

ກົງສູນ ສປປ ລາວ ປະຈຳຈັງຫວັດ ຂອນແກ່ນ
ໂທ : **+66 43 242856; +66 43 242857**
ສາຍດ່ວນຕຳຫຼວດໄທ
191
ສາຍດ່ວນຕຳຫຼວດທ່ອງທ່ຽວໄທ
1155
ອົງກອນປົກປ້ອງແຮງງານ (ປະເທດໄທ)
1506

*ກະຊວງພັດທະນາສັງຄົມ ແລະ ຄວາມໝັ້ນຄົງຂອງມະນຸດ
ເບີໂທສາຍດ່ວນ: 1300*

*ມູນນິທິປົກປ້ອງສິດທິຜູ້ຕິດເຊື້ອເອດ
25/64 ຖະນົນວຸດທິສານໂສພົນ ເຊືອງເນີນ ອຳເພີເມືອງ ຈັງຫວັດຣະຍອງ.
ໂທ: 66 (0)38-871236
59 ບ້ານເຕີມສັກ ເນີນຜາ ອຳເພີເມືອງ ຈັງຫວັດຣະຍອງ
ໂທ: 66 (038-993242
ເບີໂທສາຍດ່ວນ +66 (0) 835 5433 608*

*ກຳມະບານໄທ
420/393-4 ທິບພະວັນ 1 ຖະໜົນເທພາຣັກ ອຳເພີເມືອງ ຈັງຫວັດສະໝຸດປາການ
ໂທ: +66 (0) 2 384 0438*

ILO/Japan Multi-bilateral Programme

International Labour Organization

ທ່ານກຳລັງຄິດຈະໄປຊອກຫາວຽກເຮັດງານທຳຢູ່ຕ່າງປະເທດບໍ່?

ຂໍ້ມູນນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານເດີນທາງໄປຕ່າງປະເທດຢ່າງປອດໄພ ພ້ອມທັງມີວຽກເຮັດງານທຳດີມີລາຍໄດ້.

ການໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດອາດຈະໄດ້ເງິນຫຼາຍກວ່າຢູ່ບ້ານເຮົາ ຖ້າໄປຢ່າງຖືກຕ້ອງ. ສະນັ້ນ ຈຶ່ງຂໍແນະນຳວິທີການເດີນທາງຢ່າງຖືກຕ້ອງ ເພື່ອທ່ານຈະໄດ້ວຽກເຮັດງານທຳດີສົມຄວາມປາຖະໜາ.

ສະໜັບສະໜູນໂດຍ Australian AID

ວິທີການງ່າຍໆ ແລະ ທ່ານກໍ່ສາມາດເຮັດໄດ້ມີດັ່ງນີ້

ຈົ່ງເຂົ້າໃຈວ່າ: ການເດີນທາງອອກນອກປະເທດຈະປອດໄພແມ່ນ ການເດີນທາງແບບຖືກກົດໝາຍ ແລະ ໄດ້ຮັບຮູ້ສະພາບຕ່າງໆລ່ວງໜ້າຢ່າງລະອຽດເທົ່ານັ້ນ!

1

ຈົ່ງຊອກຮູ້ທີ່ມາທີ່ໄປຢ່າງຈະແຈ້ງກ່ອນຈະຕັດສິນໃຈໃດໆ.

ກ່ອນຕັດສິນໃຈໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດຄວນປຶກສາ ແລະ ຖາມຄວາມເຫັນກັບຫຼາຍໆຄົນ ໂດຍສະເພາະແມ່ນຄອບຄົວ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນໃກ້ຊິດ. ນອກນັ້ນ, ກໍ່ຄວນພົວພັນກັບຜູ້ທີ່ເຄີຍໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດແບບຖືກຕ້ອງມາແລ້ວ ທ່ານຄວນເຂົ້າໄປສອບຖາມຂໍ້ມູນ ນຳອົງການຈັດຕັ້ງຂອງລັດ ແລະ ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນຕ່າງໆຢູ່ໃນທ່ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ ເຊັ່ນ: ອົງການຄຸ້ມຄອງແຮງງານ, ວິສາຫະກິດຈັດຫາງານ, ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານທີ່ຕັ້ງຢູ່ພະແນກແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມແຂວງ, ຫ້ອງການແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມເມືອງ, ອົງການກຳມະບານ, ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານສຳລັບແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ ທີ່ສາມາດຕອບຄຳຖາມຂອງທ່ານໄດ້.

ສຳຄັນທີ່ສຸດແມ່ນສຶກສາຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບການເຮັດວຽກ ແລະ ການດຳລົງຊີວິດຢູ່ຕ່າງປະເທດເປັນແນວໃດ ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໜ້ອຍຫລາຍປານໃດຈຶ່ງໄດ້ວຽກ ວຽກທີ່ຈະເຮັດແມ່ນວຽກອັນໃດ ມີເອກະສານອັນໃດແດ່ຈຳເປັນສຳລັບການເດີນທາງ ມີບັນຫາອັນໃດແດ່ທີ່ທ່ານຈະໄດ້ພົບພໍ້ (ໃນເວລາຢູ່ຫ່າງໄກຈາກຄອບຄົວເປັນເວລາຫຼາຍປີ) ແລະ ຈຳນວນເງິນທີ່ທ່ານສາມາດທ້ອນໂຮມໄວ້ ແລະ ສົ່ງກັບບ້ານໄດ້ໜ້ອຍຫລາຍປານໃດ. ກ່ອນຕັດສິນໃຈເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ ທ່ານຄວນຊອກຮູ້ວັດທະນະທຳຮີດຄອງປະເພນີ ແລະ ຊີວິດການເປັນຢູ່ຢ່າງລະອຽດຂອງປະເທດນັ້ນໃຫ້ຄັກໆສາກ່ອນ.

2

ຈົ່ງເດີນທາງອອກນອກປະເທດຢ່າງຖືກຕ້ອງ.

ທ່ານຈະໄດ້ຮັບການປົກປ້ອງຈາກການຈັດຕັ້ງເປັນຢ່າງດີທັງຢູ່ພາຍໃນ ແລະ ຢູ່ຕ່າງປະເທດ ຫາກທ່ານເດີນທາງອອກນອກປະເທດຢ່າງຖືກກົດໝາຍ. ຜູ້ທີ່ເດີນທາງອອກນອກປະເທດແບບຜິດກົດໝາຍ ແມ່ນມີຄວາມສ່ຽງສູງທີ່ຈະຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດ, ຖືກເອົາລັດເອົາປຽບ ແລະ ອາດຈະຖືກຈັບກຸມ, ຖືກກັກຂັງ ແລະ ຖືກຂັບໄລ່ກັບຄືນປະເທດ.

3

ກວດສອບປະຫວັດຂອງບໍລິສັດຈັດຫາງານ ແລະ ນາຍໜ້າຜູ້ຈັດຫາວຽກໃຫ້ທ່ານ.

ກວດສອບເບິ່ງວ່າບໍລິສັດຈັດຫາງານມີໃບອະນຸຍາດທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ມີຊື່ສຽງດີທາງດ້ານການບໍລິການຫຼືບໍ່. ຖ້າບໍລິສັດຈັດຫາງານ ຫຼື ນາຍຈ້າງບອກທ່ານແປງອາຍຸຂອງທ່ານ ຫຼື ປ່ຽນວຽກຂອງທ່ານໂດຍບໍ່ມີສັນຍາ ເປັນສັນຍານເຕືອນວ່າ ນາຍຈ້າງຂອງທ່ານບໍ່ປະສົງທີ່ຈະຮັບເອົາທ່ານ ເຮັດວຽກແບບຖືກກົດໝາຍ ແລະ ອາດມີແຜນເອົາປຽບທ່ານແລ້ວ. ສະນັ້ນ ຢ່າໄດ້ລັງເລ ຈົ່ງຖາມເອົາໃບບິນຕ່າງໆຖ້າຫາກມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍທີ່ກ່ຽວຂ້ອງການເຮັດວຽກ ແລະ ການເດີນທາງເພື່ອເກັບຮັກສາໄວ້.

ຖ້າບໍລິສັດຈັດຫາງານໃຫ້ກູ້ຢືມເງິນກ່ອນເລີ່ມວຽກ ຄວນພິຈາລະນາຄັກໆວ່າທ່ານຈະຈ່າຍແທນໜີ້ດັ່ງກ່າວຄືນດ້ວຍວິທີໃດ. ຖ້າທ່ານຕິດໜີ້ນາຍຈ້າງ ຫຼື ບໍລິສັດຈັດຫາງານ ພວກເຂົາອາດຈະໃຫ້ທ່ານເຮັດວຽກຈົນກວ່າທ່ານຈະໃຊ້ໜີ້ຄືນຈົນໝົດ. ຖ້າຫາກທ່ານຢືມເງິນ ເປັນຈຳນວນຫຼາຍ ທ່ານກໍ່ຈະສ່ຽງທີ່ຈະຖືກຜູກມັດດ້ວຍການເຮັດວຽກເພື່ອທົດແທນໜີ້ຕະຫລອດ.

4

ໃຫ້ເຮັດສັນຍາເປັນລາຍລັກອັກສອນກັບບໍລິສັດຈັດຫາງານ ແລະ ນາຍຈ້າງຂອງທ່ານ.

ທ່ານຕ້ອງເຮັດສັນຍາກັບບໍລິສັດຈັດຫາງານ ແລະ ນາຍຈ້າງຂອງທ່ານກ່ອນອອກເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ. ໃຫ້ທ່ານຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ ຈາກຜູ້ທີ່ໄວ້ເນື້ອເຊື່ອໃຈອ່ານກວດກາເນື້ອໃນຂອງສັນຍາເຫຼົ່ານີ້ ແລະ ຕ້ອງຮັບປະກັນວ່າທ່ານເອງມີຄວາມເຂົ້າໃຈເງື່ອນໄຂຂອງທຸກຂໍ້ໃນສັນຍາເປັນຢ່າງດີແລ້ວ ເພາະວ່າຢູ່ໃນສັນຍານັ້ນແມ່ນເວົ້າເຖິງສິ່ງທີ່ທ່ານເຫັນດີທີ່ຈະປະຕິບັດຕາມ. ຢ່າງໜ້ອຍທີ່ສຸດ ສັນຍາຄວນຈະເວົ້າເຖິງຂໍ້ກຳນົດກ່ຽວກັບການຈ່າຍເງິນເດືອນ, ຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກ, ແລະ ມື້ພັກ, ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ ແລະ ພາລະໜ້າທີ່ທ່ານເອງຕ້ອງປະຕິບັດ.

5

ຈົ່ງຮັກສາເອກະສານເອກະສານກ່ຽວກັບການເຮັດວຽກ ແລະ ການເດີນທາງທຸກສະບັບໄວ້ ແລະ ອັດສຳເນົາເອກະສານເຫລົ່ານີ້ໄວ້ທັງໝົດ ກ່ອນທີ່ທ່ານຈະອອກໄປຕ່າງປະເທດ.

ທ່ານຕ້ອງເຮັດສຳເນົາໜັງສືຜ່ານແດນ, ວີຊ່າ, ໃບອະນຸຍາດເຮັດວຽກ, ສັນຍາຈ້າງງານ, ບັດປະຈຳຕົວ ແລະ ເອກະສານເດີນທາງອື່ນໆ. ກ່ອນເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດຕ້ອງເອົາສຳເນົາເອກະສານທັງໝົດເຫຼົ່ານີ້ໄວ້ກັບຄອບຄົວ ຫຼື ໝູ່ເພື່ອນຮັກສາໄວ້. ເມື່ອທ່ານໄປຮອດ ຈຸດໝາຍປາຍທາງບ່ອນເຮັດວຽກແລ້ວ ໃຫ້ເກັບມ້ຽນເອກະສານຕົ້ນສະບັບໄວ້ໃນທີ່ໆປອດໄພທີ່ສຸດ ພ້ອມນັ້ນກໍ່ຄວນມີສຳເນົາອີກຊຸດໜຶ່ງຕິດໂຕທ່ານໄວ້ຕະຫຼອດເວລາ.

6

ຈົ່ງມີສະຕິ ແລະ ກຽມພ້ອມຕໍ່ສະພາບສຸກເສີນ.

ຈົດລາຍຊື່ ແລະ ເບີໂທລະສັບຕິດຕໍ່ທີ່ສຳຄັນໄວ້ກ່ອນການເດີນທາງ. ອັດສຳເນົາຊຸດໜຶ່ງປະໄວ້ກັບຄອບຄົວ ແລະ ຖືສຳເນົາອີກຊຸດໜຶ່ງຕິດໂຕໄປນຳ. ລາຍຊື່ ແລະ ເບີໂທລະສັບທີ່ສຳຄັນໄດ້ແກ່: ສະຖານທູດ ສປປ ລາວ ປະຈຳຢູ່ປະເທດທີ່ທ່ານເຮັດວຽກ, ວິສາຫະກິດບໍລິການຈັດຫາງານທີ່ສົ່ງຕົນເອງໄປເຮັດວຽກ, ກົມພັດທະນາສີມືແຮງງານ ແລະ ຈັດຫາງານ, ພະແນກແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມແຂວງ, ພະແນກແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມເມືອງ, ອົງການຊ່ວຍເຫລືອອື່ນໆ, ອົງການກຳມະບານ, ສະມາຄົມຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ, ຄອບຄົວຂອງທ່ານເອງ, ໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ຜູ້ທີ່ສາມາດໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອອື່ນໆ ໃນປະເທດທີ່ທ່ານໄປເຮັດວຽກ. ຈົ່ງຮັກສາລາຍຊື່ ແລະ ເບີຕິດຕໍ່ນີ້ໄວ້ກັບທ່ານເອງຕະຫຼອດເວລາ.

7

ຈົ່ງໝັ້ນໃຈວ່າທ່ານເອງມີການຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບຄອບຄົວ ແລະ ຍາດມິດຢ່າງສະໝ່ຳສະເໝີ.

ຈົ່ງໝັ່ນຕິດຕໍ່ກັບຄອບຄົວ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນຂອງທ່ານເປັນປະຈຳ ເພື່ອໃຫ້ພວກເຂົາຮູ້ວ່າທ່ານປອດໄພ. ຈັດວາງເວລາ ແລະ ນັດໝາຍກັບຄອບຄົວ ຂອງທ່ານໄວ້ກ່ຽວກັບວິທີຕິດຕໍ່ພົວພັນລະຫວ່າງທ່ານ ແລະ ຄອບຄົວແນວໃດ ແລະ ຈະຕິດຕໍ່ກັນໄລຍະເວລາແນວໃດ. ເມື່ອຢູ່ໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ, ທ່ານຈົ່ງພະຍາຍາມຊອກໝູ່ຊອກເພື່ອນໃໝ່ ແລະ ໃກ້ຊິດຕິດແທດຮັກແພງສາມັກຄີ ຊ່ວຍເຫຼືອເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນໃນຍາມມີບັນຫາ. ພະຍາຍາມຊອກຮູ້ບຸກຄົນທີ່ສາມາດຊ່ວຍທ່ານໄດ້ ເມື່ອໃດທ່ານ ຕ້ອງການຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນເວລາຈຳເປັນ.

8

ຖ້າທ່ານມີບັນຫາຢູ່ໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ.

ຖ້າທ່ານມີຄວາມບໍ່ພໍໃຈຢູ່ໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ ກ່ອນອື່ນໝົດ ທ່ານຕ້ອງໄປຫາຫົວໜ້າຂອງທ່ານ ຫຼື ບໍລິສັດຈັດຫາງານ. ທຸກຄົນແມ່ນມີຄວາມປາຖະໜາແກ້ໄຂຂໍ້ຂັດແຍ່ງໂດຍດີ. ຂໍໃຫ້ທ່ານພະຍາຍາມເກັບກຳບັນທຶກເຫດການ ຫຼື ບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນ ຢ່າງລະອຽດ ເພື່ອວ່າທ່ານຕ້ອງການຮ້ອງຟ້ອງຂໍຄ່າເສຍຫາຍ ກໍໃຫ້ມີຫຼັກຖານຢັ້ງຢືນຢ່າງລະອຽດ. ຖ້າບັນຫາຍັງບໍ່ຖືກແກ້ໄຂ ທ່ານຄວນຕິດຕໍ່ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນຕ່າງໆ, ອົງການກຳມະບານ, ສະຖານທູດ ຫຼື ອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນ ເພື່ອຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ. ກະລຸນາເບິ່ງເບີໂທລະສັບຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບໜ່ວຍງານທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນໜ້າຖັດໄປ.