ASIA-PACIFIC
DECENT WORK 2006
DECADE 2015

Ministry Of Labour And Social Welfare

International Labour Organization

ປື້ມຄູ່ມືຫຼັກສູດກະກຽມ ຄວາມພ້ອມກ່ອນການເດີນທາງ

ປື້ມຄູ່ມືສຳລັບສຳມະນາກອນ/ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ILO Regional Office for Asia and the Pacific

ASIA-PACIFIC
DECENT WORK
DECADE 2006 2015

Ministry Of Labour And Social Welfare

International Labour Organization

ປື້ມຄູ່ມືຫຼັກສູດກະກຽມ ຄວາມພ້ອມກ່ອນການເດີນທາງ

ປື້ມຄູ່ມືສໍາລັບສໍາມະນາກອນ/ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ILO Regional Office for Asia and the Pacific

Copyright © ສະຫງວນລິຂະສິດອົງການແຮງງານສາກົນ 2014

ພິມຄັ້ງທີນຶ່ງ 2014

ບັນດາສິ່ສິ່ງພິມຂອງຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນ ໄດ້ຮັບການປົກປ້ອງລິຂະສິດພາຍໃຕ້ອະນຸສັນຍາເລກທີ2ຂອງສົນທິສັນຍາວ່າດ້ວຍລິຂະສິດສາກົນ.ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ,ການຄັດຈ້ອນເອົາເນື້ອໃນຫຍໍ້ໆ ຈາກສິ່ສິ່ງພິມເຫຼົ່ານັ້ນອາດຈະຖືກນໍາມາຈັດພິມຄືນໃໝ່ໂດຍບໍ່ຕ້ອງຂໍອະນຸຍາດ,ໂດຍມີເງື່ອນໄຂຢູ່ວ່າຕ້ອງໄດ້ບອກແຫຼ່ງທີ່ມາຂອງເນື້ອໃນດັ່ງກ່າວນັ້ນ.ສໍາລັບສິດໃນການຈັດພິມຄືນໃໝ່ຫຼືການແປອອກເປັນພາສາອື່ນນັ້ນ,ຄວນຈະສົ່ງຄໍາຮ້ອງໄປຫາຄະນະຄຸ້ມຄອງສິ່ສິ່ງພິມ(ພະແນກສິດແລະການອະນຸຍາດ)ຂອງຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນCH-1211ທີ່ນະຄອນເຊີແນວ, ປະ ເທດສະວິດເຊີແລນ, ຫຼືໂດຍທາງຈົດໝາຍອີເລັກໂທນິກໄປທີ່pubdroit@ilo.org.ຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນຍິນດີຮັບຄໍາຮ້ອງໃນລັກສະນະດັ່ງກ່າວນີ້.

ບັນດາຫໍສະໝຸດ, ສະຖານບັນຕ່າງໆແລະບັນດາຜູ້ນໍາໃຊ້ທີ່ໄດ້ຂຶ້ນທະບຽນໃນນາມ ຂອງອົງການອາດໄດ້ຮັບສິດໃນການຈັດພິມຄືນໃໝ່ຢູ່ໃນແຕ່ລະປະເທດຂອງທ່ານໂດຍສົ່ງຄໍາສະເໜີໄປທີ່ : www.ifrro.org

---

ປຶ້ມຄູ່ມືຫລັກສູດກະກຽມຄວາມພ້ອມກ່ອນການເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ: ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ: ປຶ້ມຄູ່ມືສໍາລັບສໍາມະນາກອນ/ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ/ຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນປະຈໍາພາກພື້ນອາຊີແລະປາຊີຟິກ. ນະຄອນຫລວງວຽງຈັນ: ອົງການແຮງງານສາກົນ. ຈໍານວນ 90 ໜ້າ.

ISBN 9789228285314 ; 9789228285321 (web pdf)

ຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນປະຈໍາພາກພື້ນອາຊີແລະປາຊີຟິກ

migrant worker/ workers rights/ international migration/ labour migration/ trainers manual/ Lao PDR/ Thailand

14.09.1

ILO Cataloguing in Publication Data

ບັນດາສິ່ງທີ່ກ່າວອ້າງໃນປຶ້ມພິມຂອງອົງການແຮງງານສາກົນ,ເຊິ່ງສອດຄ້ອງກັບວິທີປະຕິບັດຂອງອົງການສະຫະປະຊາຊາດ ແລະ ການນໍາສະເໜີເນື້ອໃນຕ່າງໆໃນປຶ້ມພິມແມ່ນບໍ່ໄດ້ໝາຍເຖິງການສະແດງຄໍາຄິດເຫັນໃດໆທັງສິ້ນຈາກພາກສ່ວນຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນ ກ່ຽວກັບສະຖານະພາບທາງກົດໝາຍຂອງປະເທດ, ຂົງເຂດຫຼືຂອບເຂດການປົກຄອງໃດໜຶ່ງຫຼືກ່ຽວກັບອໍານາດການປົກຄອງຂອງປະເທດ,ຂົງເຂດຫຼືຂອບເຂດການປົກຄອງດັ່ງກ່າວ,ຫຼືກ່ຽວຂ້ອງກັບການກໍານົດຊາຍແດນຂອງປະເທດ,ຂົງເຂດຫຼືຂອບເຂດການປົກ ຄອງດັ່ງກ່າວ.

ຄວາມຮັບຜິດຊອບຕໍ່ບັນດາຄໍາຄິດເຫັນຕ່າງໆທີ່ສະແດງໃນບົດຄວາມ,ບົດສຶກສາ ແລະ ບົດປະກອບສ່ວນຕ່າງໆທີ່ມີລາຍເຊັນຮັບຮອງນັ້ນຕົກເປັນຂອງຜູ້ຂຽນບົດຄວາມເທົ່ານັ້ນ.ພ້ອມດຽວກັນນັ້ນການພິມເຜີຍແຜ່ບົດຂຽນເຫຼົ່ານັ້ນກໍ່ບໍ່ໄດ້ລວມເອົາການຮັບຮອງຈາກຫອ້ງການອົງການແຮງງານສາກົນຕໍ່ຄໍາຄິດເຫັນຕ່າງໆທີ່ສະແດງໃນບົດຂຽນເຫຼົ່ານັ້ນ.

ການກ່າວອ້າງເຖິງຊື່ຂອງບັນດາບໍລິສັດ,ຜະລິດຕະພັນການຄ້າ ແລະ ການດໍາເນີນການຕ່າງໆບໍ່ໄດ້ໝາຍເຖິງການຮັບຮອງເອົາສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນໂດຍຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນ,ແລະການທີ່ບໍ່ໄດ້ກ່າວເຖິງບໍລິສັດ, ຜະລິດຕະພັນການຄ້າຫຼືການດໍາເນີນການສະເພາະໃດໜຶ່ງນັ້ນກໍ່ບໍ່ແມ່ນສັນຍານຂອງການບໍ່ຮັບຮອງ.

ທ່ານສາມາດຊອກຊື້ສິ່ງພິມຕ່າງໆຂອງອົງການໄດ້ຈາກຜູ້ຈໍາໜ່າຍປຶ້ມລາຍໃຫ່ຍທົ່ວໄປ ຫຼື ໄດ້ທີ່ຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນປະຈໍາບັນດາປະເທດຕ່າງໆ ຫຼື ສັ່ງຊື້ໄດ້ໂດຍກົງຈາກຄະນະກໍາມະການຄຸ້ມຄອງການຈັດພິມ,ຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນທີ່ CH-1211 ນະຄອນເຊີແນວ, ປະເທດສະວິດເຊີແລນ.ຫ້ອງການອົງການແຮງງານສາກົນປະຈໍາຂົງເຂດພາກພື້ນອາຊີແລະປາຊີຟິກທີ່ປະເທດໄທຊັ້ນ11,ຕຶກອົງການສະຫະປະຊາຊາດ ,ຖະໜົນລາຊະດໍາເນີນນອກ,ບາງກອກ,ປະເທດໄທຫຼືອີເມວ:BANGKOK@ilo.org. ປຶ້ມກາຕາລອກຫຼືລາຍການສິ່ງພິມທີ່ຈະອອກມາໃໝ່ສາມາດຮັບເອົາໄດ້ຟຣີຈາກຫ້ອງການທີ່ກ່າວມາຂ້າງເທິງນີ້ຫຼືສົ່ງອີເມວໄປຍັງ:pubvente@ilo.org

ທ່ານສາມາດຄົ້ນຫາຕາມແວບໄຊທີ່: www.ilo.org/publns.ຫລືwww.ilo.org/asia

---

ພິມທີ່ ນະຄອນຫລວງວຽງຈັນ, ສປປລາວ.

ຄຳນຳ

ເປັນທີ່ຮັບຮູ້ດີວ່າ, ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເປັນຜູ້ປະກອບສ່ວນສຳຄັນໃຫ້ແກ່ການສ້າງສາພັດທະນາຂອງປະເທດສົ່ງແຮງງານອອກ ແລະ ປະເທດທີ່ຮັບແຮງງານເຂົ້າມາ.. ທຸກປະເທດໃນໂລກລ້ວນແຕ່ມີບັນຫາແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ, ແຕ່ກໍເປັນໜ້າສັງເກດວ່າ ໃນຂົງເຂດອະນຸພາກພື້ນແມ່ນ້ຳຂອງແມ່ນນຶ່ງໃນຂົງເຂດທີ່ມີຂະບວນການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານ ຈຳນວນຫລວງຫລາຍ. ບັນດາຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເຫລົ່ານີ້ສ່ວນຫລາຍຈະພາກັນຂົນຂວາຍຊອກຫາວຽກເຮັດງານທຳຢູ່ຕ່າງປະເທດ. ຄາດວ່າສອງສ່ວນສາມ ຂອງປະຊາກອນທີ່ຢູ່ໃນເກນອາຍຸຕ່ຳກວ່າ 25 ປີແມ່ນຈຳນວນພົນທີ່ເຂົ້າສູ່ຕະຫລາດແຮງງານແຕ່ລະປີ ແລະ ມີການຄາດຄະເນວ່າ ໃນຈຳນວນນີ້ມີປະມານ 7 ສ່ວນຮ້ອຍແມ່ນຈຳນວນພົນທີ່ເຄື່ອນຍ້າຍໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດ. ໂດຍເລັງເຫັນໄດ້ເຖິງຜົນປະໂຫຍດອັນສູງສຸດຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເວົ້າລວມ, ເວົ້າສະເພາະກໍຄື ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ, ລັດຖະບານແຫ່ງສາທາລະນະລັດປະຊາທິປະໄຕປະຊາຊົນລາວ ຈຶ່ງໄດ້ມີນະໂຍບາຍອັນຖືກຕ້ອງເພື່ອປົກປ້ອງສິດແລະຜົນປະໂຫຍດຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ, ພ້ອມນັ້ນ ກໍໄດ້ສົ່ງເສີມ ແລະ ອຳນວຍຄວາມສະດວກໃຫ້ແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານລາວເຮົາທີ່ຊອກຫາວຽກເຮັດງານທຳໄດ້ໃຊ້ຊ່ອງທາງອັນຖືກຕ້ອງແລະປອດໄພ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຜູ້ອອກແຮງງານລາວເຮົາຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດແຮງງານ ແລະ ຕົກເປັນເຫຍື່ອຂອງການຄ້າມະນຸດ.

ຢ່າງໃດກໍຕາມ, ພວກເຮົາເຫັນວ່າຍັງມີຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຈຳນວນບໍ່ໜ້ອຍ, ໂດຍສະເພາະຜູ້ອອກແຮງງານທີ່ເຮັດວຽກໃນຂະແໜງທີ່ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງສີມືລະດັບສູງຖືກຂູດຮີດແຮງງານ ແລະ ຖືກຂົ່ມເຫັງເອົາລັດເອົາປຽບ. ວິທີທາງນຶ່ງທີ່ຈະປົກປ້ອງສິດທິຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຫລົ່ານີ້ໄດ້ກໍຄືການໃຫ້ເຂົາເຈົ້າໄດ້ເຂົ້າເຖິງຂໍ້ມູນຂ່າວສານອັນຖືກຕ້ອງກ່ຽວກັບສະພາບການດຳລົງຊີວິດແລະການເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ, ໃນນັ້ນລວມທັງ ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບສິດທິຂອງເຂົາເຈົ້າໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ. ໂຄງການສາມຫລ່ຽມຂອງອົງການແຮງງານສາກົນທີ່ໄດ້ຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຢູ່ໃນຂົງເຂດອະນຸພາກພື້ນແມ່ນ້ຳຂອງຈຶ່ງໄດ້ໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫືອແກ່ສີ່ປະເທດຄື: ລາຊະອານາຈັກກຳປູເຈຍ, ສາທາລະນາລັດປະຊາທິປະໄຕປະຊາຊົນລາວ, ສະຫະພາບມຽນມາ ແລະ ສາທາລະນະລັດສັງຄົມນິຍົມຫວຽດນາມ ໃນການສ້າງຫລັກສູດສຳລັບຝຶກອົບຮົມກະກຽມຄວາມພ້ອມກ່ອນອອກເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ ແລະ ແຕ່ລະປະເທດກໍໄດ້ສ້າງຫລັກສູດຕາມເງື່ອນໄຂແລະນະໂຍບາຍຂອງປະເທດ.

ສາທາລະນະລັດປະຊາທິປະໄຕປະຊາຊົນລາວໄດ້ມີນິຕິກຳຄຸ້ມຄອງການດຳເນີນທຸລະກິດບໍລິການຈັດຫາງານ ໂດຍວາງລະບຽບການໃຫ້ບັນດາວິສາຫະກິດຈັດຫາງານຕ້ອງເປັນຜູ້ຈັດຝຶກອົບຮົມໃຫ້ແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານລາວກ່ອນສົ່ງແຮງງານເຫລົ່ານັ້ນອອກນອກປະເທດ. ກະຊວງແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມໃນນາມລັດຖະບານແຫ່ງ ສປປລາວ ໄດ້ຮ້ອງຂໍໄປຍັງອົງການແຮງງານສາກົນ ໃຫ້ຊ່ວຍເຫືອທາງດ້ານວິຊາການໃນການສ້າງປື້ມຄູ່ມືຝຶກອົບຮົມນີ້ ເຊິ່ງມີເນື້ອໃນຢ່າງກວ້າງຂວາງກວມເອົາບັນຫາຕ່າງໆທີ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເຄີຍປະສົບຢູ່ໃນວົງຈອນຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດ ໂດຍເລີ່ມແຕ່ຂັ້ນຕອນທຳອິດ ຄືການຮັບສະໝັກແຮງງານ ແລະ ການຈັດສົ່ງແຮງງານ, ການດຳລົງຊີວິດ ແລະ ສະພາບການເຮັດວຽກໃນຕ່າງປະເທດ, ການສິ້ນສຸດການເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ ແລະ ການຈັດສົ່ງຄືນພູມລຳເນົາເດີມ ແລະ ການກັບຄືນສູ່ສັງຄົມເດີມໃນບ້ານ.

ການຝຶກອົບຮົມກະກຽມຄວາມພ້ອມກ່ອນອອກເດີນທາງ ໄດ້ໃຫ້ຂໍ້ມູນຫລາຍຢ່າງທີ່ເປັນປະໂຫຍດແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານກ່ອນທີ່ຈະເດີນທາງໄປຕ່າງປະເທດ, ເຊັ່ນ: ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບ ສິດທິ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງຜູ້ອອກແຮງງານ, ກົດໝາຍ, ການເມືອງ ແລະ ວັດທະນະທຳຂອງປະເທດປາຍທາງ, ການເຂົ້າເຖິງການບໍລິການ ແລະ ກົນໄກຮ້ອງຟ້ອງຂໍຄວາມເປັນທຳ, ວິທີການສົ່ງເງິນກັບບ້ານ, ການກະກຽມເດີນທາງກັບພູມລຳເນົາເດີມ ແລະ ການກັບຄືນສູ່ສັງຄົມເດີມໃນບ້ານຂອງຕົນ. ຫລັກສູດໃນປື້ມຄູ່ມືນີ້ນຳໃຊ້ວິທີການຝຶກອົບຮົມແບບມີສ່ວນຮ່ວມຂອງສຳມະນາກອນ ແລະ ມີກິດຈະກຳລາກຫລາຍ, ເຊັ່ນ: ຈັດກຸ່ມສົນທະນາ, ລະດົມຄວາມຄິດ, ເອົາກໍລະນີຕົວຢ່າງມາສຶກສາຄົ້ນຄວ້າຮ່ວມກັນ, ສະແດງບົດບາດສົມມຸດ, ເພາະວ່າ ກິດຈະກຳເຫລົ່ານີ້ຈະຊ່ວຍກະຕຸກຊຸກຍູ້ໃຫ້ສຳມະນາກອນຮັບຮູ້ແລະເຂົ້າໃຈໄວ. ເປົ້າໝາຍຫລັກຂອງການຝຶກອົບຮົມກໍແມ່ນຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຂອງຜູ້ອອກແຮງງານຕໍ່ການຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດ ແລະ ໃຫ້ຜູ້ອອກແຮງງານມີສະຕິປັນຍາຮູ້ຈັກປົກປ້ອງຕົນເອງ, ໃຫ້ເຂົາເຈົ້າເຫັນໄດ້ເຖິງຜົນຮ້າຍຂອງການຖືກລ່ວງລະເມີດສິດທິໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ຮູ້ຈັກວິທີຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫລືອໃນຄາວຈຳເປັນ, ແລະ ທ້າຍທີ່ສຸດ ກໍເພື່ອໃຫ້ເຂົາເຈົ້າໄດ້ຮັບຜົນປະໂຫຍດແລະປະສົບການທີ່ດີຈາກການໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດ.

ໂຄງການຮ່ວມມືສາມຝ່າຍເພື່ອປົກປ້ອງສິດທິຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍໃນ ແລະ ນອກຂົງເຂດອະນຸພາກພື້ນແມ່ນ້ຳຂອງ ຂອງອົງການແຮງງານສາກົນ ຫລືເອີ້ນຫຍໍ້ວ່າ (ໂຄງການສາມຫລ່ຽມ) ມີໄລຍະປະຕິບັດ 5 ປີ ໂດຍມີເປົ້າໝາຍເສີມສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງ ໃຫ້ແກ່ການປະຕິບັດ ນະໂຍບາຍປົກປ້ອງແຮງງານ ແລະ ຄຸ້ມຄອງການຈັດຫາງານ ພ້ອມນັ້ນ ກໍສົ່ງເສີມການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານແບບປອດໄພເພື່ອໃຫ້ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍໄດ້ມີວຽກເຮັດງານທຳທີ່ມີຄຸນຄ່າ ແລະ ເປັນທຳ. ໂຄງການນີ້ໄດ້ຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຢູ່ຫົກປະເທດ ຄື: ກຳປູເຈຍ, ສປປລາວ, ມາເລເຊຍ, ມຽນມາ, ໄທ ແລະ ຫວຽດນາມ. ຢູ່ແຕ່ລະປະເທດ, ຕົວແທນຂອງສາມຝ່າຍ (ໄດ້ແກ່: ລັດຖະບານ, ອົງການຕາງໜ້າຜູ້ໃຊ້ແຮງງານ ແລະ ອົງການຕາງໜ້າຜູ້ອອກແຮງງານ) ມີສ່ວນຮ່ວມຂັບເຄື່ອນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດແຕ່ລະກິດຈະກຳຂອງໂຄງການ ຕາມຈຸດປະສົງທີ່ໂຄງການວາງໄວ້ຄື: ເສີມສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງໃຫ້ແກ່ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດນິຕິກຳແລະນະໂຍບາຍກ່ຽວກັບແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ, ຍົກລະດັບຄວາມສາມາດຂອງຄູ່ຮ່ວມງານ ແລະ ສະໜອງການບໍລິການໃຫ້ແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ. ຈຸດປະສົງທີ່ກ່າວມານີ້ມີຄວາມພົວພັນເຊິ່ງກັນແລະກັນຢ່າງກົມກຽວ ເຊິ່ງເຫັນໄດ້ວ່າ ບັນດາກິດຈະກຳກ່ຽວກັບການຍົກລະດັບຄວາມສາມາດແລະເຜີຍແຜ່ຂໍ້ມູນຂ່າວສານແມ່ນດຳເນີນໄປຕາມຄວາມຄິດເຫັນ, ຄວາມຮຽກຮ້ອງຕ້ອງການແລະ ປະສົບການທີ່ປະສົບຜ່ານມາຂອງຜູ້ອອກແຮງງານ, ຜູ້ໃຊ້ແຮງງານ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ.

ສາລະບານ

ສະແດງຄວາມຮູ້ບຸນຄຸນ **10**

ອັກສອນຫຍໍ້ **11**

ຈະໃຊ້ປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ແນວໃດ? **12**

ອະທິບາຍຄຳສັບ **13**

ເດີນທາງປອດໄພໄດ້ວຽກເຮັດງານທຳທີ່ດີ **16**

I. ຂໍ້ມູນສ່ວນຕົວຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ **18**

ແນະນຳແລະປະເມີນຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງສຳມະນາກອນ **20**

ກ.ຄວາມຮູ້ສຶກຂອງເຮົາມື້ນີ້ *22*

ຂ. ສິ່ງທີ່ເຮົາຮູ້ກ່ຽວກັບແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ *23*

ຄ. ແນະນຳຫຼັກສູດເຝິກອົບຮົມ *23*

ງ.ຄວາມຄາດຫວັງຂອງທ່ານເອງ (ສຳມະນາກອນ) ຈາກການຝຶກອົບຮົມ *23*

II. ຄູ່ມືເຝິກອົບຮົມ **24**

ບົດທີ 1: ພາບລວມຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານໄປຕ່າງປະເທດ **25**

1.1 ເຫດຜົນທີ່ທ່ານເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ *26*

1.2 ພາບລວມຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານ *27*

1.3 ຜົນປະໂຫຍດແລະສິ່ງທ້າທາຍຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານ *27*

1.3.1. ຜົນປະໂຫຍດແລະສິ່ງທ້າທາຍຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ *27*

1.3.2.ການລ່ວງລະເມີດສິດທີ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍອາດປະເຊີນ *28*

1.3.3. ບັນຫາທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນກັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເພດຍິງ *29*

1.3.4. ບັນຫາທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນກັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເພດຊາຍ *30*

1.4 ຊອກວິທີການແກ້ໄຂສິ່ງທ້າທາຍ *31*

ບົດທີ 2: ການກະກຽມເພື່ອເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດໄທ **35**

2.1. ທ່ານຮູ້ວັດທະນະທຳໄທໜ້ອຍຫຼາຍປານໃດ *36*

2.2. ສິ່ງທີ່ຄວນຮູ້ກ່ຽວກັບປະເທດໄທ *37*

2.2.1.ຂໍ້ມູນພື້ນຖານກ່ຽວກັບປະເທດໄທ 37

2.2.2 ລັກສະນະສະເພາະຂອງວັດທະນະທຳໄທ 38

2.2.3. ການກະທຳທີ່ບໍ່ຄວນເຮັດໃນປະເທດໄທ 39

2.3 ກົດໝາຍທີ່ກ່ຽວຂ້ອງຂອງປະເທດໄທ 40

2.3.1. ສິດທິຂອງທ່ານໃນຖານະເປັນຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ 40

2.3.2 ສິ່ງທີ່ຄວນຮູ້ກ່ຽວກັບສັນຍາແຮງງານ 44

2.3.3. ເອກະສານທີ່ຈຳເປັນສຳລັບການເຮັດວຽກຢ່າງຖືກຕ້ອງຢູ່ປະເທດໄທ 45

2.4. ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງທ່ານໃນຖານະຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ 47

2.4.1. ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງທ່ານໃນຖານະຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ..47

2.4.2. ການແກ້ໄຂຂໍ້ຂັດແຍ່ງ 47

2.5 ການແກ້ບັນຫາເມື່ອຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດແຮງງານ..48

2.6 ທົດທວນຄືນ..51

ບົດທີ 3: ຄຳແນະນຳໃນການເດີນທາງ 53

3.1 ວິທີການເກັບມ້ຽນເຄື່ອງໃສ່ກະເປົາແລະການກະກຽມລາຍການຕ້ອງມີກ່ອນການເດີນທາງ..54

3.1.1 ການເກັບເຄື່ອງໃສ່ກະເປົາ..54

3.1.2 ລາຍການສິ່ງຂອງຈຳເປັນຕ່າງໆກ່ອນການເດີນທາງ 54

3.2 ສິ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງຮູ້ເວລາເດີນທາງທາງລົດໂດຍສານ..55

3.2.1 ການເດີນທາງທາງລົດໂດຍສານ..55

3.2.2 ຄວນເຮັດແນວໃດເວລາເດີນທາງດ້ວຍລົດໂດຍສານ? 55

3.2.3 ແບບຟອມແຈ້ງເຂົ້າ-ອອກເມືອງ..56

3.3. ເວລາຮອດດ່ານກວດຄົນເຂົ້າເມືອງຂອງປະເທດປາຍທາງ (ດ່ານໄທ) 56

3.4. ການແລກປ່ຽນເງິນ..57

ບົດທີ 4: ການປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບວຽກງານ ແລະ ການດຳລົງຊີວິດ (ໃນປະເທດໄທ)....................................58

4.2 ການປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບວຽກແລະຊີວິດໃໝ່ (ໃນປະເທດໄທ) 60

4.2.1 ການປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບວຽກແລະຊີວິດໃໝ່ (ໃນປະເທດໄທ)......60

4.2.2 ຂໍ້ແນະນຳໃນການແກ້ໄຂການຄິດຮອດບ້ານ......61

4.3 ການສື່ສານຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ......61

4.3.1 ສ້າງສາຍສຳພັນທີ່ດີກັບນາຍຈ້າງຫຼືຫົວໜ້າງານ......61

4.3.2 ສ້າງສາຍສຳພັນທີ່ດີກັບເພື່ອນຮ່ວມງານ......61

4.3.3 ບົດບາດສົມມຸດຂອງການສື່ສານທີ່ດີ:......61

4.4 ສຸຂະພາບແລະສຸຂະອານາໄມ......62

4.4.1. ຄວາມສຳຄັນຂອງການຮັກສາອານາໄມສ່ວນຕົວ......62

4.4.2 ສຸຂະອານາໄມສ່ວນຕົວແລະຄວາມສະອາດຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ, ເຮືອນແລະສະຖານທີ່ສ່ວນລວມຕ່າງໆ......62

4.4.3 ການຮັກສາສຸຂະພາບເວລາເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ......63

4.4.4 ການເຂົ້າເຖິງການບໍລິການສຸຂະພາບ......63

4.5 ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (ພຕພ)......64

4.5.1 ເຊື້ອເອສໄອວີ HIV ແມ່ນຫຍັງແລະຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ແນວໃດ......64

4.5.2 ທ່ານຈະປົກປ້ອງຕົນເອງຈາກເຊື້ອ HIVແນວໃດ?......64

4.5.3 ໃຜມີຄວາມສ່ຽງຕິດເຊື້ອເອສໄອວີແລະໂລກເອສ?......65

ບົດທີ 5: ເງິນແລະພື້ນຖານການບໍລິຫານການເງິນ......66

5.1 ສະຫຼາດໃຊ້ສະຫຼາດຈ່າຍ: "ຄວາມຈຳເປັນ" ແລະ "ຄວາມຕ້ອງການ"......68

5.2 ການບໍລິຫານເງິນເດືອນ......68

5.2.1 ຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃນການເດີນທາງໄປເຮັດວຽກ......69

5.2.2 ບົດຮຽນກ່ຽວກັບກົດໝາຍ: ການຫັກລົບໜີ້ຜ່ານເງິນເດືອນ......70

5.3 ການສົ່ງເງິນກັບບ້ານ......70

5.4 ການສ້າງແຜນງົບປະມານ......72

ບົດທີ 6: ເດີນທາງກັບບ້ານ 76

6.1 ສິ່ງທີ່ອາດຕ້ອງປະເຊີນຫຼັງການເຮັດວຽກຕ່າງຖິ່ນ 78

6.1.1. ຫຼັງການເຮັດວຽກໃນຕ່າງປະເທດ 78

6.1.2. ການຈັດຕັ້ງທີ່ທ່ານຕ້ອງແຈ້ງໃຫ້ຮູ້ເວລາກັບບ້ານ 79

III. ສະຫລຸບການເຝິກອົບຮົມ 82

ທ່ານມີຄວາມໝັ້ນໃຈຫຼາຍສໍ່າໃດ?..84

IV ເອກະສານຂັດຕິດ 86

ເອກະສານຂັດຕິດ: ແບບຢ່າງສັນຍາແຮງງານ..86

ສະແດງຄວາມຮູ້ບຸນຄຸນ

ເນື້ອໃນປຶ້ມຄູ່ມືຝຶກອົບຮົມນີ້ໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນຈາກ ໂຄງການຮ່ວມມືສາມຝ່າຍເພື່ອປົກປ້ອງສິດທິຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍໃນແລະນອກຂົງເຂດອະນຸພາກພື້ນແມ່ນ້ຳຂອງຂອງອົງການແຮງງານສາກົນ ຫລື ເອັ້ນຫຍໍ້ວ່າ (ໂຄງການສາມຫລ່ຽມ) ທີ່ໄດ້ຮັບທຶນຊ່ວຍເຫລືຈາກລັດຖະບານອົດສະຕຣາລີ. ສ່ວນການອອກແບບ, ຈັດໜ້າ ແລະ ຈັດພິມປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ ແມ່ນໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນຈາກ ໂຄງການຮ່ວມມືສາມຝ່າຍເພື່ອປົກປ້ອງແລະສົ່ງເສີມສິດທິຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍໃນຂົງເຂດອາຊຽນ ຫລື ເອັ້ນຫຍໍ້ວ່າ (ໂຄງການອາຊຽນສາມຫລ່ຽມ) ທີ່ໄດ້ຮັບທຶນຊ່ວຍເຫລືອຈາກລັດຖະບານການາດາ.

ຜູ້ຂຽນປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ ຂໍສະແດງຄວາມຮູ້ບຸນຄຸນມາຍັງທຸກທ່ານໃນລະບົບໄຕພາຄີຂອງສາທາລະນະລັດປະຊາທິປະໄຕປະຊາຊົນລາວທີ່ໄດ້ປະກອບຄວາມຄິດຄວາມເຫັນໃສ່ປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ໃຫ້ອຸດົມສົມບູນ ແລະ ເປັນເອະສານຄົບຖ້ວນ ແລະ ສອດຄ່ອງກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງຜູ້ອອກແຮງງານລາວທີ່ຈະເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດໄທ. ຄວາມຄິດເຫັນທີ່ໄດ້ຈາກບັນທ່ານເຫລົ່ານີ້ແມ່ນໄດ້ຮັບເວລາຈັດກອງປະຊຸມປຶກສາຫາລືທີ່ມີຜູ້ຮ່ວມຈາກພາກສ່ວນຕ່າງໆ: ກະຊວງແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມ, ກະຊວງການຕ່າງປະເທດ, ກະຊວງປ້ອງກັນຄວາມສະຫງົບ, ກະຊວງແຜນການ ແລະ ການຮ່ວມມື, ສະພາອຸດສາຫະກຳ ແລະ ການຄ້າໃນນາມຕາງໜ້າຜູ້ໃຊ້ແຮງງານ ສະຫະພັນກຳມະບານລາວໃນນາມຜູ້ຕາງໜ້າຜູ້ອອກແຮງງານ, ວິສາຫະກິດຈັດຫາງານ. ນອກນັ້ນ ກໍມີຜູ້ຕາງໜ້າຈາກອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນ, ເຊັ່ນ: UN-ACT, WV, VFI, IOM, UN-Women, ILO. ເບື້ອງຕົ້ນແມ່ນ ນາງ ໄຮເກ ລໍເຕັນຊະລັກເກີ (Heike Lautenschlager), ນາງ ແອນນາ ໂອນເຊັນ (Anna Olsen), ແລະ ທ່ານ ແມັກ ຕູນອນ (Max Tunon) ເປັນຜູ້ຮ່ວມກັນຮ່າງປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ ໂດຍໄດ້ຮັບການສົມທົບ ທ່ານ ກັນຊານ ລັດທະຍອດ, ນາງ ຊາລີ ບາເບີ (Sally Barber) ແລະ ນາງ ຂວັນຮືໄທ ສີປະທານະໂກສົນ. ທ່ານ ກໍລະກົດ ແຫວນວັນຄຳ, ຜູ້ປະສານງານໂຄງການສາມຫລ່ຽມຢູ່ ສປປລາວ, ເຮັດໜ້າທີ່ປະສານງານ ແລະ ໃຫ້ການແນະນຳທາງດ້ານວິຊາການຕະຫລອດໄລຍະຂອງການສ້າງປຶ້ມຄູ່ມືນີ້. ຮູບພາບປະກອບຫລາຍຢ່າງແມ່ນໄດ້ມາຈາກ ທ່ານ ຈຸດຕິພົນ ໄຊກເຕຊາສະຫວັດ ແລະ ສ່ວນນຶ່ງແມ່ນໄດ້ຄັດມາຈາກເອກະສານຂອງອົງການຮງງານສາກົນ “Budget Smart - Financial education for migrant workers and their families: Training manual.”

ປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ບໍ່ອາດຈະສຳເລັດລົງໄດ້ ຖ້າບໍ່ມີການປະກອບສ່ວນສຳຄັນ ແລະ ການຊີ້ນຳຢ່າງໃກ້ຊິດ ຂອງພະນັກງານພາຍໃນກົມພັດທະນາສີມືແຮງງານແລະ ຈັດຫາງານຂອງກະຊວງແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມ, ໂດຍສະເພາະ ແມ່ນ ທ່ານພູວັນ ຈັນທະວົງ, ຫົວໜ້າກົມ, ທ່ານ ນາງແກ້ວ ຈັນທະວີໄຊດ ຮອງຫົວໜ້າກົມ ແລະ ທ່ານ ນາງ ວັນນີ ແກ້ວສະຫວ່າງ ຫົວໜ້າພະແນກຈັດຫາງານ.

ອັກສອນຫຍໍ້

HIV/AIDS	ຫຍໍ້ມາຈາກ Human Immunodeficiency Virus Infection / Acquired Immunodeficiency Syndrome ຫຼືເອີ້ນສັ້ນໆວ່າໂລກເອດສ
ILO	ອົງການແຮງງານສາກົນ (International Labour Organization)
ຮສສ	ກະຊວງແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມ
MoU	ບົດບັນທຶກຊ່ວຍຈໍາ (Memorandum of Understanding)
NGO	ອົງການຈັດຕັ້ງທີ່ບໍ່ສັງກັດລັດ (Non-Governmental Organization)
PDTC	ຫຼັກສູດກະກຽມຄວາມພ້ອມກ່ອນການເດີນທາງ (Pre-Departure Training Curriculum)
ພຕພ	ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ
ສຂຮ	ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານແຮງງານ

ຈະໃຊ້ຄູ່ມືສະບັບນີ້ແນວໃດ?

ຄູ່ມືສະບັບນີ້ໃຊ້ປະກອບເຂົ້າໃນການຝຶກອົບຮົມໃນຫຼັກສູດການກະກຽມກ່ອນການເດີນທາງສຳລັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ຈະເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດໄທ.

ການຕັດສິນໃຈເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຕ່າງຖິ່ນເປັນການຕັດສິນໃຈທີ່ໜັກແລະຕ້ອງພົບກັບສິ່ງທ້າທາຍຫຼາກຫຼາຍລວມທັງການປ່ຽນແປງຕ່າງໆທີ່ບາງຄັ້ງກໍ່ດີຂຶ້ນແລະບາງຄັ້ງກໍ່ບໍ່ດີເທົ່າທີ່ຕ້ອງການເຊິ່ງການຝຶກອົບຮົມນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ເຂົ້າໃຈແລະສາມາດກະກຽມຄວາມພ້ອມທີ່ຈະທ້າທາຍປະສົບການໃໝ່.

ປື້ມຄູ່ມືນີ້ເປັນສົມບັດຂອງທ່ານທີ່ທ່ານສາມາດຂຽນສິ່ງທີ່ສຳຄັນໃສ່ເຊິ່ງລວມທັງເບີໂທລະສັບຕິດຕໍ່ທີ່ສຳຄັນຕ່າງໆ,ເຊັ່ນ: ສະຖານທູດ, ອົງການກຳມະບານ, ອົງການຊ່ວຍເຫຼືອຕ່າງໆ. ຮັກສາຄູ່ມືນີ້ໃຫ້ດີແລະພະຍາຍາມຈື່ເບີໂທລະສັບບາງສ່ວນໄວ້ຍາມສຸກເສີນຫຼືເວລາຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນປະເທດໄທ.

ການອະທິບາຍຄຳສັບ

AIDS

ໂລກເອດສ ຫຼື Acquired Immunodeficiency Syndrome - ແມ່ນການຂະຫຍາຍຕົວຂອງພະຍາດແລະການຕິດເຊື້ອຍ້ອນໄວຣັດ HIV.

ARVs

ຢາຕ້ານການຂະຫຍາຍເຊື້ອໄວຣັສ - ເຊື້ອໄວຣັສ HIV ບໍ່ສາມາດຮັກສາໃຫ້ຂາດໄດ້ແຕ່ກໍ່ສາມາດລະງັບແລະຫຼຸດຜ່ອນອັດຕາການຂະຫຍາຍແລະພັດທະນາຂອງພະຍາດໄດ້.

ໃບຢັ້ງຢືນການເກີດ

ໃບຢັ້ງຢືນການເກີດແມ່ນເອກະສານທາງການທີ່ທາງລັດຖະບານອອກໃຫ້ເພື່ອຢັ້ງຢືນຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເວລາແລະສະຖານທີ່ເກີດ, ຊື່ນາມສະກຸນເພດແລະຊື່ຂອງພໍ່ແລະແມ່. ເອກະສານດັ່ງກ່າວອາດໃຊ້ເພື່ອຢັ້ງຢືນເອົາສັນຊາດ.

ການສັບປ່ຽນສັນຍາ

ອາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ໃນເວລາທີ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເດີນທາງຮອດປະເທດປາຍທາງແລະຖືກບັງຂັບໃຫ້ເຊັນສັນຍາສະບັບອື່ນທີ່ເຮັດໃຫ້ສັນຍາທີ່ໄດ້ເຊັນໄວ້ກ່ອນໜ້ານີ້ເປັນໂມຄະເຊິ່ງສັນຍາໃຫມ່ນີ້ມີຜົນປະໂຫຍດແລະການຕອບແທນໜ້ອຍກວ່າ.

ວຽກເຮັດງານທຳດີ

ວຽກເຮັດງານທຳດີແມ່ນວຽກທີ່ບໍ່ຂັດຕໍ່ສິດທິມະນຸດ ແລະ ສິດທິຂອງຊາວຜູ້ອອກແຮງງານລວມມີຂໍ້ຕົກລົງແລະເງື່ອນໄຂກ່ຽວກັບຄວາມປອດໄພແລະຄ່າຕອບແທນແຮງງານ.ລວມທັງລາຍຮັບທີ່ສາມາດລ້ຽງຊີບຂອງຜູ້ອອກແຮງງານແລະຄອບຄົວ.ສິດທິພື້ນຖານດັ່ງກ່າວຍັງລວມເອົາການເຄົາລົບຮ່າງກາຍແລະມັນສະໝອງຂອງຜູ້ອອກແຮງງານອີກດ້ວຍ.

ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ຖືກຕ້ອງ/ມີທະບຽນ

ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດເຂົ້າ-ອອກ, ອາໄສ ແລະ ດຳເນີນກິດຈະກຳສ້າງລາຍຮັບຈາກການຈ້າງງານອີງຕາມຂໍ້ກຳນົດກົດລະບຽບຂອງລັດ ແລະ ຕາມລະບຽບປະຕິບັດສາກົນທີ່ລັດດັ່ງກ່າວເປັນພາຄີ.

ສັນຍາແຮງງານ

ສັນຍາແຮງງານແມ່ນສັນຍາລະຫວ່າງທ່ານ (ຜູ້ອອກແຮງງານ)ແລະນາຍຈ້າງ (ຜູ້ໃຊ້ແຮງງານ)ເຊິ່ງມີເງື່ອນໄຂຕ່າງໆຂອງການເຮັດວຽກ, ມີທັງເງິນເດືອນ ຫລື ຄ່າແຮງງານ, ສະຫວັດດີການ ແລະ ນະໂຍບາຍອື່ນໆເຊິ່ງເປັນເອກະສານທາງກົດໝາຍທີ່ລະບຸຂໍ້ຜູກມັດຕ່າງໆທີ່ນາຍຈ້າງຕ້ອງປະຕິບັດເພື່ອຕອບແທນຄ່າແຮງງານທີ່ໄດ້ນຳໃຊ້. ສັນຍາມີອາຍຸ 2 ປີແລະສາມາດຕໍ່ອາຍຸໄດ້ອີກ 2 ປີຫຼືຂຶ້ນກັບກົດໝາຍຂອງປະເທດດັ່ງກ່າວ.

ການແກ້ໄຂບັນຫາຜ່ານຊ່ອງທາງກົດໝາຍ

ການຮ້ອງທຸກສາມາດຍື່ນສະເໜີໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ ແລະ ອຳນາດການປົກຄອງເຊັ່ນ: ທີ່ປຶກສາຝ່າຍແຮງງານປະຈຳສະຖານທູດເຊິ່ງສາມາດຊ່ວຍໃນການຮ້ອງທຸກໄດ້.

ການບັງຂັບໃຊ້ແຮງງານ

ແມ່ນການໃຊ້ແຮງງານແບບບັງຂັບຂູ່ເຂັນໂດຍບໍ່ໄດ້ຮັບຫຼືໄດ້ຮັບຄ່າແຮງໜ້ອຍກວ່າທີ່ຄວນແລະບໍ່ມີການພັກຜ່ອນຕາມກົດໝາຍ.
ການບັງຂັບໃຊ້ແຮງງານ ແມ່ນວຽກ ຫຼື ການບໍລິການທີ່ຖືກບັງຂັບໃຫ້ປະຕິບັດ ຫຼື ຖືກນາບຂູ່ ຂົ່ມຂູ່.

HIV ບວກ

(ຫຼື HIV+) ແມ່ນການຕິດເຊື້ອໄວຣັສ HIV.

HIV ລົບ

(ຫຼື HIV-) ແມ່ນການບໍ່ມີເຊື້ອ HIV.

ການຈັດຫາງານໄປຕ່າງປະເທດແບບຜິດກົດໝາຍ ມີດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ການສົ່ງແຮງງານໄປຕ່າງປະເທດໂດຍບໍ່ມີໃບອະນຸຍາດຈາກກະຊວງແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມ;
- ນຳໃຊ້ໃບຜ່ານແດນ, ວີຊາທ່ອງທ່ຽວ ຫຼື ວີຊາຢ້ຽມຢາມທີ່ບໍ່ແມ່ນໜັງສືຜ່ານແດນທີ່ມີວີຊາອະນຸຍາດເຮັດວຽກ (VISA-LA);
- ການວ່າຈ້າງກຳມະກອນໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດໂດຍບໍ່ມີວຽກເຮັດງານທຳທີ່ແນ່ນອນ;
- ການສົ່ງແຮງງານໄປຕ່າງປະເທດໂດຍບໍ່ມີສັນຍາແຮງງານ.

ການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານ

ແມ່ນຂະບວນການຈັດຈ້າງແຮງງານການສະໝັກວຽກເດີນທາງແລະເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດແລະກັບຄືນປະເທດໃນເວລາສິ້ນສຸດສັນຍາເຊິ່ງເປັນການເຮັດວຽກເພື່ອແລກປ່ຽນກັບຄ່າແຮງ. ທຸກໆຄົນມີສິດໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ.

ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ແມ່ນຜູ້ທີ່ຍົກຍ້າຍຖິ່ນຖານໄປເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດອື່ນໃນນີ້ລວມເອົາທັງຜູ້ທີ່ເດີນທາງອອກໄປໂດຍບໍ່ມີເອກະສານຄົບຖ້ວນ.

ການໄກ່ເກ່ຍ

ແມ່ນຂະບວນການແກ້ໄຂບັນຫາໂດຍໃຊ້ຄົນກາງເປັນດຳເນີນການໄກ່ເກ່ຍລະຫວ່າງສອງຝ່າຍ.

ໜັງສືຜ່ານແດນ (ປັດສະປໍ)

ແມ່ນເອກະສານທາງການທີ່ອອກໂດຍລັດຖະບານເພື່ອໃຫ້ອະນຸຍາດ ເດີນທາງອອກໄປປະເທດອື່ນໄດ້ເຊິ່ງສາມາດເປັນທັງເອກະສານ ສະແດງການເປັນພົນລະເມືອງ. ໜັງສືຜ່ານແດນຢັ້ງຢືນສະຖານະພາບຂອງຜູ້ຖືອາຍຸສັນຊາດ ແລະ ການໄດ້ຮັບສິດຕາມກົດໝາຍໃນຕ່າງປະເທດ. ສະຫຼຸບລວມແລ້ວໜັງສືຜ່ານແດນແມ່ນປຶ້ມທີ່ຢັ້ງຢືນຕໍ່ເຈົ້າໜ້າທີ່ ແລະ ຜູ້ອື່ນໆວ່າບຸກຄົນທີ່ມີຊື່ໃນປັດສະປໍນັ້ນແມ່ນໃຜມາຈາກໃສແລະອາຍຸເທົ່າໃດ.

ວີຊາ (Visa)

ແມ່ນໃບຮັບຮອງຫຼືອະນຸມັດຕິດຂັດໃນໜັງສືຜ່ານແດນອອກໃຫ້ໂດຍເຈົ້າໜ້າທີ່ສະຖານທູດຫຼືກົງສູນເພື່ອອະນຸຍາດໃຫ້ຊາວຕ່າງດ້າວເຂົ້າປະເທດ.

ໃບອະນຸຍາດເຮັດວຽກ

ແມ່ນເອກະສານທາງການທີ່ລັດຖະບານອອກອະນຸຍາດໃຫ້ຊາວຕ່າງດ້າວສາມາດເຮັດໄວ້ໄດ້ພາຍໃຕ້ຂໍ້ກຳນົດເງື່ອນໄຂຕ່າງໆທີ່ໄດ້ລະບຸໄວ້.

ການທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍ

ແມ່ນການບັງຂັບຫຼືທຳຮ້າຍໂດຍໃຊ້ການກະທຳເຮັດໃຫ້ບາດເຈັບແກ່ຮ່າງກາຍ.

ການທຳຮ້າຍທາງຈິດໃຈ

ແມ່ນການຂົ່ມຂູ່ວ່າຈະຖືກໄລ່ກັບບ້ານຈັບສົ່ງຕຳຫຼວດຫຼືຕັດເງິນເດືອນຖ້າບໍ່ເຮັດວຽກເພີ່ມຫຼືເຮັດວຽກບໍ່ໄດ້ດີເຊິ່ງອາດຈະເຮັດໃຫ້ຮູ້ສຶກກະວົນກະວາຍໃຈ ຢ້ານແລະກີດຂວາງການເຮັດວຽກ.

ການທຳຮ້າຍໂດຍໃຊ້ຄຳເວົ້າ

ລວມມີການດູຖູກດູໝິ່ນເຮັດໃຊ້ເຊື່ອມເສຍກຽດເຮັດໃຫ້ເສຍຂວັນກຳລັງໃຈ.

ການລ່ວງເກີນທາງເພດ

ການລ່ວງເກີນທາງເພດແມ່ນຜິດກົດໝາຍແລະທ່ານບໍ່ຄວນຍິນຍອມງ່າຍໆແລະ ຄວນຈະຕິດຕໍ່ຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງໃຫ້ຊ່ວຍເຫຼືອເມື່ອບັນຫານີ້ເກີດຂຶ້ນກັບທ່ານ. ຜູ້ທີ່ລ່ວງເກີນທາງເພດອາດແມ່ນນາຍຈ້າງ, ສະມາຊິກຄອບຄົວຂອງນາຍຈ້າງ, ຫຼືຫົວໜ້າໜ່ວຍງານເຊິ່ງມີວິທີການດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ການແຕະເນື້ອຕ້ອງໂຕສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍທ່ານ.
- ການໃຊ້ຄຳເວົ້າແລະຢອກລໍ້ທີ່ບໍ່ເໝາະສົມກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ.
- ການເລົ່າເລື່ອງເພດແລະຮູບພາບຕ່າງໆຂອງທ່ານຢ່າງບໍ່ເໝາະສົມ.
- ເວົ້າກັບຜູ້ອື່ນກ່ຽວກັບສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍທ່ານແລະເລື່ອເພດກ່ຽວກັບທ່ານ.
- ແຕ້ມຮູບພາບທີ່ກ່ຽວກັບຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ
- ຂໍມີເພດສຳພັນກັບທ່ານຫຼືລ່ວງລະເມີດທາງເພດຫຼືຂົ່ມຂືນທ່ານ.

ການລ່ວງລະເມີດທາງເພດ

ແມ່ນຜົນຈາກການໃຊ້ຄຳເວົ້າການກະທຳຫຼືການຕົວະຍົວະໃຫ້ເກີດມີການສຳພັນທາງເພດໂດຍບໍ່ຍິນຍອມ.

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນສາມາດເພີ່ມຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໄວຣັສ HIV. ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຕິດຕໍ່ກັນໂດຍຜ່ານການຮ່ວມເພດທີ່ບໍ່ປ້ອງກັນ. ພະຍາດດັ່ງກ່າວມີຫຼາຍຊະນິດທີ່ຕິດຕໍ່ໂດຍຜ່ານເຊື້ອແບກທີເລຍຫຼືໄວຣັສ. ບາງຊະນິດຕົວຢ່າງຕູ່ມພື້ນຂຶ້ນຕາມອະໄວຍະວະເພດສາມາດຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ດ້ວຍການສຳພັດທາງຜິດໜັງ. ພະຍາດທີ່ມັກເກີດມີໜອງໃນ, ຝີໝາກມ່ວງ, ພື້ນແດງ, ບາດແຜອ່ອນແສບຄັນ, ຫອນໄກ່, ຕັບອັກເສບບີແລະຊີແລະ HIV.

ໃບຮັບຮອງແພດ

ແມ່ນໃບຢັ້ງຢືນສຸຂະພາບແຂງແຮງດີແລະບໍ່ມີພະຍາດຕິດຕໍ່ໃດໆກ່ອນຫຼືລະຫວ່າງການເດີນທາງໄປຕ່າງປະເທດແຕ່ທ່ານອາດຈະໄດ້ຮັບການກວດສຸຂະພາບຄືນອີກເມື່ອທ່ານເດີນທາງໄປຮອດປະເທດປາຍທາງ.

ການຄ້າມະນຸດ

ການຄ້າມະນຸດແມ່ນການຈັດຫາ, ເຄື່ອນຍ້າຍ, ສົ່ງຕໍ່-ຮັບເອົາບຸກຄົນໂດຍໃຊ້ການຂົ່ມຂູ່ໃຊ້ກຳລັງການຕົວະຍົວະການຫຼອກລວງການຮັບອາມິດສິນຈ້າງເພື່ອຄວບຄຸມກັກຂັງໜ່ວງໜ່ຽວເພື່ອຫາຜົນປະໂຫຍດໃສ່ຕົນຫຼືອາດຮຽກວ່າເປັນການຊື້ຂາຍແລກປ່ຽນມະນຸດເພື່ອການຄ້າແລະກຳໄລ.

ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ບໍ່ຂຶ້ນທະບຽນ

ແມ່ນຜູ້ທີ່ລັກລອບເຂົ້າເມືອງແບບຜິດກົດໝາຍ ກໍ່ຄືທຸກຄົນທີ່ ຂ້າມເຂດແດນໂດຍບໍ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດ ແລະ ຜິດລະບຽບ. ການຍ້າຍຖິ່ນຖານແບບຜິດກົດໝາຍແມ່ນ ການເດີນທາງໄປຕ່າງປະເທດໂດຍບໍ່ມີເອກະສານຄົບຖ້ວນ.

ສະໝຸດບັນທຶກ

ເດີນທາງປອດໄພໄດ້ວຽກເຮັດງານທຳທີ່ດີ

ການເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດອາດຈະໄດ້ເງິນຫລາຍກວ່າຢູ່ບ້ານເຮົາຖ້າໄປຢ່າງຖືກຕ້ອງ. ສະນັ້ນຕ້ອງເຮັດຕາມຄຳແນະນຳວິທີການເດີນທາງຢ່າງຖືກຕ້ອງເພື່ອໄດ້ວຽກງານທຳດີສົມດັ່ງປາຖະໜາ.

ວິທີການງ່າຍໆແລະສາມາດເຮັດໄດ້ມີດັ່ງນີ້

1

ຊອກຮູ້ທີ່ມາທີ່ໄປຢ່າງຈະແຈ້ງກ່ອນການຕັດສິນໃຈ.

- ຄວນປຶກສາຫາລືແລະຖາມຄຳຄິດຄຳເຫັນກັບຫຼາຍໆຄົນໂດຍສະເພາະແມ່ນຄອບຄົວໝູ່ເພື່ອນໃກ້ຊິດ. ນອກນັ້ນກໍ່ພົວພັນກັບຜູ້ທີ່ເຄີຍໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດແບບຖືກຕ້ອງມາແລ້ວ. ທ່ານຄວນສອບຖາມຂໍ້ມູນນຳອົງການຈັດຕັ້ງຂອງລັດແລະອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນຕ່າງໆຢູ່ໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານເຊັ່ນ: ອົງການຄຸ້ມຄອງແຮງງານ, ວິສາຫະກິດຈັດຫາງານ, ຈຸດບໍລິການຈັດຫາງານທີ່ຕັ້ງຢູ່ພະແນກແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມແຂວງ, ຫ້ອງການແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມເມືອງ, ອົງການກຳມະບານ, ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ສາມາດຕອບຄຳຖາມຂອງທ່ານໄດ້.

- ສຳຄັນທີ່ສຸດແມ່ນການສຶກສາຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບການເຮັດວຽກ ແລະ ການດຳລົງຊີວິດຢູ່ຕ່າງປະເທດວ່າເປັນແນວໃດ, ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍແນວໃດເພື່ອໃຫ້ໄດ້ວຽກ, ວຽກທີ່ຈະເຮັດແມ່ນວຽກຫຍັງ, ມີວຽກອັນໃດແດ່ທີ່ລັດບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ໄປເຮັດ, ມີເອກະສານຈຳເປັນຫຍັງແດ່ສຳລັບການເດີນທາງ, ມີບັນຫາໃດແດ່ທີ່ທ່ານອາດຈະໄດ້ພົບພໍ້ (ໃນເວລາຫ່າງໄກຄອບຄົວເປັນເວລາຫຼາຍປີ) ແລະຈຳນວນເງິນທີ່ທ່ານຈະສາມາດທ້ອນໂຮມໄດ້ແລະສົ່ງກັບບ້ານໄດ້ໜ້ອຍຫຼາຍປານໃດ. ກ່ອນຕັດສິນໃຈເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດທ່ານຄວນຊອກຮູ້ວັດທະນະທຳຮີດຄອງປະເພນີ ແລະ ຊີວິດການເປັນຢູ່ຢ່າງລະອຽດຂອງປະເທດນັ້ນໃຫ້ຄັກສາກ່ອນ.

2

ເດີນທາງອອກນອກປະເທດຢ່າງຖືກຕ້ອງ

- ທ່ານຈະໄດ້ຮັບການປົກປ້ອງເປັນຢ່າງດີຈາກການຈັດຕັ້ງຢູ່ພາຍໃນແລະຢູ່ຕ່າງປະເທດ ເມື່ອທ່ານເດີນທາງອອກນອກປະເທດຢ່າງຖືກກົດໝາຍ. ຜູ້ທີ່ເດີນທາງອອກນອກປະເທດແບບຜິດກົດໝາຍແມ່ນມີຄວາມສ່ຽງສູງທີ່ຈະຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດແຮງງານ, ຖືກເອົາລັດເອົາປຽບແລະ ອາດຈະຖືກຈັບກຸມ, ຖືກກັກຂັງແລະຖືກຂັບໄລ່ກັບຄືນປະເທດ.

3

ກວດສອບປະຫວັດຂອງບໍລິສັດຈັດຫາງານແລະນາຍໜ້າຜູ້ຈັດຫາວຽກໃຫ້ທ່ານ

- ກວດສອບເບິ່ງວ່າບໍລິສັດຈັດຫາງານມີໃບອະນຸຍາດທີ່ຖືກຕ້ອງແລະມີຊື່ສຽງດີທາງດ້ານການບໍລິການຫຼືບໍ່. ຖ້າບໍລິສັດຈັດຫາງານຫຼືນາຍຈ້າງບອກທ່ານປອມແປງອາຍຸຂອງທ່ານຫຼືປ່ຽນວຽກໂດຍບໍ່ມີສັນຍາມັນເປັນສັນຍານເຕືອນວ່ານາຍຈ້າງຂອງທ່ານບໍ່ຢາກໄດ້ທ່ານເຮັດວຽກແບບຖືກກົດໝາຍ ແລະອາດມີແຜນເອົາລັດເອົາປຽບທ່ານແລ້ວ. ສະນັ້ນຢ່າໄດ້ລັງເລຈົ່ງຖາມເອົາໃບບິນຕ່າງໆຖ້າຫາກມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍກ່ຽວຂ້ອງກັບການເຮັດວຽກແລະການເດີນທາງເພື່ອເກັບຮັກສາໄວ້.

ຖ້າບໍລິສັດ ຫລື ນາຍໜ້າໃຫ້ຢືມເງິນກ່ອນເລີ່ມວຽກຄວນພິຈາລະນາຄັກໆວ່າທ່ານຈະຈ່າຍແທນໜີ້ດັ່ງກ່າວຄືນດ້ວຍວິທີໃດ. ຖ້າທ່ານຕິດໜີ້ພວກເຂົາອາດຈະໃຫ້ທ່ານເຮັດວຽກຈົນກວ່າຈະໃຊ້ໜີ້ຄືນຈົນໝົດ.

4

ໃຫ້ເຮັດສັນຍາເປັນລາຍລັກອັກສອນກັບບໍລິສັດຈັດຫາງານແລະນາຍຈ້າງຂອງທ່ານ

- ທ່ານຕ້ອງເຮັດສັນຍາກັບບໍລິສັດຈັດຫາງານແລະນາຍຈ້າງຂອງທ່ານກ່ອນອອກເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ. ໃຫ້ທ່ານຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກຜູ້ໄວ້ເນື້ອເຊື່ອໃຈອ່ານກວດກາເນື້ອໃນຂອງສັນຍາເຫຼົ່ານີ້ແລະຕ້ອງຮັບປະກັນວ່າທ່ານເອງມີຄວາມເຂົ້າໃຈເງື່ອນໄຂທຸກຂໍ້ໃນສັນຍາເປັນຢ່າງດີແລ້ວເພາະວ່າຢູ່ໃນສັນຍານັ້ນແມ່ນເວົ້າເຖິງສິ່ງທີ່ທ່ານເຫັນດີທີ່ຈະປະຕິບັດຕາມ. ຢ່າງໜ້ອຍທີ່ສຸດສັນຍາຄວນຈະເວົ້າເຖິງຂໍ້ກຳນົດກ່ຽວກັບການຈ່າຍເງິນເດືອນ, ຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກ, ມື້ພັກ, ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກແລະພາລະໜ້າທີ່ທ່ານເອງຕ້ອງປະຕິບັດ.

**ຈົ່ງເຂົ້າໃຈວ່າ:
ການເດີນທາງອອກນອກປະເທດຈະປອດໄພ
ແມ່ນການ ເດີນທາງທີ່ຖືກກົດໝາຍແລະໄດ້ຮັບຮູ້
ສະພາບຕ່າງໆລວງໜ້າຢ່າງລະອຽດແລ້ວເທົ່ານັ້ນ!**

5

ຈົ່ງຮັກສາເອກະສານກ່ຽວກັບການເຮັດວຽກແລະການເດີນທາງທຸກສະບັບໄວ້ແລະອັດສຳເນົາເອກະສານເຫຼົ່ານີ້ໄວ້ທັງໝົດກ່ອນທີ່ທ່ານຈະເດີນທາງອອກໄປຕ່າງປະເທດ.

- ທ່ານຕ້ອງເຮັດສຳເນົາໜັງສືຜ່ານແດນ,ວີຊ່າ,ໃບອະນຸຍາດເຮັດວຽກ,ສັນຍາຈ້າງງານ,ບັດປະຈຳຕົວແລະເອກະສານເດີນທາງອື່ນໆ.ກ່ອນຈະເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດຕ້ອງເອົາສຳເນົາເອກະສານທັງໝົດເຫຼົ່ານີ້ໄວ້ກັບຄອບຄົວຫຼືໝູ່ເພື່ອນຮັກສາໄວ້. ເມື່ອທ່ານໄປຮອດຈຸດໝາຍປາຍທາງບ່ອນເຮັດວຽກແລ້ວໃຫ້ເກັບມ້ຽນເອກະສານຕົ້ນສະບັບໄວ້ໃນທີ່ໆປອດໄພທີ່ສຸດພ້ອມນັ້ນກໍ່ຄວນມີສຳເນົາອີກຊຸດໜຶ່ງຕິດໂຕທ່ານໄວ້ຕະຫຼອດເວລາ.

6

ຈົ່ງມີສະຕິແລະກຽມພ້ອມຕໍ່ສະພາບສຸກເສີນ

- ຈົດລາຍຊື່ແລະເບີໂທລະສັບຕິດຕໍ່ສຳຄັນໄວ້ກ່ອນການເດີນທາງອັດສຳເນົາຊຸດໜຶ່ງປະໄວ້ກັບຄອບຄົວແລະຖືສຳເນົາຊຸດໜຶ່ງຕິດໂຕໄປນຳ. ລາຍຊື່ແລະເບີໂທລະສັບທີ່ສຳຄັນມີ: ສະຖານທູດສປປລາວປະຈຳຢູ່ປະເທດທີ່ທ່ານເຮັດວຽກ, ວິສາຫະກິດບໍລິການຈັດຫາງານທີ່ສົ່ງຕົນເອງໄປເຮັດວຽກ, ກົມພັດທະນາສີມືແຮງງານແລະຈັດຫາງານ, ພະແນກແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມແຂວງ, ຫ້ອງການແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມເມືອງ, ອົງການຊ່ວຍເຫຼືອອື່ນໆ, ອົງການກຳມະບານ, ສະມາຄົມຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ, ຄອບຄົວຂອງທ່ານເອງ, ໝູ່ເພື່ອແລະຜູ້ທີ່ສາມາດໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອອື່ນໆໃນປະເທດທີ່ທ່ານໄປເຮັດວຽກ. ຈົ່ງຮັກສາລາຍຊື່ແລະເບີໂທຕິດຕໍ່ນີ້ໄວ້ກັບທ່ານເອງຕະຫຼອດເວລາ.

7

ໃຫ້ໝັ້ນໃຈວ່າທ່ານມີການຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບຄອບຄົວແລະຍາດມິດຢ່າງສະໝ່ຳສະເໝີ.

- ຈົ່ງໝັ່ນຕິດຕໍ່ກັບຄອບຄົວແລະໝູ່ເພື່ອນຂອງທ່ານເປັນປະຈຳເພື່ອໃຫ້ເຂົາເຈົ້າຮູ້ວ່າທ່ານປອດໄພ. ຈັດເວລາແລະນັດໝາຍກັບຄອບຄົວຂອງທ່ານໄວ້ກ່ຽວກັບວິທີຕິດຕໍ່ພົວພັນວ່າຈະຕິດຕໍ່ກັນແນວໃດແລະເວລາໃດ. ເມື່ອຢູ່ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກທ່ານຈົ່ງພະຍາຍາມຊອກໝູ່ເພື່ອນໃໝ່ແລະໃກ້ຊິດຕິດແທດຮັກແພງສາມັກຄີຊ່ວຍເຫຼືອເຊິ່ງກັນແລະກັນໃນຍາມມີບັນຫາ. ພະຍາຍາມຊອກຮູ້ບຸກຄົນທີ່ສາມາດຊ່ວຍທ່ານໄດ້ເມື່ອໃດທ່ານຕ້ອງການຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນເວລາຈຳເປັນ.

8

ຖ້າທ່ານມີບັນຫາຢູ່ໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ.

- ຖ້າທ່ານເກີດຄວາມບໍ່ພໍໃຈໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກກ່ອນອື່ນໝົດທ່ານຕ້ອງໄປຫາຫົວໜ້າຂອງທ່ານຫຼືບໍລິສັດຈັດຫາງານທຸກໆຄົນມີຕ້ອງການໆແກ້ໄຂຂໍ້ຂັດແຍ່ງໂດຍດີ. ໃຫ້ທ່ານເກັບບັນທຶກເຫດການຫຼືບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນຢ່າງລະອຽດເພື່ອເວລາທ່ານຕ້ອງການຮ້ອງຟ້ອງຂໍທົດແທນຄ່າເສຍຫາຍກໍ່ໃຫ້ມີຫຼັກຖານຢັ້ງຢືນຢ່າງລະອຽດ. ຖ້າບັນຫາຍັງບໍ່ໄດ້ຮັບການແກ້ໄຂທ່ານຄວນຕິດຕໍ່ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນຕ່າງໆ, ອົງການກຳມະບານ, ສະຖານທູດຫຼືອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນເພື່ອຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ.

I. ຂໍ້ມູນສ່ວນຕົວຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

1. ຊື່ແລະນາມສະກຸນ:	
2. ວັນເດືອນປີເກີດ:	
3. ໝວດເລືອດ:	
4. ທີ່ຢູ່ຖາວອນໃນສປປລາວ:	
a. ເຮືອນເລກທີ່:	
b. ຖະໜົນ:	
c. ບ້ານ:	
d. ເມືອງ:	
e. ແຂວງ:	
5. ລາຍລະອຽດການຕິດຕໍ່:	
a. ເບີໂທຕັ້ງໂຕະ:	
b. ເບີແຟັກ:	
c. ເບີໂທມືຖື:	
d. ອີເມລ:	
6. ລາຍລະອຽດສ່ວນບຸກຄົນ:	
a. ເລກທີ່ບັດປະຈຳຕົວ:	
b. ເລກທີ່ສຳມະໂນຄົວ:	
c. ເລກທີ່ປະກັນສັງຄົມ:	
d. ເລກທີ່ໜັງສືຜ່ານແດນ:	
e. ໜັງສືຜ່ານແດນອອກໃຫ້ວັນທີ:	
f. ໜັງສືຜ່ານແດນໝົດກຳນົດວັນທີ:	
g. ເລກທີ່ວີຊາ:	
h. ປະເພດວີຊາ:	
i. ເລກທີ່ອະນຸຍາດເຮັດວຽກ:	
j. ວີຊາໝົດກຳນົດວັນທີ:	

7. ບໍລິສັດຈັດຫາງານ:	
a. ຊື່ບໍລິສັດ:	
b. ທີ່ຢູ່ຂອງບໍລິສັດ:	
- ເຮືອນເລກທີ່:	
- ຖະໜົນ:	
- ບ້ານ:	
- ເມືອງ:	
- ແຂວງ:	
- ເບີໂທລະສັບຫ້ອງການ:	
- ເບີໂທແຟັກ:	
- ອີເມລ:	
8. ມິເທດສຸກເສີນຕິດຕໍ່	
a. ຊື່ແລະນາມສະກຸນ:	
b. ສາຍພົວພັນ:	
c. ເບີໂທຕິດຕໍ່:	
d. ເບີມືຖື:	
e. ອີເມລ:	

ຄຳແນະນຳກ່ອນການຝຶກອົບຮົມ

ການຝຶກອົບຮົມກ່ອນການເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດນີ້ກໍ່ເພື່ອເປັນການກະກຽມ ໃຫ້ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍໃຫ້ສາມາດປັບໂຕເຂົ້າກັບສະພາບການດຳລົງຊີວິດ ແລະ ອອກແຮງງານໄດ້ດີໃນປະເທດທີ່ຈະໄປ, ໂດຍສະພາແມ່ນປະເທດໄທ.

ຈຸດປະສົງຂອງການຝຶກອົບຮົມກໍ່ເພື່ອ:

- ແນະນຳຂໍ້ມູນພື້ນຖານກ່ຽວກັບປະເທດຕົນເອງ ແລະ ປະເທດທີ່ຈະໄປເຊັ່ນ: ກົດໝາຍແຮງງານ,ວັດທະນະທຳໄທ, ຮີດຄອງປະເພນີ, ພູມອາກາດ, ຄ່າຄອງຊີບ.
- ໃຫ້ຮູ້ສິດແລະໜ້າທີ່ຂອງຕົນເອງເວລາເຮັດວຽກ.
- ຊ່ວຍປັບໂຕແລະກະກຽມຈິດໃຈສຳລັບການເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ.
- ໃຫ້ຮູ້ການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເມື່ອຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດຫຼືນາຍຈ້າງບໍ່ປະຕິບັດຕາມສັນຍາ.
- ຊ່ວຍໃຫ້ການເຮັດວຽກແລະການດຳເນີນຊີວິດໃນຕ່າງຖິ່ນມີປະສິດທິພາບ.
- ຊ່ວຍໃນການບໍລິຫານຈັດການລາຍຮັບ.
- ຮັບຮູ້ຂັ້ນຕອນວິທີການປະຕິບັດກ່ອນກັບບ້ານຫຼັງໝົດສັນຍາ.

1. ແນະ ນຳ ແລະ ປະເມີນຄວາມ ເຂົ້າໃຈຂອງສຳມະນາກອນ

ແນະນຳ ແລະ ປະເມີນຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງສຳມະນາກອນ

ກ. ຄວາມຮູ້ສຶກຂອງເຮົາມື້ນີ້

ຊື່:

ມາຈາກ:

ມື້ນີ້ເຮົາມີຄວາມຮູ້ສຶກ:

(ແຕ້ມຮູບສັນຍາລັກຄວາມຮູ້ສຶກຂອງທ່ານເອງໃສ່ໃນຫ້ອງລຸ່ມນີ້)

ຂ. ສິ່ງທີ່ເຮົາຮູ້ກ່ຽວກັບແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ໃຫ້ໝາຍໃສ່ຫ້ອງແມ່ນຫຼືບໍ່ແມ່ນຕາມຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງທ່ານ:

ແມ່ນ	ບໍ່ແມ່ນ	ເນື້ອໃນ
		1. ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍມີຄວາມປອດໄພຕະຫຼອດເວລາທີ່ໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ.
		2. ກ່ອນເດີນທາງຕ້ອງມີ ໜັງສືຜ່ານແດນ ວີຊາ ໃບອະນຸຍາດເຮັດວຽກ ສັນຍາແຮງງານ ປື້ມບັນຊີທະນາຄານ ແລະ ລາຍຊື່ຜູ້ຕິດຕໍ່ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫລືອເມື່ອມີເຫດສຸກເສີນ.
		3. ຖ້າຮູ້ສຶກວ່າຖືກລະເມີດສິດຜູ້ອອກແຮງງານກໍ່ຄວນມິດງຽບ ແລະ ບໍ່ຕ້ອງບອກໃຜ ບໍ່ດັ່ງນັ້ນຈະຖືກໄລ່ອອກຈາກວຽກ.
		4. ຖ້າມີບັນຫາຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ ທ່ານຈຳຕ້ອງຮູ້ວ່າຄວນຕິດຕໍ່ໃຜ.
		5. ທ່ານຕ້ອງຮູ້ວ່າສະຖານທູດແມ່ນຫຍັງ ແລະ ມີບໍລິການຫຍັງແດ່.
		6. ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍບໍ່ມີສິດຫຍັງໝົດເມື່ອຖືກຂົ່ມເຫັງ.
		7. ທ່ານຄວນຕິດຕໍ່ກັບຄອບຄົວເປັນປະຈຳເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຮູ້ສຶກເຫງົາເວລາຢູ່ຕ່າງປະເທດ.
		8. ທ່ານຄວນຮູ້ວິທີສ້າງແຜນງົບປະມານ ແລະແຜນການທ້ອນເງິນເພື່ອຄອບຄົວ.
		9. ທ່ານຄວນມີເງິນແຮສຳລັບຍາມສຸກເສີນ ແລະຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງມີເງິນດັ່ງກ່າວ.
		10. ທ່ານຄວນມີແຜນວ່າທ່ານຈະເຮັດຫຍັງເມື່ອກັບຄືນມາປະເທດລາວ.

ຄະແນນທັງມົດ:__________/10.

ຄ. ແນະນຳຫຼັກສູດຝຶກອົບຮົມ

ເພື່ອໃຫ້ການຝຶກອົບຮົມມີປະສິດທິພາບສູງທ່ານຕ້ອງປະຕິບັດກົດລະບຽບລຸ່ມນີ້:

1. ໃສ່ປ້າຍຊື່ຕະຫຼອດການຝຶກ.
2. ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມກົງເວລາ.
3. ປິດສຽງໂທລະສັບຫຼືໃຊ້ລະບົບສັ່ນ.
4. ເຄົາລົບນັບຖືສຳມະນາກອນອື່ນໆ, ຮັບຟັງກັນແລະບໍ່ຖືເບົາຄຳຄິດຄຳເຫັນກັນ.
5. ບໍ່ຕ້ອງຢ້ານທີ່ຈະຖາມຄຳຖາມ ແລກປ່ຽນຄຳເຫັນແລະເວົ້າຢ່າງເປີດໃຈ.
6. ມີແຕ່ຜູ້ທີ່ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມທຸກຫົວຂໍ້ເທົ່ານັ້ນທີ່ຈະໄດ້ຮັບໃບຢັ້ງຢືນ.

ງ. ຄວາມຄາດຫວັງຂອງທ່ານເອງ (ສຳມະນາກອນ)ຈາກການຝຶກອົບຮົມ

ຄິດຄຳນຶງສິ່ງຕ່າງໆລຸ່ມນີ້:

ການຮຽນຮູ້: ທ່ານຢາກຮຽນຮູ້ຫຍັງ?

ກິດຈະກຳ: ທ່ານຢາກເຮັດຫຍັງໃນເວລາຝຶກ?.

ການປະກອບສ່ວນ: ທ່ານສາມາດປະກອບສ່ວນຫຍັງແດ່ໃນໄລຍະຝຶກ?.

II. ຄູ່ມືຝຶກອົບຮົມ

ບົດທີ 1: ພາບລວມຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານໄປຕ່າງປະເທດ

ພາກສະເໜີ:

ບົດນີ້ສະເໜີໃຫ້ສຳມະນາກອນຮູ້ກ່ຽວກັບການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານ ກໍ່ຄືເຫດຜົນຂອງການເປັນຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ. ແນວໃດກໍ່ຕາມໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວຫຼາຍໆຄົນຍົກຍ້າຍໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດ ກໍ່ຍ້ອນມີຄ່າຕອບແທນທີ່ສູງກວ່າບ້ານເມືອງຂອງຕົນ. ເຊິ່ງໃນບົດນີ້ທ່ານຈະໄດ້ສົນທະນາກ່ຽວກັບສະພາບຊີວິດຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ ແລະຄອບຄົວທີ່ເຂົາເຈົ້າໄດ້ຈາກໄປ.

ຈຸດປະສົງ

- ເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈແຈ້ງກ່ຽວກັບການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານແລະຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ.
- ເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບຜົນປະໂຫຍດແລະສິ່ງທ້າທາຍຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ.

ໄລຍະເວລາ

ຫົວຂໍ້ຂອງບົດທີ 1:	ເວລາ
1.1. ເຫດຜົນຂອງການໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ	15 ນາທີ
1.2. ພາບລວມຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ	40 ນາທີ
1.3.ຜົນປະໂຫຍດ ແລະ ສິ່ງທ້າທາຍຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ	45 ນາທີ
1.4 ວິທີການແກ້ໄຂສິ່ງທ້າທາຍ	60 ນາທີ
ເວລາທັງໝົດ:	160 ນາທີ

1.1 ເທດສິນຂອງການໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ

1.2 ພາບລວມຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານ ແມ່ນຂະບວນການຈັດຈ້າງ, ສະໝັກວຽກ, ເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຕ່າງຖິ່ນຫຼືຕ່າງປະເທດ ແລະ ກັບຄືນຖິ່ນຖານບ້ານເກີດຫຼັງຈາກໝົດສັນຍາເຮັດວຽກແລ້ວເຊິ່ງເປັນການເຮັດວຽກທີ່ມີຄ່າແຮງຖືກຕ້ອງຕາມກົດໝາຍ. ທຸກໆຄົນມີສິດເຄື່ອນຍ້າຍ

ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ ແມ່ນບຸກຄົນທີ່ເຄື່ອນຍ້າຍໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງຖິ່ນພາຍໃນຫຼືຕ່າງປະເທດ.

1.3 ຜົນປະໂຫຍດແລະສິ່ງທ້າທາຍຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍແຮງງານ

1.3.1 ຜົນປະໂຫຍດແລະສິ່ງທ້າທາຍຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ຜົນປະໂຫຍດຂອງການເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ:

- ການອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດອາດໄດ້ເງິນຄ່າແຮງສູງກວ່າເຮັດວຽກຢູ່ພາຍໃນປະເທດ.
- ທ່ານມີໂອກາດໄດ້ລາຍຮັບສູງແລະເກັບທ້ອນເງິນເພື່ອອານາຄົດຂອງຕົນເອງແລະຄອບຄົວ. ສາມາດເກັບເງິນເຮັດທຸລະກິດຄອບຄົວ ຊື້ດິນ ເປັນທຶນການສຶກສາຂອງລູກ ແລະປຸກເຮືອນ.
- ທ່ານສາມາດພັດທະນາສີມືທັກສະຕ່າງໆໃນການເຮັດວຽກແລະການຕິດຕໍ່ພົວພັນ.
- ທ່ານໄດ້ເປີດໂລກະທັດເບິ່ງກວ້າງເຫັນໄກພົບປະຫຼາກຫຼາຍຜູ້ຄົນ, ຮຽນຮູ້ວັດທະນະທຳໃໝ່ແລະຮຽນຮູ້ພາສາຕ່າງປະເທດອີກດ້ວຍ.
- ທ່ານໄດ້ຮັບການຍອມຮັບມີຖານະດີມີໜ້າມີຕາໃນຊຸມຊົນຂອງທ່ານຍ້ອນທ່ານໄດ້ໄປຕ່າງຖິ່ນ ແລະ ພົບປະຜູ້ຄົນເຊິ່ງເປັນປະສົບການຂອງການຂ້າມຜ່ານອຸປະສັກທີ່ໜ້າຊົມເຊີຍ.

ສິ່ງທ້າທາຍຂອງການເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ

- **ຫ່າງໄກຈາກຄອບຄົວແລະໝູ່ຄູ່**. ການເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດແມ່ນການແຍກຫ່າງຈາກຄອບຄົວເຊິ່ງມີຄວາມລຳບາກໃນລະດັບໜຶ່ງບາງຄັ້ງກໍ່ໂສກເສົ້າຄິດຮອດບ້ານແລະບໍ່ມັກສະພາບແວດລ້ອມໃໝ່.
- ການປັບໂຕເຂົ້າກັບວັດທະນະທຳໃໝ່, ພາສາ, ອາຫານແລະອາກາດທີ່ແຕກຕ່າງ.
- ຕ້ອງປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບບ່ອນເຮັດວຽກໃໝ່ແລະບ່ອນຢູ່ໃໝ່. ສຳລັບບາງຄົນອາດເປັນຄັ້ງທຳອິດທີ່ເຮັດວຽກໃນລະບົບໂຮງງານອຸດສາຫະກຳທີ່ມີລະບຽບຫຼືສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງ. ບາງຄັ້ງບ່ອນຢູ່ກໍ່ມີສຽງວົນແຊວແລະແອອັດຄັບແຄບ.
- **ຄ່າໃຊ້ຈ່າຍສູງ**ສຳລັບການເດີນທາງ, ເຊັ່ນ: ຄ່າເດີນທາງ, ຄ່າເອກະສານ, ການຝຶກອົບຮົມແລະການກວດສຸຂະພາບ ແລະ ຝຶກທັກສະການເຮັດວຽກ ແລະ ບາງຄັ້ງກໍ່ແມ່ນຄ່າກິນຢູ່ແລະຄ່າປະກັນສັງຄົມໃນປະເທດປາຍທາງ. ເຊິ່ງຄ່າໃຊ້ຈ່າຍດັ່ງກ່າວອາດຈະຕ້ອງຈ່າຍໃຫ້ກັບບໍລິສັດຈັດຫາງານ, ນາຍຈ້າງ ຫຼືເຈົ້າໜີ້ທີ່ໃຫ້ກູ້ຢືມ.
- **ວຽກງານອາດໜັກ** ເຮັດວຽກຫຼາຍຊົ່ວໂມງແລະເຮັດວຽກໃນສະພາບທີ່ລຳບາກແລະອາດສ່ຽງກັບການຂູດຮີດແຮງງານ, ຫຍຸ້ງຍາກໃນການແກ້ໄຂບັນຫາຍ້ອນເຮົາເປັນຊາວຕ່າງດ້າວ. ໂດຍທົ່ວໄປຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເຮັດວຽກທີ່ຄົນທ້ອງຖິ່ນບໍ່ຢາກເຮັດເຊິ່ງບາງຄັ້ງກໍ່ເປັນວຽກໜັກ.

1.3.2 ການລ່ວງລະເມີດສິດທີ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍອາດປະເຊີນ

ການລ່ວງລະເມີດສິດແມ່ນຮູບແບບການປະຕິບັດທີ່ບໍ່ສະເໝີພາບແລະບໍ່ຍຸຕິທຳຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກເຊິ່ງມີກໍລະນີທີ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເຮັດວຽກຫຼາຍຊົ່ວໂມງ ແຕ່ຮັບຄ່າແຮງໜ້ອຍ ເຮັດວຽກຢູ່ບ່ອນສ່ຽງອັນຕະລາຍຕໍ່ຊີວິດແລະສຸຂະພາບແລະອາດມີການທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍແລະການລ່ວງລະເມີດທາງເພດໄດ້.

ນອກນັ້ນ, ກໍຍັງມີການລ່ວງລະເມີດອື່ນໆລວມມີ:

- ການຈັດສົ່ງຜູ້ອອກແຮງງານແບບຜິດກົດໝາຍ, ໃຫ້ຂໍ້ມູນບິດເບືອນແລະການຕົວະຍົວະຫຼອກລວງ
- ການຄ້າມະນຸດເພື່ອຄ້າປະເວນີແລະແຮງງານເຖື່ອນ
- ການສັບປ່ຽນສັນຍາ
- ເລື່ອນວັນກຳນົດຈ່າຍເງິນເດືອນ, ຫັກຫຼືໂຈະການຈ່າຍເງິນເດືອນ
- ການຍົກເລີກສັນຍາໂດຍບໍ່ແຈ້ງໃຫ້ຊາບ
- ກັກໜັງສືຜ່ານແດນຫຼືເອກະສານອື່ນໆທີ່ສຳຄັນເພື່ອໃຫ້ເຮັດວຽກໜັກຂຶ້ນແລະຈຳກັດການເຄື່ອນໄຫວຂອງຜູ້ອອກແຮງງານ.
- ກັກຂັງໄວ້ໃນເຮືອນຫຼືບ່ອນເຮັດວຽກ
- ບໍ່ໃຫ້ພັກຜ່ອນໃນວັນພັກທີ່ທາງການກຳນົດ
- ການຈ້າງງານແບບຜິດກົດໝາຍ, ເຊັ່ນ:
    - o ການວ່າຈ້າງຜູ້ອອກແຮງງານໄປເຮັດວຽກຕ່າງປະເທດໂດຍທີ່ບໍ່ມີການສັ່ງຈອງແຮງງານ.
    - o ການວ່າຈ້າງຜູ້ອອກແຮງງານໄປເຮັດວຽກຕ່າງປະເທດໂດຍທີ່ບໍ່ມີການປະກາດຮັບສະໝັກ.
    - o ການວ່າຈ້າງຜູ້ອອກແຮງງານໂດຍທີ່ບໍ່ມີໃບອະນຸຍາດຈາກອົງການຈັດຕັ້ງລັດທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ.
    - o ສົ່ງຜູ້ອອກແຮງງານໂດຍໃຊ້ວີຊ່າທ່ອງທ່ຽວຫຼືອື່ນໆທີ່ບໍ່ໃບອະນຸຍາດແຮງງານ.
    - o ສົ່ງຜູ້ອອກແຮງງານໂດຍບໍ່ມີສັນຍາແຮງງານ.
- ການຄ້າມະນຸດ:
    - o ການຈັດຈ້າງເຄື່ອນຍ້າຍສົ່ງມອບ-ຮັບບຸກຄົນໂດຍການຂົ່ມຂູ່ໃຊ້ກຳລັງບັງຂັບ ຕົວະຍົວະຫຼອກລວງ ຫຼື ມອບ-ຮັບຄ່າສິນຈ້າງເພື່ອຄວບຄຸມບຸກຄົນອື່ນເພື່ອກົດຂີ່ຂູດຮີດ.
    - o ເວົ້າງ່າຍໆກໍ່ແມ່ນການຊື້-ຂາຍແລກປ່ຽນບຸກຄົນເພື່ອສ້າງຜົນກຳໄລ.
- ການບໍ່ປະຕິບັດຕາມສັນຍາລວມມີ:
    - o ນາຍຈ້າງຫຼືບໍລິສັດຈັດຫາງານບໍ່ປະຕິບັດຕາມສັນຍາໃດໜຶ່ງທີ່ໄດ້ລະບຸໄວ້.
    - o ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຖືກບັງຂັບໃຫ້ເຊັນສັນຍາສະບັບອື່ນເພື່ອລົບລ້າງສັນຍາເດີມແລະມີເງື່ອນໄຂທີ່ໜ້ອຍກວ່າຫຼືມີຄວາມອັບປະໂຫຍດແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ.

1.3.3 ບັນຫາທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນກັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເພດຍິງ

- ຜູ້ທີ່ເຮັດວຽກເປັນຜູ້ອອກແຮງງານໃນຄົວເຮືອນ(ແມ່ບ້ານ) ອາດຕ້ອງເຮັດວຽກເກີນເວລາ ໂດຍສະ ເພາະແມ່ນຜູ້ທີ່ອາໃສຢູ່ກັບນາຍຈ້າງ.
- ບໍ່ໄດ້ພັກຜ່ອນຫຼືນອນພຽງພໍ.
- ການລ່ວງເກີນທາງເພດຫຼືຂົ່ມຂືນ
- ຖືກປະຕິເສດວັນພັກລວມທັງການບັງຂັບໃຫ້ເຮັດວຽກເວລາເຈັບປ່ວຍຫຼືບາດເຈັບ
- ກັກເອກະສານສ່ວນຕົວເຊັ່ນ:ໜັງສືຜ່ານແດນເພື່ອບໍ່ໃຫ້ໜີຫຼືອ້າງເຫດຜົນວ່າເປັນການປົກປ້ອງລູກຈ້າງ.
- ຂັດຂວາງບໍ່ໃຫ້ຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບຄອບຄົວທາງບ້ານຫຼືເຈົ້າໜ້າທີ່ສະຖານທູດ.
- ການຄ້າມະນຸດເພື່ອຄ້າປະເວນີແລະແຮງງານເຖື່ອນ (ແຮງງານນອກລະບົບ)

1.3.4 ບັນຫາທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນກັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເພດຊາຍ

- ເຮັດວຽກດົນເກີນຄວນຫຼືເຮັດໂດຍບໍ່ໄດ້ພັກຜ່ອນ
- ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ສຸຂະພາບ
- ເຮັດວຽກກັບວັດຖຸອຸປະກອນທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ
- ບ່ອນພັກອາໃສບໍ່ຖືກສຸຂະອານາໄມ
- ຖືກທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍແລະຂົ່ມຂູ່/ຂົ່ມເຫັງທາງວາຈາ
- ການຄ້າມະນຸດ-ຄ້າປະເວນີແລະແຮງງານເຖື່ອນຫຼືຖືກຂາຍຫຼືຖືກບັງຂັບໃຫ້ເຮັດວຽກກັບນາຍຈ້າງອື່ນ.

1.4. ຊອກວິທີການແກ້ໄຂສິ່ງທ້າທາຍ

ກໍລະນີສຶກສາ:

ທ່ານຈະຊ່ວຍເຫຼືອຫຼືໃຫ້ຄຳແນະນຳແນວໃດຫາກມີກໍລະນີ ຫລື ເຫດການດັ່ງລຸ່ມນີ້ເກີດຂຶ້ນ?

1. ທ້າວສຸກ ແມ່ນຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ເດີນທາງໄປປະເທດໄທ ຄັ້ງທຳອິດໃນຊີວິດ. ລາວເລີ່ມຮູ້ສຶກເສົ້າເສຍໃຈຫຼາຍ ໃນວັນພັກກໍບໍ່ໄດ້ພັກວຽກ ເພາະວ່າປົກກະຕິແລ້ວລາວໃຊ້ເວລາຢູ່ກັບຄອບຄົວແລະໝູ່ເພື່ອນ. ແຕ່ເມື່ອມາເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດໄທລາວຮູ້ສຶກຄິດຮອດບ້ານແຮງ ແລະເກີດມີຄວາມກັງວົນໃຈ.

ທ່ານຈະຊ່ວຍທ້າວສຸກແນວໃດ?

2. ທ້າວແກ້ວ ໄດ້ມາເຮັດວຽກຢູ່ໂຮງງານແຫ່ງໜຶ່ງໃນປະເທດໄທ. ເວລາລາວມາຮອດບ່ອນເຮັດວຽກລາວໄດ້ຮັບສັນຍາສະບັບໃໝ່ທີ່ແຕກຕ່າງຈາກສະບັບເດີມທີ່ ເຊັນຢູ່ປະເທດລາວກ່ອນອອກເດີນທາງ. ໃນສັນຍາໃໝ່ນີ້ລາວຕ້ອງເຮັດວຽກຢູ່ຟາມປູກຜັກເຮັດໃຫ້ລາວເສຍໃຈ ແຕ່ກໍ່ບໍ່ຮູ້ສິເຮັດແນວໃດດີ.

ທ່ານຈະຊ່ວຍທ້າວແກ້ວແນວໃດ?

3. ນາງວັນເຮັດວຽກຢູ່ໂຮງງານເຄມີເຊິ່ງມີຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບ. ເວລາທີ່ລາວເດີນທາງມາຮອດມື້ທຳອິດລາວບໍ່ໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມການປົກປ້ອງຕົນເອງຈາກສານເຄມີແລະໃນສັນຍາກໍ່ບໍ່ໄດ້ລະບຸເຖິງສະພາບການເຮັດວຽກດັ່ງກ່າວ.

ທ່ານຈະຊ່ວຍນາງວັນແນວໃດ?

4. ນາງນ້ອຍເຮັດວຽກເປັນຜູ້ອອກແຮງງານໃນຄົວເຮືອນ (ແມ່ບ້ານ) ໃຫ້ບຸກ ຄົນສ່ວນຕົວໃນປະເທດໄທ. ນາຍຈ້າງຂອງລາວມັກຈ່າຍເງິນເດືອນໃຫ້ຊ້າ ແລະ ກັກໜັງສືຜ່ານແດນ ແລະ ໃບອະນຸຍາດແຮງງານໄວ້ເພື່ອປະກັນບໍ່ໃຫ້ນາງ ນ້ອຍໜີຫຼືລາອອກກ່ອນຫມົດສັນຍາ.

ທ່ານຈະຊ່ວຍນາງນ້ອຍແນວໃດ?

5. ທ້າວໄຊ ເຮັດວຽກເປັນກຳມະກອນກໍ່ສ້າງຢູ່ປະເທດໄທແລະໄດ້ເຊັນສັນຍາທີ່ລະບຸວ່າຈະໄດ້ຄ່າຈ້າງ 300 ບາດຕໍ່ວັນແລະໄດ້ຮັບເງິນເຮັດວຽກລ່ວງເວລາຫຼັງຈາກເຮັດວຽກເກີນ 5 ໂມງແລງ. ແຕ່ຕົວຈິງນາຍຈ້າງບອກລາວວ່າລາວເປັນ**ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຈາກປະເທດໃກ້ຄຽງ**ສະນັ້ນຈຶ່ງໄດ້ຮັບຄ່າແຮງພຽງ 200 ບາດຕໍ່ວັນແລະບໍ່ໄດ້ຮັບເງິນເຮັດວຽກລ່ວງເວລາ.

ທ່ານຈະຊ່ວຍທ້າວໄຊແນວໃດ?

II. ຄູ່ມືຝຶກອົບຮົມ

ບົດທີ 2 ການກະກຽມເພື່ອເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ

ພາກສະເໜີ:

ບົດນີ້ມີແມ່ນບົດຮຽນກ່ຽວກັບວັດທະນະທຳຂອງປະເທດປາຍທາງ. ສິ່ງທີ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຄວນຮູ້ກ່ຽວກັບວັດທະນະທຳຂອງປະເທດທີ່ຈະໄປ, ກົດໝາຍທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ, ສິດແລະພັນທະ, ຄວາມຮັບ ຜິດຊອບແລະການແກ້ໄຂບັນຫາທີ່ອາດເກີດຂຶ້ນ.

ຈຸດປະສົງ

- ເພື່ອຮັບຮູ້ແລະເຂົ້າໃຈວັດທະນະທຳຂອງປະເທດປາຍທາງ
- ເພື່ອຮຽນຮູ້ກົດໝາຍທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ
- ເພື່ອໃຫ້ຮູ້ທັນຕໍ່ກັບການຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດຕ່າງໆແລະວິທີການແກ້ໄຂ

ໄລຍະເວລາ

ຫົວຂໍ້ຂອງບົດທີ 2:	ເວລາ
2.1. ທ່ານຮູ້ຈັກວັດທະນະທຳໄທຫຼາຍປານໃດ	30 ນາທີ
2.2. ສິ່ງທີ່ຄວນຮູ້ກ່ຽວກັບປະເທດໄທ	45ນາທີ
2.3. ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບກົດໝາຍທີ່ກ່ຽວຂ້ອງຂອງປະເທດໄທ	60 ນາທີ
2.4. ໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍໃນປະເທດໄທ	20ນາທີ
2.5. ການຈັດການກັບການຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດ	30 ນາທີ
2.6. ກິດຈະກຳ: “ເຫັນດີ” ຫຼື “ບໍ່ເຫັນດີ”	30 ນາທີ
ເວລາທັງໝົດ:	215 ນາທີ

2.1. ທ່ານຮູ້ວັດທະນະທຳໄທໜ້ອຍຫຼາຍປານໃດ

ໃຫ້ໝາຍຄຳຕອບໃສ່ເຄື່ອງໝາຍແມ່ນຫຼືບໍ່ແມ່ນລຸ່ມນີ້:	✔	✘
1. ຄົນໄທສ່ວນຫຼາຍນັບຖືສາສະໜາພຸດ.	☐ ແມ່ນຫຼື	☐ ບໍ່ແມ່ນ
2. ພາສາອັງກິດແມ່ນພາສາທີ່ນຳໃຊ້ທາງການໃນປະເທດໄທ.	☐ ແມ່ນຫຼື	☐ ບໍ່ແມ່ນ
3. ເວລາເຂົ້າເຮືອນຕ້ອງປົດເກີບໄວ້ທາງນອກ	☐ ແມ່ນຫຼື	☐ ບໍ່ແມ່ນ
4. ເວລາ8ໂມງເຊົ້າແລະ6ໂມງແລງແມ່ນໂມງເຄົາລົບທຸງຊາດຂອງໄທ ທຸກຄົນຕ້ອງຢຸດເຄື່ອນໄຫວຢືນກົງລຽງກຈິນເພັງໝົດເພື່ອສະແດງຄວາມເຄົາລົບ	☐ ແມ່ນຫຼື	☐ ບໍ່ແມ່ນ
5. ຄົນໄທໃຫ້ຄວາມເຄົາລົບຢຳເກງຕໍ່ຜູ້ອາວຸໂສໃນຄອບຄົວ.	☐ ແມ່ນຫຼື	☐ ບໍ່ແມ່ນ
6. ຄົນໄທເຊື່ອວ່າຫົວແມ່ນບ່ອນສູງສິ່ງຂອງຮ່າງກາຍແລະການບາຍຫົວແມ່ນເປັນການລົບລູ່ທີ່ສຸດ.	☐ ແມ່ນຫຼື	☐ ບໍ່ແມ່ນ
7. ການ'ໄຫວ້' ຫຼືນົບແມ່ນໃຊ້ເພື່ອສະແດງຄຳຂອບໃຈ	☐ ແມ່ນຫຼື	☐ ບໍ່ແມ່ນ
8. ປະເທດໄທເປັນປະເທດເສລີປະຊາທິປະໄຕໂດຍມີນາຍົກລັດຖະມົນຕີເປັນປະມຸກລັດແລະມີທະຫານຄຸມອຳນາດ.	☐ ແມ່ນຫຼື	☐ ບໍ່ແມ່ນ

2.2 ສິ່ງທີ່ຄວນຮູ້ກ່ຽວກັບປະເທດໄທ

2.2.1. ຂໍ້ມູນພື້ນຖານກ່ຽວກັບປະເທດໄທ

ເມືອງຫຼວງ: ບາງກອກ(ກຸງເທບ) ມີພົນລະເມືອງປະມານ12 ລ້ານຄົນ.

ສະພາບພູມອາກາດ: ຮ້ອນຊຸ່ມຄ້າຍຄືກັນກັບປະເທດລາວ.

ປະຊາກອນ: ປະມານ 70 ລ້ານຄົນ.

ພົນລະເມືອງ: ຄົນໄທເປັນຊົນເຜົ່າຫຼັກແລະມີປະມານ 15% ແມ່ນເຊື້ອສາຍຈີນ.

ສາສະໜາ: 95% ຂອງພົນລະເມືອງນັບຖືສາສະໜາພຸດນອກຈາກນັ້ນມີອິສລາມ, ຄຣິສຕຽນ ແລະຮິນດູ.

ພາສາປາກເວົ້າ: ພາສາໄທເປັນພາສາຫຼັກທາງການແລະມີພາສາເວົ້າອື່ນໆເຊັ່ນພາສາຈີນ, ມາເລແລະອັງກິດ.

ການປົກຄອງ: ການປົກຄອງໂດຍລັດຖະທຳມະນູນແລະລັດຖະສະພາໂດຍມີເຈົ້າຊີວິດເປັນປະມຸກລັດ.

ສະກຸນເງິນ: ສະກຸນເງິນບາດມີມູນຄ່າປະມານ250 - 270 ກີບຕໍ່ 1 ບາດ

ວັນພັກແລະວັນບຸນທາງການ (ວັນພັກປະຈຳ)	
ວັນປີໃໝ່ສາກົນ	01ມັງກອນ
ວັນຈັກກຣີ	06 ເມສາ
ບຸນສົງການ (ປີໃໝ່ລາວ-ໄທ)	13-15ແມສາ
ວັນກຳມະກອນ	01 ພຶດສະພາ
ວັນລາຊາພິເສກ	05 ພຶດສະພາ
ວັນພັກກາງປີຂອງທະນາຄານ	01 ກໍລະກົດ
ວັນຄ້າຍວັນເກີດພະລາຊີນີໄທ	12 ສິງຫາ
ວັນຄ້າຍວັນເກີດພະລາຊາຈຸລາລົງກອນ	23 ຕຸລາ
ວັນຄ້າຍວັນເກີດພະເຈົ້າຊີວິດໄທ	05 ທັນວາ
ວັນລັດຖະທຳມະນູນ	10 ທັນວາ
ວັນກ່ອນວັນປີໃໝ	31 ທັນວາ

2.2.2. ລັກສະນະສະເພາະຂອງວັດທະນະທຳໄທ

ປະເທດລາວແລະປະເທດໄທມີວັດທະນະທຳຫຼາຍຢ່າງທີ່ຄ້າຍຄືກັນແຕ່ກໍ່ມີສະເພາະບາງດ້ານທີ່ມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນແລະມີຄວາມສຳຄັນຕ້ອງໄດ້ໃສ່ໃຈ.

ນັບຖືສາສະໜາພຸດ

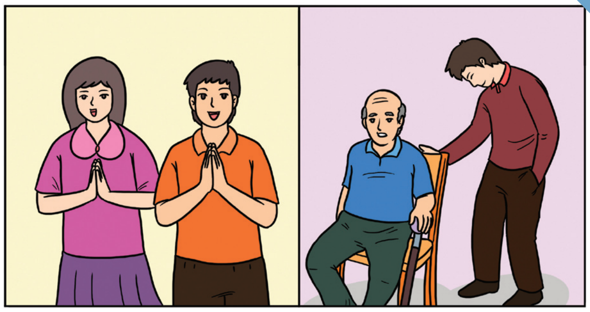
ສາສະໜາພຸດມີຄວາມສຳຄັນຫຼາຍຕໍ່ພື້ນຖານຊີວິດແລະວັດທະນະທຳຂອງຄົນໄທເຊິ່ງເຂົາເຊື່ອວ່າຄວາມດີງາມ ຄວາມເຫັນອົກເຫັນໃຈກັນ ແລະ ຄວາມສຸພາບອ່ອນຫວານ ເປັນສິ່ງທີ່ມີຄຸນຄ່າທີ່ສຸດແລະກໍ່ຕ້ອງການໄດ້ຮັບສິ່ງດັ່ງກ່າວນັ້ນຕອບສະໜອງແກ່ຕົນເອງເຊັ່ນດຽວກັນ.

ນັບຖືສະຖາບັນເຈົ້າຊີວິດ

ໃນປະເທດໄທເຈົ້າຊີວິດໄດ້ຮັບຄວາມນັບຖືສູງສຸດທັງປະຊາຊົນແລະທັງດ້ານກົດໝາຍເຊິ່ງຈະສັງເກດໄດ້ວ່າປະຊາຊົນຈະຢືນໃຫ້ຄວາມເຄົາລົບເວລາທີ່ເປີດເພງປະຈຳຂອງເຈົ້າຊີວິດເຊິ່ງຖ້າເຮົາເຮັດການກະທຳທີ່ລົບລູ່ກໍ່ອາດຖືກຈັບກຸມຄຸມຂັງໄດ້.

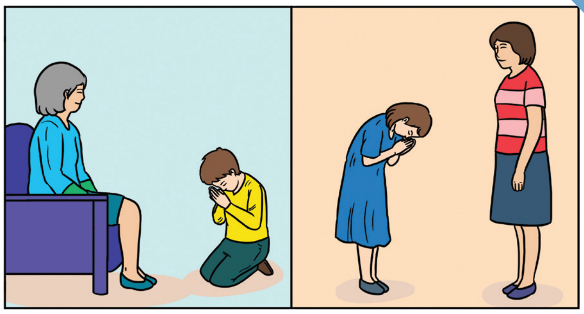
ຄອບຄົວ ແລະ ການນັບຖືຜູ້ອາວຸໂສກວ່າ

ຄົນໄທເຄົາລົບນັບຖືພີ່ນ້ອງໃກ້ສິດກັນ ແລະ ມັກຢູ່ນຳກັນເປັນຄອບຄົວໃຫຍ່ເຂົາ ເຈົ້ານັບຖືຜູ້ຫຼັກຜູ້ໃຫຍ່ ແລະ ຜູ້ທີ່ມີອາຍຸສູງກວ່າຕົນເອງ.



ການໄຫວ້ (ຫຼື ນົບໃນພາສາລາວ)

ການໄຫວ້ (ຫຼື ນົບ) ຄ້າຍຄືກັນກັບວັດທະນະທຳລາວ ສາມາດໃຊ້ໄດ້ກັບຫຼາຍສະຖານະການ,ຄື:ສາມາດໃຊ້ເວລາທັກທາຍສະບາຍດີຂໍໂທດຫຼືຂອບໃຈກໍ່ໄດ້. ຜູ້ທີ່ອາຍຸນ້ອຍກວ່າຕ້ອງໄຫວ້ກ່ອນແລະຜູ້ອາວຸໂສກວ່າ ໄຫວ້ຮັບຕອບ. ການໄຫວ້ກໍ່ເປັນການສະແດງຄວາມສັດທາຕໍ່ພະພຸດທະຮູບວັດຫຼືສະຖານທີ່ສັກສິດອື່ນໆ.



ຄຳວ່າ “ຄຸນ”

ເອີ້ນຊື່ຄົນໂດຍໃຊ້ຄຳວ່າ “ຄຸນ” ຂຶ້ນກ່ອນເປັນການໃຫ້ກຽດແລະສຸພາບສຳລັບຄົນໄທ. ຄຳວ່າ “ຄຸນ” ສາມາດໃຊ້ກັບຊື່ພ້ອມກັບນາມສະກຸນຫຼືກັບຊື່ຫຼິ້ນກໍ່ໄດ້. ກໍ່ຄືກັນກັບຄົນ ລາວຄົນໄທສ່ວນຫຼາຍກໍ່ມີຊື່ຫຼິ້ນ.

ຫົວ

ຄົນໄທຄົນລາວແລະຄົນອາຊີສ່ວນຫຼາຍຖືວ່າພາກສ່ວນຫົວແມ່ນສ່ວນທີ່ເປັນກຽດສັກສີຂອງຮ່າງກາຍແລະຫຼາຍໆຄົນເຊື່ອວ່າເປັນບ່ອນສະຖິດຂອງດວງວິນຍານຂອງແຕ່ລະຄົນ. ການຈັບບາຍຫົວເປັນການລົບຫລູ່ໃນຫຼາຍໆກໍລະນີເຊິ່ງມີພຽງໝູ່ສະນິດຫຼືຍາດຜູ້ໃຫຍ່ເທົ່ານັ້ນທີ່ສາມາດສຳພັດຫົວໄດ້.

ຕີນ

ກົງກັນຂ້າມກັບຫົວ, ຕີນເປັນສ່ວນທີ່ຕ່ຳທີ່ສຸດຂອງຮ່າງກາຍແລະບໍ່ຄວນໃຊ້ແຕະຕ້ອງຜູ້ອື່ນຫຼືສິ່ງຂອງຫຼືຍ້າຍສິ່ງຂອງຫຼືໃຊ້ຊີ້ໃສ່ຜູ້ອື່ນ.

ເກີບ

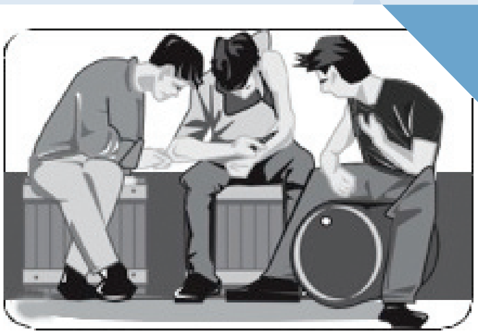
ຕ້ອງປົດເກີບກ່ອນເຂົ້າເຮືອນເພື່ອໃຫ້ກຽດເຈົ້າຂອງເຮືອນ.

ກຽດສັກສີ

ຄົນລາວຄົນໄທແລະຄົນອາຊີສ່ວນຫຼາຍຢ້ານ “ເສຍໜ້າ” ເຊິ່ງກຽດແລະສັກສີເປັນສິ່ງສຳຄັນຫຼາຍ ຂອງພື້ນຖານວັດທະນະທຳອາຊີ. ບໍ່ຄວນເຮັດໃຫ້ຜູ້ອື່ນເສຍໜ້າໂດຍການວິພາກວິຈານຕໍ່ໜ້າຫຼືທ້າທາຍອຳນາດ ຫຼື ສະແດງຄວາມລັງກຽດຫຼືທ່າທີໃຈຮ້າຍຫຼືປະຕິເສດຄຳຂໍຮ້ອງຫຼືກ່າວຄຳບໍ່ເຫັນດີຕໍ່ໜ້າຜູ້ອື່ນ. ສິ່ງຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າເສຍກຽດ (ຫຼືເປັນການ “ຂາຍໜ້າ” ເຂົາເຈົ້າ).

2.2.3. ການກະທຳທີ່ບໍ່ຄວນເຮັດໃນປະເທດໄທ

ຂ້າງລຸ່ມນີ້ແມ່ນລາຍການທີ່ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຕ້ອງຫຼີກລ້ຽງເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຕົກໃນສະ ພາບຜິດກົດໝາຍຫຼືເປັນການເຮັດຜິດຕໍ່ຄົນອື່ນ.



- ຫ້າມເສບ, ຊື້, ຂາຍຫຼືຄອບຄອງຢາເສບຕິດ. ຜູ້ໃດລະເມີດຈະໄດ້ຮັບໂທດໜັກເຖິງຂັ້ນປະຫານຊີວິດ.
- ຢ່າຫຼົງເຊື່ອຄົນແປກໜ້າຫຼືຜູ້ທີ່ເຮົາຮູ້ຈັກໃຫ້ເຮົາສົ່ງເຄື່ອງເພື່ອແລກກັບເງິນຄ່າຂົນສົ່ງເຄື່ອງຂອງເຂົາເຈົ້າ.
- ການເດີນປະທ້ວງສ່ວນໃຫຍ່ອາດຈະເປັນໃນຮູບແບບສະຫງົບແຕ່ກໍ່ຕ້ອງລະວັງເວລາທີ່ຈຳເປັນຕ້ອງຍ່າງຜ່ານ. ໃຫ້ຫລີກລ້ຽງບ່ອນທີ່ມີຜູ້ຄົນໜາແໜ້ນໂດຍສະເພາະເວລາທີ່ມີທະຫານຫຼືຕຳຫຼວດຄວບຄຸມຢູ່.
- ການລັກປຸ້ນຫຼືທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍຫຼືຮ່ວມໃນການຕີກັນແມ່ນຜິດກົດໝາຍຍົກເວັ້ນການປ້ອງກັນຕົນເອງ.
- ການຄ້າມະນຸດອາດຖືກໂທດຢ່າງໜັກແລະກັກຂັງຍາວນານ.
- ການພະນັນທຸກຮູບແບບແມ່ນຜິດກົດໝາຍໃນປະເທດໄທ.
- ຫ້າມເດັດຂາດບໍ່ໃຫ້ເວົ້າດູໝິ່ນສະຖາບັນຫຼືບຸກຄົນໃນວົງຄະນາຍາດຂອງເຈົ້າຊີວິດໄທເພາະທ່ານອາດຕິດຄຸກເຖິງ 15 ປີ. ສິ່ງນີ້ລວມທັງການຢຽບຫລຽນທີ່ມີສັນຍາລັກຂອງໜ້າພະເຈົ້າຊີວິດໄທ.
- ຫ້າມຖິ້ມເສດຂີ້ເຫຍື່ອຫຼືກົ້ນຂີ້ກອກຢາຫຼືຖົ່ມນ້ຳລາຍໃນສະຖານທີ່ສາທາລະນະເພາະຈະຖືກປັບໃໝ.
- ຕີນຖືວ່າເປັນສິ່ງເປື້ອນເປິະດັ່ງນັ້ນບໍ່ຄວນຍົກຍ້າຍເຄື່ອງດ້ວຍຕີນແລະບໍ່ເອົາຕີນຊີ້ໃສ່ຄົນ.
- ຢ່າອອກໄປກັບຄົນທີ່ຫາກໍ່ຮູ້ຈັກກັນພຽງບໍ່ເທົ່າໃດມື້ຖ້າຈຳເປັນກໍ່ໃຫ້ມີໝູ່ໄປນຳ.

2.3 ກົດໝາຍທີ່ກ່ຽວຂ້ອງຂອງປະເທດໄທ

2.3.1. ສິດທິຂອງທ່ານໃນຖານະເປັນຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ສິດທິພື້ນຖານຂອງຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍມີດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ຄ່າແຮງເງິນເດືອນ ແລະ ສະພາບການເຮັດວຽກຄືກັນກັບແຮງງານຄົນໄທ.
- ທ່ານມີສິດເຂົ້າຮ່ວມເປັນສະມາຊິກກຳມະບານໃດໜຶ່ງໃນປະເທດໄທແຕ່ບໍ່ສາມາດໄດ້ຮັບຕຳແໜ່ງທາງການໃນສະມາຄົມດັ່ງກ່າວແລະຈະບໍ່ຖືກໄລ່ອອກຈາກວຽກຍ້ອນສາເຫດດັ່ງກ່າວ
- ທ່ານມີສິດເຮັດວຽກໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ປອດໄພ.
- ທ່ານມີສິດທິໃນການປົກປ້ອງຈາກທຸກຮູບແບບການກົດຂີ່ທາງເພດເຊັ່ນ:
    - ການໃຊ້ຄຳເວົ້າທີ່ກ່າວເຖິງຮູບຮ່າງແລະອະໄວຍະວະເພດ.
    - ການຈັບຕ້ອງເພື່ອລວນລາມ.
    - ການຮ້ອງຂໍໃຫ້ມີເພດສຳພັນໂດຍບໍ່ຍິນຍອມ.
    - ການສະແດງ ແລະ ສິ່ງຕໍ່ຮູບພາບລາມົກອານາຈານຫຼືຮູບສ່ວນຕົວທີ່ພົບເຫັນທາງອິນເຕີເນັດ.
- ທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບການປົກປ້ອງຈາກທຸກຮູບແບບຂອງການກົດຂີ່ຂູດຮີດແຮງງານດັ່ງລຸ່ມນີ້:
    - ເຮັດວຽກເປັນທາດໃຊ້ໜີ້.
    - ຖືກບັງຂັບໃຫ້ຂາຍບໍລິການທາງເພດ.
    - ຖືກບັງຂັບໃຫ້ເຮັດວຽກດົນແຕ່ໄດ້ຮັບຄ່າຕອບແທນຕໍ່າຫຼືບໍ່ມີຄ່າຕອບແທນຫຼືບໍ່ມີການຊົດເຊີຍໃດໆ.
    - ຖືກບັງຂັບໃຫ້ຂົນສິ່ງສິນຄ້າຜິດກົດໝາຍ.
- ທ່ານມີສິດທິໄດ້ຮັບການປະຕິບັດທີ່ເປັນທຳແລະເທົ່າທຽມກັບພະນັກງານອື່ນໆເປັນຕົ້ນແມ່ນຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກ, ວັນພັກແລະສະພາບການເຮັດວຽກດຽວກັນ.
- ທ່ານມີສິດທີ່ຈະກັບຄືນປະເທດຂອງທ່ານເມື່ອໃດກໍ່ໄດ້ແຕ່ບາງເທື່ອມັນກໍ່ແມ່ນການລະເມີດສັນຍາໄດ້ເຊິ່ງອາດເຮັດໃຫ້ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍຕ່າງໆລວມທັງການປັບໃໝ ດັ່ງນັ້ນຕ້ອງໃຫ້ເຂົ້າໃຈແຈ້ງກ່ຽວກັບພັນທະອື່ນໆທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ.
- ທ່ານມີສິດປຶກສາຫາລືກັບວິສາຫະກິດຈັດຫາງານ, ສະຖານກົງສູນ ຫຼື ສະຖານທູດລາວໃນປະເທດໄທ ແລະ ພາກສ່ວນອື່ນໆເຊັ່ນອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນກຳມະບານ ແລະ ເຈົ້າໜ້າທີ່ຕຳຫຼວດ.
- ໃນຖານະເປັນ**ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ**ໃນປະເທດໄທທ່ານມີສິດແລະພັນທະເທົ່າທຽມກັບຜູ້ອອກແຮງງານຄົນໄທ.

ມີສິດເກັບຮັກສາເອກະສານສ່ວນຕົວຂອງທ່ານ

ທ່ານສາມາດເກັບຮັກສາເອກະສານສ່ວນຕົວ ຂອງທ່ານເປັນຕົ້ນແມ່ນໜັງສືຜ່ານແດນ, ວີຊາ, ໃບອະນຸຍາດ ເຮັດວຽກ, ສັນຍາແຮງງານແລະເອກະສານສຳຄັນອື່ນໆ. ບໍ່ຕ້ອງ ເອົາເອກະສານດັ່ງກ່າວນັ້ນໃຫ້ນາຍຈ້າງ ເຖິງເຂົາຈະບອກວ່າເພື່ອຄວາມປອດໄພກໍ່ ຕາມແລະຕ້ອງເຮັດສຳເນົາ(ໂກປີ) ໄວ້ທຸກໆອັນແລະເກັບໄວ້ກັບທ່ານສ່ວນໜຶ່ງ.

ສິດໃນການນຳໃຊ້ວັນພັກ

ຄືກັນກັບຜູ້ອອກແຮງງານ/ກຳມະກອນທົ່ວໄປ, ທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບວັນພັກທາງລັດຖະການ ແລະ ຖ້າຕ້ອງເຮັດວຽກໃນວັນດັ່ງກ່າວກໍ່ມີສິດໄດ້ຮັບຄ່າແຮງຊົດເຊີຍ (ຍົກເວັ້ນ ກຳມະກອນທີ່ເຮັດວຽກຂະແໜງປະມົງ ຫຼື ກຳມະກອນທີ່ເຮັດວຽກກະສິກຳບາງຂະແໜງ) ເຊິ່ງມີລາຍລະອຽດບາງສ່ວນດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ຫຼັງຈາກເຮັດວຽກ 1 ປີທ່ານມີສິດພັກປະຈຳປີໂດຍບໍ່ຫັກເງິນເດືອນ.
- ສຳລັບຊາວປະມົງທີ່ເຮັດວຽກຢູ່ເທິງເຮືອຫາປາທີ່ມີກຳມະກອນ 20 ຄົນຂຶ້ນໄປທ່ານມີສິດພັກ 30 ວັນໂດຍບໍ່ຫັກເງິນເດືອນ.
- ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍໃນຂະແໜງກະສິກຳສາມາດພັກໄດ້ 3 ວັນຫຼັງຈາກເຮັດວຽກໄດ້ 180 ວັນ ແຕ່ບໍ່ໄດ້ຮັບວັນພັກທາງລັດຖະການ.
- ທ່ານມີສິດລາປ່ວຍຂຶ້ນກັບການເຈັບເປັນຂອງທ່ານແຕ່ຕ້ອງມີໃບຢັ້ງຢືນແພດຖ້າເກີນ 3 ວັນຂຶ້ນໄປ. ທ່ານມີສິດຮັບເງິນເດືອນໃນໄລຍະລາປ່ວຍເຊິ່ງມີລາຍລະ ອຽດດັ່ງລຸ່ມນີ້:
    - ຜູ້ອອກແຮງງານທົ່ວໄປ ແລະ ຜູ້ອອກແຮງງານເທິງເຮືອທີ່ມີຜູ້ອອກແຮງງານ 20 ຄົນຂຶ້ນໄປມີສິດລາປ່ວຍໂດຍບໍ່ຫັກເງິນເດືອນສູງສຸດ 30 ວັນ.
    - ຜູ້ອອກແຮງງານໃນຂະແໜງກະສິກຳໄດ້ຮັບສູງສຸດ 14 ມື້ລາປ່ວຍໂດຍບໍ່ຫັກເງິນເດືອນ.
    - ທ່ານມີສິດເດີນທາງໄປໃສກໍ່ໄດ້ໃນມື້ພັກແຕ່ຕ້ອງຖືໜັງສືຜ່ານແດນແລະເອກະສານຢັ້ງຢືນສ່ວນບຸກຄົນຂອງທ່ານໄປນຳ.

ສິດໃນການໄດ້ຮັບຄ່າຕອບແທນທີ່ເປັນທຳ

ທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບຄ່າແຮງງານແລະຕ້ອງເບີກຈ່າຍໃຫ້ທ່ານເປັນປະຈຳທຸກໆເດືອນ.

ທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບຄ່າຕອບແທນຈາກການເຮັດວຽກທີ່ເຮັດສຳເລັດໂດຍບໍ່ຍົກເວັ້ນກໍລະນີຖືກຈັບ,ຢຸດເຊົາເຮັດວຽກຫຼືຖືກໄລ່ອອກ. ນາຍຈ້າງບໍ່ມີສິດກັກເງິນຂອງທ່ານແລະບາງກໍລະນີກໍ່ສາມາດຍື່ນສະເໜີຂໍຮ້ອງເງິນຊົດເຊີຍຫາກບໍ່ໄດ້ນຳໃຊ້ມື້ພັກປະຈຳປີ.

ຖ້າທ່ານເຮັດວຽກເປັນ ຜູ້ອອກແຮງງານໃນຄົວເຮືອນ(ແມ່ບ້ານ), ເປັນຊາວປະມົງ ຫຼື ເປັນກຳມະກອນເຮັດວຽກຢູ່ຟາມ, ສິດທິບາງຢ່າງຂ້າງລຸ່ມນີ້ອາດບໍ່ໄດ້ຮັບ.

ທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບຄ່າແຮງງານຂັ້ນຕ່ຳໃນປະເທດໄທເຊິ່ງມີປະມານ 300 ບາດຕໍ່ມື້ (ລວມທັງຄົນໄທທີ່ເຮັດວຽກປະເພດດຽວກັນ).

ທ່ານມີສິດປະຕິເສດເຮັດວຽກລ່ວງເວລາ.ຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກກຳນົດສູງສຸດແມ່ນ48ຊົ່ວໂມງຕໍ່ອາທິດ.ຖ້ານາຍຈ້າງຂໍໃຫ້ທ່ານເຮັດວຽກລ່ວງເວລານາຍຈ້າງຕ້ອງຈ່າຍເພີ່ມປະມານ 1.5 ເທື່ອຂອງຄ່າແຮງປົກກະຕິ.ແຕ່ມື້ໜຶ່ງກຳນົດເຮັດວຽກບໍ່ໃຫ້ເກີນ 12 ຊົ່ວໂມງ.

ທ່ານມີສິດພັກຜ່ອນຢ່າງໜ້ອຍ 1 ຊົ່ວໂມງຕໍ່ວັນເຊິ່ງຕ້ອງພັກຫຼັງຈາກເຮັດວຽກຮອດ 5 ຊົ່ວໂມງ.

ທ່ານມີສິດປະຕິເສດທີ່ຈະເຮັດວຽກໃນມື້ພັກທາງການ. ການເຮັດວຽກໃນມື້ພັກທາງການແມ່ນໄດ້ຮັບຄ່າແຮງງານ 2 ເທື່ອຂອງຄ່າແຮງງານປົກກະຕິແລະຖ້າເຮັດລ່ວງເວລາ ໃນວັນດັ່ງກ່າວທ່ານຈະໄດ້ຮັບຄ່າແຮງ 3 ເທື່ອຂອງຄ່າແຮງງານປົກກະຕິຂອງທ່ານ.

ທ່ານມີສິດລາປ່ວຍໂດຍອີງໃສ່ຄວາມຮຸນແຮງຂອງອາການປ່ວຍຂອງທ່ານແຕ່ທ່ານຕ້ອງມີໃບຢັ້ງຢືນຈາກແພດຖ້າພັກເກີນ 3 ມື້ຂຶ້ນໄປ.

ທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບເງິນເດືອນໃນເວລາປ່ວຍໂດຍຜ່ານປະກັນໄພຂອງນາຍຈ້າງຫຼືບໍລິສັດຈັດຫາງານ (ສູງສຸດບໍ່ເກີນ 30 ວັນອີງຕາມການຈ່າຍເງິນເດືອນ).

ທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບຄ່າແຮງງານເມື່ອເວລາເຮັດວຽກສຳເລັດແລ້ວ ເຖິງວ່າຈະລາອອກ ຫຼື ຖືກໄລ່ອອກກໍ່ຕາມ. ທ່ານອາດໄດ້ຮັບຫຼາຍກວ່າກໍ່ເປັນໄດ້ໃຫ້ກວດກາເບິ່ງສັນຍາຕົວຈິງ.

ໝາຍເຫດ - ໃນຖານະເປັນຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ຖືກຕ້ອງຕາມກົດໝາຍ:

- ທ່ານມີສິດເດີນທາງໄປໃສກໍ່ໄດ້ໃນປະເທດໄທແຕ່ອາດມີຂໍ້ກຳນົດອື່ນໆອີກດັ່ງນັ້ນຕ້ອງກວດເຊັກກັບນາຍຈ້າງແລະເຈົ້າໜ້າທີ່ໃນທ້ອງຖິ່ນ.
- ທ່ານໄດ້ຮັບເງິນປະກັນສັງຄົມເຊິ່ງຫັກ 5% ຈາກເງິນເດືອນຂອງທ່ານທຸກໆເດືອນ.ເງິນປະກັນສັງຄົມໃຫ້ປະໂຫຍດ ເມື່ອເວລາທ່ານເວລາເຈັບປ່ວຍ,ບາດເຈັບຫຼື ເກີດມີບັນຫາຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ. ທ່ານຈະໄດ້ຮັບເງິນປະກັນສັງຄົມດັ່ງກ່າວຫຼັງຈາກເຮັດວຽກໄດ້ 3 ເດືອນຂຶ້ນໄປ.
- ທ່ານ (ຫຼືຄອບຄົວຂອງທ່ານໃນກໍລະນີທ່ານເສຍຊີວິດ) ມີສິດໄດ້ຮັບເງິນຈາກກອງທຶນທົດແທນແຮງງານໃນເວລາເຈັບປ່ວຍ, ບາດເຈັບ ຫຼື ເສຍຊີວິດໃນເວລາ/ຍ້ອນການເຮັດວຽກຂອງທ່ານ. ທ່ານ ຈະໄດ້ຮັບເງິນຈາກກອງທຶນດັ່ງກ່າວຫຼັງຈາກເຮັດວຽກໄດ້ 3 ເດືອນຂຶ້ນໄປ.

ກໍລະນີພິເສດສຳລັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເພດຍິງ

- ທ່ານໄດ້ຮັບຄ່າແຮງເທົ່າທຽມກັນກັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເພດຊາຍທີ່ເຮັດໜ້າວຽກ ດຽວກັນ.
- ທ່ານມີສິດເຮັດວຽກໃນລະຫວ່າງຖືພາແລະໄດ້ຮັບການປົກປ້ອງຈາກການໄລ່ອອກຍ້ອນ ຖືພາ.

ສິດທິລຸ່ມນີ້ບໍ່ລວມອາຊີບຜູ້ອອກແຮງງານໃນຄົວເຮືອນ(ແມ່ບ້ານ):

1. ຖ້າທ່ານຖືພາ, ທ່ານສາມາດພັກເກີດລູກໄດ້ 90 ວັນ, ລວມທັງວັນພັກບໍ່ຫັກເງິນເດືອນ 45 ວັນ.
2. ຖ້າເປັນວຽກອັນຕະລາຍຫຼືເປັນວຽກໜັກແລະມີໃບຢັ້ງຢືນຈາກແພດວ່າທ່ານບໍ່ສາມາດເຮັດໜ້າວຽກດັ່ງກ່າວໄດ້ທ່ານກໍ່ມີສິດຂໍເຮັດວຽກອື່ນຊົ່ວຄາວ.
3. ທ່ານຕ້ອງເຈລະຈາກັບນາຍຈ້າງກ່ຽວກັບການປົກປ້ອງໃນລະຫວ່າງຖືພາແລະຕ້ອງເອົາເຂົ້າໃນສັນຍາແຮງງານ.

ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງທ່ານໃນຖານະຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ຈັນຍາບັນຂອງການເຮັດວຽກແມ່ນຫຍັງ?ພະນັກງານທີ່ດີເປັນແນວໃດ? ເປັນຫຍັງຈຶ່ງບໍ່ມັກພະນັກງານຂີ້ຄ້ານ?ທ່ານຢາກເປັນພະນັກງານແບບໃດ? ນາຍຈ້າງແບບໃດທີ່ທ່ານ ຕ້ອງການທີ່ສຸດ?ລາຍລະອຽດລຸ່ມນີ້ແມ່ນຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງ**ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ**:

1. **ພາກພຽນພະຍາຍາມເຮັດໃຫ້ດີທີ່ສຸດ**: ເຮັດວຽກເຕັມຄວາມສາມາດແລະຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເມື່ອຈຳເປັນ.
2. **ສ້າງຜົນງານ**: ເຮັດວຽກຢ່າງມີປະສິດທິພາບແລະມີປະສິດທິຜົນ. ບາງກິດຈະກຳສ່ວນຕົວ, ເຊັ່ນ: ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ລົມໂທລະສັບໃນບ່ອນເຮັດວຽກ.
3. **ເປັນຄົນກົງເວລາ**: ໄປວຽກກ່ອນເລີ່ມປະມານ 5 ນາທີ.
4. **ຮັກສາອຸປະກອນເຄື່ອງໃຊ້**: ເຄື່ອງມື, ເຄື່ອງຈັກແລະອຸປະກອນອື່ນໆມີລາຄາສູງ. ສະນັ້ນຕ້ອງຮັກສາໃຫ້ດີ.
5. **ຮັກສາພາບພົດຕົນເອງ**: ນຸ່ງຖືເປັນລະບຽບຮຽບຮ້ອຍສະອາດເວລາໄປເຮັດວຽກ ແລະ ອານາໄມອຸປະກອນເຄື່ອງໃຊ້ແລະສະຖານທີ່ເຮັດວຽກໃຫ້ສະອາດກ່ອນເລີກວຽກ.
6. **ມີໝູ່ໃໝ່**: ສ້າງສາຍສຳພັນອັນດີກັບເພື່ອນຮ່ວມງານ, ຫົວໜ້າໜ່ວຍງານແລະນາຍຈ້າງເຊິ່ງສາຍສຳພັນອັນດີຈະເຮັດໃຫ້ມີບັນຍາກາດເຮັດວຽກທີ່ດີ.
7. **ຮັກສາສະຖານະພາບຂອງຕົນໃຫ້ຖືກກົດໝາຍ**:ກວດກາແລະເຮັດຕາມເງື່ອນໄຂທີ່ລະບຸໄວ້ໃນວີຊາແລະກວດກາເບິ່ງວັນໝົດອາຍຸ.

<u>**ໝາຍເຫດ**</u>:ອີກວິທີໜຶ່ງສາມາດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ(ສຳມະນາກອນ)ຈັດກຸ່ມຄົ້ນຄວ້າແລະຕອບຄຳຖາມລຸ່ມນີ້:

1. ມີຈັນຍາບັນຂອງການເຮັດວຽກໃດແດ່ທີ່**ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ**ຕ້ອງຍຶດຖືປະຕິບັດ?
2. ວຽກທີ່ດີແມ່ນວຽກແນວໃດ?
3. ວຽກທີ່ບໍ່ດີແມ່ນວຽກແນວໃດ?
4. ເວລາໄປເຮັດວຽກຄວນຫຼືບໍ່ຄວນໃສ່ເຄື່ອງນຸ່ງຖືແບບໃດ?
5. ຄວາມສຳພັນກັບຄູ່ຮ່ວມງານສຳຄັນບໍ່? ເຮັດແນວໃດຈຶ່ງຈະຮັກສາຄວາມສຳພັນທີ່ດີຕໍ່ກັນໄດ້?
6. ອຸປະກອນແລະເຄື່ອງມືໃນການເຮັດວຽກມີມູນຄ່າສູງໃຜຄວນເປັນຜູ້ຮັບຜິດຊອບເບິ່ງແຍງ? ທ່ານຈະເຮັດແນວໃດເພື່ອຮັກສາເຄື່ອງມືແລະອຸປະກອນຕ່າງໆໃຫ້ຢູ່ໃນສະພາບດີ?
7. ທ່ານຄິດວ່າໄປເຮັດວຽກຊ້າກໍ່ບໍ່ເປັນຫຍັງບໍ? ຍ້ອນຫຍັງ? ຖ້າບໍ່ດີເຮົາຄວນເຮັດແນວໃດ?

2.3.2 ສິ່ງທີ່ຄວນຮູ້ກ່ຽວກັບສັນຍາແຮງງານ

ໃນສັນຍາແຮງງານ (ຫົວຂໍ້ທີ 2.3.2 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສຳມະນາກອນ) ຄວນເອົາໃຈໃສ່ສິ່ງຕ່າງໆລຸ່ມນີ້:

- ☐ **ຊື່**: ຊື່ຂອງທ່ານ
ຊື່ນາຍຈ້າງ, ຊື່ຕົວແທນຂອງນາຍຈ້າງ ແລະ ຊື່ຂອງບໍລິສັດຈັດຫາງານ.

- ☐ **ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ**: ທ່ານຈະເຮັດວຽກຢູ່ໃສ? ທີ່ຢູ່ຂອງສະຖານທີ່ເຮັດວຽກແມ່ນຫຍັງ? ແມ່ນປະເພດໂຮງງານ, ຟາມ, ຫ້ອງການ, ເຮືອນບຸກຄົນ ໆລໆ.

- ☐ **ໜ້າວຽກ**: ມີໜ້າວຽກຫຍັງແດ່? ມີພາລະ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບແນວໃດໃນໜ່ວຍງານຂອງທ່ານ? ທ່ານລາຍງານວຽກໃຫ້ຜູ້ໃດ?

- ☐ **ຄ່າແຮງງານ**: ຄ່າແຮງງານຂອງທ່ານເທົ່າໃດ, ກ່ອນ ຫຼື ຫຼັງຫັກພາສີອາກອນແລ້ວໄດ້ຕົວຈິງເທົ່າໃດ? ຖ້າ ທ່ານບໍ່ໄດ້ເຮັດວຽກໃນຂະແໜງປະມົງ, ຫລື ເປັນກຳມະກອນໃນຟາມ ຫຼື ເປັນແມ່ບ້ານທ່ານຈະໄດ້ຮັບຄ່າຈ້າງ 300 ບາດຕໍ່ວັນບໍ່?

- ☐ **ຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກ ແລະ ວັນພັກ**: ຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກທາງການ ຈັກຊົ່ວໂມງຕໍ່ວັນ? ມີວັນພັກໃດແດ່ທີ່ທ່ານໄດ້ ພັກ? ມີເງື່ອນໄຂການພັກປະຈຳປີແນວໃດ? ຖືກຕັດເງິນບໍ່ເວລາພັກວຽກ? ຖ້າເຮັດວຽກລ່ວງເວລາຈະໄດ້ຮັບຄ່າແຮງງານເທົ່າໃດ?

- ☐ **ການຍົກເລີກສັນຍາ**: ຈະມີຫຍັງເກີດຂຶ້ນຖ້າຝ່າຍໃດຝ່າຍໜຶ່ງຍົກເລີກສັນຍາ? ສະນັ້ນຕ້ອງມີມາດຕາໃດໜຶ່ງທີ່ກ່າວເຖິງການຍົກເລີກສັນຍາ ແລະ ຕ້ອງຮູ້ເພື່ອວ່າ ຝ່າຍໃດຝ່າຍໜຶ່ງອາດຍົກເລີກສັນຍາກ່ອນກຳນົດ.

- ☐ **ຂັ້ນຕອນ ແລະ ຂະບວນການແກ້ໄຂຂໍ້ຂັດແຍ່ງ**: ເມື່ອເວລາທ່ານ ແລະນາຍຈ້າງບໍ່ເຫັນດີກັນຢ່າງໃດຢ່າງໜຶ່ງຈະເຮັດແນວໃດ?ສະນັ້ນຕ້ອງມີການກຳນົດການແກ້ໄຂບັນຫາເພື່ອສາມາດໂອ້ລົມກັນໄດ້.

- ☐ **ສິດທິໃນການຕໍ່ລອງ**: ສັນຍາບໍ່ແມ່ນເອກະສານຕາຍຕົວທີ່ບໍ່ສາມາດປ່ຽນແປງທ່ານມີສິດທີ່ຈະຕໍ່ລອງເງື່ອນໄຂຕ່າງໆ ແລະ ຖ້າສັນຍາບໍ່ໄດ້ດັ່ງທີ່ຄາດຫວັງຫຼືຕາມຄວາມຮຽກຮ້ອງຕ້ອງການທ່ານກໍ່ມີສິດທີ່ຈະປະຕິເສດການເຊັນສັນຍາໂດຍບໍ່ມີຂໍ້ຜູກມັດໃດໆ.

☐ ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ອ່ານ ແລະ ເຂົ້າໃຈສັນຍາແຮງງານເປັນຢ່າງດີແລ້ວ

2.3.3. ເອກະສານທີ່ຈຳເປັນສຳລັບການເຮັດວຽກຢ່າງຖືກຕ້ອງຢູ່ປະເທດໄທ

ສັນຍາແຮງງານ

ສັນຍາແຮງງານແມ່ນເອກະສານຂໍ້ຕົກລົງຮ່ວມລະຫວ່າງ ທ່ານ(ຜູ້ອອກແຮງງານ)ແລະນາຍຈ້າງ(ຜູ້ໃຊ້ແຮງງານ) ແລະ ທັງສອງຝ່າຍຕ້ອງປະຕິບັດຕາມຂໍ້ກຳນົດ ແລະ ເງື່ອນໄຂຕ່າງໆທີ່ໄດ້ລະບຸໄວ້ໃນສັນຍາເຊິ່ງມີ ລາຍລະອຽດຂໍ້ມູນຂອງທ່ານແລະນາຍຈ້າງ ຂອງທ່ານ, ເງື່ອນໄຂການເຮັດວຽກ, ລາຍລະອຽດໜ້າວຽກ, ຄ່າຕອບແທນ ຫຼື ເງິນເດືອນແລະວັນພັກຕ່າງໆ.

ສິ່ງສຳຄັນແມ່ນທ່ານເຂົ້າໃຈແຈ້ງທຸກໆລາຍລະອຽດ ໃນສັນຍາເຊິ່ງສາມາດກວດກາໄດ້ທາງອິນເຕີເນັດຫຼືກັບສະຖານທູດໄທປະ ຈຳລາວຖ້າຫາກວ່ານາຍຈ້າງແມ່ນເຈົ້າຂອງ ໂຮງງານ. ຖ້າທ່ານອ່ານບໍ່ເຂົ້າໃຈກໍ່ສາມາດຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໄດ້ຈາກບໍລິສັດທີ່ປຶກສາ, ສະມາຄົມຊ່ວຍເຫຼືອໃນທ້ອງຖິ່ນຫຼືອົງການຕ່າງໆ.

ເວລາໄປຮອດບ່ອນເຮັດວຽກແລ້ວແລະເຫັນວ່າວຽກຕົວຈິງກັບສັນຍາບໍ່ກົງກັນ ທ່ານຄວນແຈ້ງໃຫ້ບໍລິສັດຈັດຫາງານ, ອົງການກຳມະບານຫຼືເຈົ້າໜ້າທີ່ທ້ອງຖິ່ນຮັບຮູ້ໂດຍທັນທີ.

ໜັງສືຜ່ານແດນ (ປັດສະປໍ)

ໜັງສືຜ່ານແດນ ແມ່ນເອກະສານຢັ້ງຢືນ ທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດອອກໃຫ້ໂດຍ ລັດຖະບານເພື່ອອະນຸຍາດ ໃຫ້ທ່ານເດີນທາງເຂົ້າ - ອອກປະເທດໄດ້. ທ່ານເປັນເຈົ້າຂອງພຽງຜູ້ດຽວ ແລະ ຕ້ອງຢູ່ກັບຕົວຂອງທ່ານຕະຫຼອດ ເວລາທີ່ ທ່ານຢູ່ຕ່າງປະເທດ. ຖ້າບໍລິສັດຈັດຫາງານຫຼືນາຍຈ້າງຕ້ອງການໜັງສືຜ່ານແດນເພື່ອ ແລ່ນເອກະສານເຂົ້າ ເມືອງ ທ່ານຕ້ອງຖາມມື້ກຳນົດສົ່ງຄືນໃຫ້ຄັກແນ່. ຖ້າເຂົາເຈົ້າບໍ່ສົ່ງຄືນຖືວ່າເຂົາ ກຳລັງເຮັດຜິດກົດໝາຍແລະທ່ານກໍ່ຕ້ອງແຈ້ງໃຫ້ສະຖານທູດຮັບຊາບ.

ແຕ່ຖ້າເຂົາເຮັດເສຍ,ເຂົາຕ້ອງດຳເນີນເອກະສານແລ່ນຄືນໃໝ່ແລະເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃນການແລ່ນເອກະສານດັ່ງກ່າວໃຫ້ທັງໝົດ. ແຕ່ຖ້າທ່ານເຮັດເສຍເອງທ່ານກໍ່ຄວນລາຍງານໃຫ້ສະຖານທູດຮັບຊາບຫຼືເຈົ້າໜ້າທີ່ຕຳຫຼວດໂດຍທັນທີ.

ທ່ານຄວນສຳເນົາເອກະສານໄວ້ເພື່ອຮັບປະກັນເວລາເຮັດເສຍ ແລະ ຮັກສາເອກະສານທຸກຢ່າງໄວ້ໃຫ້ດີໆແຕ່ຕ້ອງຖືໜັງສືສຳຄັນດັ່ງກ່າວນີ້ຕິດໂຕໄວ້ຕະຫຼອດເວ ລາເມື່ອເດີນທາງໄປມາໃນປະເທດໄທ. ຈົ່ງຈື່ໄວ້ວ່າພຽງ ແຕ່ສຳເນົາໜັງສືຜ່ານແດນແມ່ນບໍ່ສາມາດຢັ້ງຢືນໄດ້ແລະຖ້າບໍ່ມີໜັງສືຜ່ານແດນເວລາຖືກກວດອາດຈະຖືກປັບໃໝເຖິງ 1,000 ບາດ.

ວິຊ່າເຮັດວຽກແລະໃບອະນຸຍາດເຮັດວຽກ

ທາງສະຖານທູດໄທຈະຕິດວິຊາໃສ່ໃນປັດສະປໍເຊິ່ງເປັນເອກະສານອະນຸຍາດເຮັດວຽກ. ທ່ານຕ້ອງຈື່ວັນເດືອນປີໝົດກຳນົດຂອງວິຊາເຊິ່ງແມ່ນເວລາທີ່ທ່ານຕ້ອງໄດ້ກັບຄືນປະເທດ.

ວິຊາມີຫຼາຍປະເພດເຊິ່ງປະເພດທີ່ທ່ານຕ້ອງມີ ແມ່ນປະເພດທີ່ມີອະນຸຍາດເຮັດວຽກເຊິ່ງອອກໃຫ້ເພື່ອໃຫ້ທ່ານສາມາດເຮັດວຽກໃນປະເທດໄທພາຍໃຕ້ເງື່ອນໄຂໃດໜຶ່ງແລະ**ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ**ທຸກໆຄົນຕ້ອງມີໃບອະນຸຍາດດັ່ງກ່າວ.

ໃບຢັ້ງຢືນສຸຂະພາບ

ໃບຢັ້ງຢືນນີ້ ເພື່ອຮັບປະກັນວ່າທ່ານບໍ່ມີພະຍາດຕິດຕໍ່ກ່ອນການເດີນທາງ ຫຼື ໃນລະຫວ່າງ ການເດີນທາງເຊິ່ງທ່ານອາດຈະຕ້ອງກວດ ສຸຂະພາບອີກຄັ້ງໜຶ່ງເມື່ອເວລາເດີນທາງໄປຮອດບ່ອນເຮັດວຽກຫຼື ກ່ອນທ່ານຈະເລີ່ມເຮັດວຽກ.

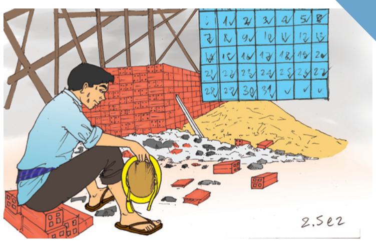
ສິ່ງທີ່ທ່ານຄວນປະຕິບັດ:

ລາຍງານເປັນປະຈຳໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ກວດຄົນເຂົ້າເມືອງ

ທ່ານຕ້ອງໄດ້ລາຍງານໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ກວດຄົນເຂົ້າເມືອງທີ່ໃກ້ທີ່ສຸດທຸກໆ 90 ວັນແລະຂຽນແບບຟອມໂດຍບໍ່ມີການປ່ຽນແປງເຊິ່ງຖ້າບໍ່ເຮັດກໍ່ຈະໃຫ້ຖືກປັບໃໝ 3,000 ບາດເຖິງ 20,000 ບາດ.

ບັນທຶກຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກເປັນປະຈຳ

ທ່ານຄວນເກັບກຳຊົ່ວໂມງ ເຮັດວຽກຂອງແຕ່ລະມື້ເອົາໄວ້ ແລະ ຂໍເອົາໃບແຈ້ງຈ່າຍເງິນເດືອນເພື່ອສຳເນົາໄວ້ທຸກໆເດືອນ ເພື່ອທຽບໃສ່ກັບການບັກທຶກຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກຂອງທ່ານ. ຖ້າເງິນໄດ້ຮັບຕົວຈິງໜ້ອຍກວ່າໃນໃບແຈ້ງເງິນເດືອ ນທ່ານຄວນແຈ້ງໃຫ້ນາຍຈ້າງຮູ້ເພື່ອແກ້ໄຂຖ້າບໍ່ສາມາດຕົກລົງໄດ້ ທ່ານຄວນລາຍງານໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ຮັບຊາບ ເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອທ່ານ.



ການປ່ຽນວຽກຫຼືປ່ຽນນາຍຈ້າງ

ທ່ານບໍ່ຄວນປ່ຽນວຽກ ຫຼື ປ່ຽນນາຍຈ້າງກ່ອນໝົດສັນຍາ.ຖ້າທ່ານຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດ ແລະ ຕ້ອງການ ປ່ຽນນາຍຈ້າງທ່ານ ຄວນລາຍງານໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ ສະຖານທູດລາວອີງການຊ່ວຍເຫຼືອຫຼືອົງການກຳມະບານ.

ການແຈ້ງຍົກເລີກສັນຍາຕ້ອງໃຫ້ມີລາຍລັກອັກສອນກ່ອນມື້ເບີກຈ່າຍເງິນເດືອນ. ການປ່ຽນວຽກຕ້ອງມີເຫດຜົນ ເພາະລົມແລະຖືກຕ້ອງຕາມກົດໝາຍ.

ທ່ານສາມາດຂໍປ່ຽນນາຍຈ້າງໄດ້ໃນກໍລະນີຈຳເປັນບາງກໍລະນີດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ການຍົກເລີກສັນຍາຍ້ອນການປິດກິດຈະການຫຼືການເລີກຈ້າງຂອງນາຍຈ້າງ.
- ທ່ານຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດ.
- ນາຍຈ້າງບໍ່ປະຕິບັດຕາມກົດໝາຍ.
- ນາຍຈ້າງຍິນຍອມຍົກເລີກສັນຍາກັບທ່ານ.

ບໍ່ວ່າໃນກໍລະນີໃດຂ້າງເທິງນີ້ ທ່ານສາມາດຂໍປ່ຽນນາຍຈ້າງແຕ່ຕ້ອງເປັນວຽກດຽວກັນ. ນາຍຈ້າງເກົ່າຕ້ອງເຊັນເອກະສານຮັບຮອງພາຍໃນ 15 ວັນ ຈຶ່ງຈະສາມາດເຮັດວຽກ ກັບນາຍຈ້າງໃໝ່ໄດ້.

2.4 ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງທ່ານໃນຖານະຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

2.4.1 ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງທ່ານໃນຖານະຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ

ພາກພຽນພະຍາຍາມເຮັດໃຫ້ດີທີ່ສຸດ: ເຮັດວຽກເຕັມຄວາມສາມາດແລະຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເມື່ອຈຳເປັນ

ສ້າງຜົນງານ: ເຮັດວຽກຢ່າງມີປະສິດທິພາບແລະມີປະສິດທິຜົນ. ບາງກິດຈະກຳສ່ວນຕົວ, ເຊັ່ນ: ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ລົມໂທລະສັບໃນບ່ອນເຮັດວຽກ.

ເປັນຄົນກົງເວລາ: ໄປວຽກກ່ອນເລີ່ມປະມານ 5 ນາທີ.

ຮັກສາອຸປະກອນເຄື່ອງໃຊ້: ເຄື່ອງມື, ເຄື່ອງຈັກແລະອຸປະກອນອື່ນໆມີລາຄາສູງສະນັ້ນຕ້ອງຮັກສາໃຫ້ດີ.

ຮັກສາພາບພົດຕົນເອງ: ນຸ່ງຖືເປັນລະບຽບຮຽບຮ້ອຍສະອາດເວລາໄປເຮັດວຽກ ແລະ ອານາໄມອຸປະກອນເຄື່ອງໃຊ້ແລະສະຖານທີ່ເຮັດວຽກໃຫ້ສະອາດກ່ອນເລີກວຽກ.

ມີໝູ່ໃໝ່: ສ້າງສາຍສຳພັນອັນດີກັບເພື່ອນຮ່ວມງານ, ຫົວໜ້າໜ່ວຍງານແລະນາຍຈ້າງເຊິ່ງສາຍສຳພັນອັນດີຈະເຮັດໃຫ້ມີບັນຍາກາດເຮັດວຽກທີ່ດີ.

ຮັກສາສະຖານະພາບຂອງຕົນໃຫ້ຖືກກົດໝາຍ: ກວດກາແລະເຮັດຕາມເງື່ອນໄຂທີ່ລະບຸໄວ້ໃນວີຊາແລະກວດກາເບິ່ງວັນໝົດອາຍຸ.

2.4.2 ການແກ້ໄຂຂໍ້ຂັດແຍ່ງ

ຂໍ້ຂັດແຍ່ງອາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ລະຫວ່າງທ່ານກັບນາຍຈ້າງຫຼືສະມາຊິກໃນຄອບຄົວຂອງເຂົາເຈົ້າ ຫຼື ລະຫວ່າງທ່ານກັບເພື່ອນຮ່ວມງານຂອງທ່ານ. ຂັ້ນທຳອິດທ່ານຕ້ອງພະຍາຍາມແກ້ໄຂໃຫ້ໄດ້ຕາມຄຳແນະນຳຂ້າງລຸ່ມນີ້.

- ຊອກຫາກົກປາຍສາຍເຫດຂອງບັນຫາ.
- ມີສະຕິເວົ້າຈາຄ່ອຍໆແລະສຸພາບ
- ເປີດໃຈໃຫ້ກວ້າງ
- ຄຳນຶງເຖິງມຸມມອງຂອງອີກຝ່າຍ (ຟັງເຫດຟັງຜົນຂອງອີກຝ່າຍນຶ່ງຄັກໆກ່ອນ)
- ພະຍາຍາມຕົກລົງເປັນເອກະພາບກັນ
- ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ
- ການຮ້ອງທຸກຢ່າງເປັນທາງການ

2.5 ການແກ້ບັນຫາເມື່ອຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດແຮງງານ

ການຂູດຮີດແຮງງານ ແມ່ນການລະເມີດສິດທິຂອງຜູ້ອອກແຮງງານໃນຮູບແບບການປະຕິບັດທີ່ບໍ່ຍຸຕິທຳ ຫຼື ການປະຕິບັດທີ່ບໍ່ເປັນທຳລວມມີ:

- ວຽກທີ່ບໍ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບສັນຍາແຮງງານຫຼືລາຍລະອຽດໜ້າວຽກຂອງທ່ານ.
- ມີການຂົ່ມຂູ່ວ່າຈະຍົກເລີກໃບອະນຸຍາດເຮັດວຽກຂອງທ່ານ.
- ທ່ານເຮັດວຽກໃນສະພາບທີ່ອັນຕະລາຍຕໍ່ຄວາມປອດໄພທາງຮ່າງກາຍແລະສຸຂະພາບ.
- ບໍ່ຈ່າຍຄ່າແຮງງານ.

ການທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍ ການບັງຂັບຈົນເຮັດໃຫ້ບາດເຈັບຫຼືຮ່າງກາຍເຈັບປວດ.

ການໃຊ້ຄຳເວົ້າດູໝິ່ນ ເຊັ່ນການດູຖູກຢຽດຫຍາມ.

ການທຳຮ້າຍຈິດໃຈ ກໍ່ຄືການຂົ່ມຂູ່ຂົ່ມຂວັນວ່າຈະສົ່ງກັບບ້ານຈັບສົ່ງຕຳຫຼວດຫຼືງົດການເບີກຈ່າຍເງິນຄ່າແຮງງານ ຖ້າບໍ່ເຮັດວຽກເພີ່ມຫຼືເຮັດວຽກໄດ້ບໍ່ດີເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ມີຄວາມກັງວົນໃຈຢ້ານກົວ ແລະ ບໍ່ສາມາດປະຕິບັດວຽກໄດ້ເຕັມເມັດເຕັມໜ່ວຍ.

ການລ່ວງເກີນທາງເພດ ແມ່ນຜິດກົດໝາຍແລະທ່ານບໍ່ຄວນຍອມງ່າຍໆ ແລະ ຄວນຈະຕິດຕໍ່ຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງເພື່ອຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເມື່ອເກີດຂຶ້ນກັບທ່ານ. ຜູ້ທີ່ລ່ວງເກີນທາງເພດອາດແມ່ນນາຍຈ້າງ, ສະມາຊິກຄອບຄົວຂອງນາຍຈ້າງ, ຫຼືຫົວໜ້າໜ່ວຍງານເຊິ່ງມີວິທີການດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- o ການແຕະເນື້ອຕ້ອງໂຕສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍທ່ານ.
- o ການໃຊ້ຄຳເວົ້າແລະຍອກລໍ້ທີ່ບໍ່ເໝາະສົມກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ.
- o ການເລົ່າເລື່ອງເພດແລະຮູບພາບຕ່າງໆຂອງທ່ານຢ່າງບໍ່ເໝາະສົມ.
- o ເວົ້າກັບຜູ້ອື່ນກ່ຽວກັບສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍທ່ານແລະເລື່ອເພດກ່ຽວກັບທ່ານ.
- o ແຕ້ມຮູບພາບທີ່ກ່ຽວກັບຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ
- o ຂໍມີເພດສຳພັນໂດຍບໍ່ຍິນຍອມຫຼືລ່ວງລະເມີດທາງເພດຫຼືຂົ່ມຂືນທ່ານ (ການບັງຂັບໃຫ້ຮ່ວມເພດໂດຍບໍ່ຍິນຍອມໂດຍການນາບຄູ່ຫຼືໃຊ້ຄວາມຮຸນແຮງ).

ການລ່ວງລະເມີດທາງເພດ ແມ່ນຜົນຈາກການໃຊ້ຄຳເວົ້າການກະທຳຫຼືການຕົວະຍົວະໃຫ້ມີການມີສຳພັນທາງເພດໂດຍບໍ່ຍິນຍອມ.

ຄວນເຮັດແນວໃດເມື່ອຖືກການກົດຂີ່ຂົ່ມເຫັງ

ທ່ານມີສິດແຈ້ງເຫດໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ໆກ່ຽວຂ້ອງ.

1. **ຖ້າມີຂໍ້ຂັດແຍ່ງໃນການເຮັດວຽກ** (ຕົວຢ່າງຄ່າແຮງງານບໍ່ໄດ້ຕາມທີ່ຕົກລົງກັນຫຼືບໍ່ຈ່າຍຄ່າແຮງງານ) ຕ້ອງຈື່ໄວ້ວ່າຖ້າເຮົາໜີນາຍຈ້າງສາມາດຍົກເລີກວີຊາເຮົາໄດ້ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເຮົາເປັນຄົນເຖື່ອນຢູ່ໃນປະເທດໄທ. ທ່ານອາດລັກລອບເຮັດວຽກບ່ອນອື່ນແທນແຕ່ກໍ່ສ່ຽງຕໍ່ການສົ່ງກັບຄືນເມື່ອຖືກຈັບໄດ້. ທ່ານສາມາດແຈ້ງເຫດໃຫ້ກັບອົງການຊ່ວຍເຫລືອສາກົນ, ສະຖານທູດລາວສະຖານີຕຳຫຼວດ, ບໍລິສັດຈັດຫາງານ ຫຼື ກະຊວງແຮງງານກໍ່ໄດ້.

2. **ຖ້າເກີດກໍລະນີຜິດກົດໝາຍ** ຖ້າທ່ານຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດຫຼືຖືກທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍແລະທາງເພດທ່ານຄວນແຈ້ງໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ຕຳຫຼວດໃຫ້ໄວທີ່ສຸດຫຼືແຈ້ງໃຫ້ທາງອົງການຊ່ວຍເຫລືອສາກົນ, ສະ ຖານທູດລາວ, ບໍລິສັດຈັດຫາງານ ຫຼື ກະຊວງແຮງງານຂອງປະເທດໄທກໍ່ໄດ້. **ສິ່ງສຳຄັນແມ່ນການເກັບກຳຂໍ້ມູນຫຼັກຖານ**ດ້ວຍການຖ່າຍພາບກ່ຽວກັບບາດແຜອາການບາດເຈັບ. ຖ້າບໍ່ມີກ້ອງຖ່າຍຮູບກໍ່ໃຫ້ບັນທຶກລາຍລະອຽດເຫດການວັນເວລາສະຖານທີ່ແລະສິ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນ.

ການຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ

ມີຫຼາຍພາກສ່ວນທີ່ສາມາດໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອທ່ານໄດ້:

ຢ່າລືມບັນທຶກໝາຍເລກໂທລະສັບລຸ່ມນີ້ໄວ້ແລະເກັບໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ປອດໄພ ແລະ ອັດສຳເນົາໄວ້ກັບຄອບຄົວໝູ່ເພື່ອຍາດຕິພີ່ນ້ອງແລະພະຍາຍາມຈື່ໄວ້ສອງສາມເບີໂທ.

ເຄືອຄ່າຍສົ່ງເສີມສິດທິຜູ້ອອກແຮງງານ

ຫ້ອງການສະມຸດສາຄອນ
25/17-18 ບ້ານທະຫາໄຊເມືອງທອງ,
ຖະໜົນສະຫະກອນເຂດບາງຍາແປກ,
ອຳເພີເມືອງ, ຈັງຫວັດສະມຸດສາຄອນ 74000
ໂທ: 03-4434726/3-443-4727/086-163-1390/084-121-1609

ມູນລະນິທິຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ຕິດເຊື້ອເອດ

ຫ້ອງການບາງກອກ
133/235 ບ້ານເຮືອນຣຸດີ 3,
ຖະໜົນຫັດໄທຮັດ, ມິນບູຣີ,
ບາງກອກ 10510
ໂທ: 02-171-51-35 to 6
ແຟກ: 02-171-5124

ຫ້ອງການພາກພື້ນຕາເວັນອອກ

25/63 ຖະໜົນວຸດທິສັນໂສພົນ, ເຈີນເງີນ
ອຳເພີເມືອງຈັງຫວັດລະຍອງ 21000
ໂທ: 03-887-1236 to 7
ແຟກ: 03-861-8011

ຫ້ອງການລາຊບູລີ

182/3 ບ້ານໝູ່ 3, ເຂດດອນທ່າໂງ
ອຳເພີເມືອງຈັງຫວັດຣາຊບູລີ
ໂທ: 03-231-4667

ມູນລະນິທິຮັກໄທ

ເລກທີ185 ຮ່ອມພະດີພັດ 6, ຖະໜົນພະດີພັດ
ສາມເສນໃນ, ພະຍາໄທຍ໌,
ບາງກອກ 10400
ໂທ: 02-265-6888
ແຟກ: 02-271-4467
ອີເມລ: humanresource@raksthai.org
ເວັບໄຊ: www.raksthai.org

ຄະນະອະນຸກຳມະການກ່ຽວກັບຊົນເຜົ່າກຸ່ມນ້ອຍບຸກຄົນໄຮ້ສັນຊາດແຮງງານຕ່າງດ້າວແລະບຸກຄົນພັດຖິ່ນ (ນັກກົດໝາຍ)

7/89 ອາຄານແມນຊັນທີ 10, ຖະໜົນລາຊດຳເນີນກາງ,
ເຂດບໍ່ວອນນິເວດ, ອຳເພີພະນະຄອນ
ບາງກອກ 10200
ໂທ: 02-629-1430 ຕໍ່ 134-35/ໂທ: 02-282-9906
ແຟກ: 02-282-9906

ຖ້າທ່ານຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດຫຼືຖືກທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍທາງຄຳເວົ້າແລະທາງເພດທ່ານຄວນແຈ້ງໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ຕຳຫຼວດໂທ: 191

ຖ້າສຸກເສີນ
ໂທ: 1300 (ຕັ້ງໂຕະ/ມືຖື)

ກະຊວງພັດທະນາສັງຄົມແລະຄວາມໝັ້ນຄົງຂອງມະນຸດ
ເມື່ອຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອດ່ວນກ່ຽວກັບການຄ້າມະນຸດ
ໂທ: 1300

ບໍ່ວ່າກໍລະນີໃດກໍ່ຕາມສາມາດຕິດຕໍ່ສະຖານທູດລາວຢູ່ບາງກອກເພື່ອຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ.

ສະຖານທູດລາວປະຈຳປະເທດໄທ

ເລກທີ່ 520,502/1-3 ຮ່ອມຣາມຄຳແຫງ 39
ເຂດບາງກະປິ, ບາງກອກ 10310
ລາຊະອານາຈັກໄທ
ໂທ: (66-2) 5396667-8, 5397341
ແຟກ: (66-2) 5396678, 5393827
ເວັບໄຊ: www.laoembassybkk.com

ຖ້າມີບັນຫາກ່ຽວກັບບ່ອນເຮັດວຽກສາມາດຕິດຕໍ່ພະແນກແຮງງານຫຼືຊຽນຈິດໝາຍຮ້ອງທຸກໃຫ້ຜູ້ກວດກາແຮງງານໂດຍລະບຸເພດການແລະຄຳຂໍຮ້ອງໃນການແກ້ໄຂບັນຫາຂອງທ່ານ.

ກະຊວງແຮງງານ
ເພື່ອຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອກ່ຽວກັບໃບອະນຸຍາດແຮງງານການຂຶ້ນທະບຽນການລະເມີດສັນຍາແລະການຮ້ອງທຸກ

ໂທ: 1506 (ສາຍດ່ວນ, ມືຖື/ຕັ້ງໂຕະ)

2.6 ບົດທວນຄືນ

ທ່ານເຫັນດີຫຼືບໍ່ເຫັນດີກັບຄຳເວົ້າລຸ່ມນີ້:

1) ເວລາເຮັດວຽກຕ້ອງເກັບຮັກສາໃບອະນຸຍາດແຮງງານໄວ້ກັບຕົນເອງຕະຫຼອດເວລາ.

☐ ແມ່ນ ☐ ບໍ່ແມ່ນ

2) ຄວນມອບໜັງສືຜ່ານແດນໄວ້ກັບນາຍຈ້າງເພື່ອຮັກສາໄວ້ໃຫ້ປອດໄພ.

☐ ແມ່ນ ☐ ບໍ່ແມ່ນ

3) ເຮົາບໍ່ຄວນລົງລາຍເຊັນໃນສັນຍາຖ້າບໍ່ເຂົ້າໃຈແຈ້ງ.

☐ ແມ່ນ ☐ ບໍ່ແມ່ນ

4) ເຮົາສາມາດເຮັດວຽກບ່ອນໃໝ່ໄດ້.

☐ ແມ່ນ ☐ ບໍ່ແມ່ນ

5) ເຮົາຄວນໄປຫາໝໍໄດ້ໃນເວລາທີ່ຂ້ອຍເຈັບເປັນ.

☐ ແມ່ນ ☐ ບໍ່ແມ່ນ

6) ເຮົາມີສິດພັກຜ່ອນ 1 ມື້ຕໍ່ອາທິດ.

☐ ແມ່ນ ☐ ບໍ່ແມ່ນ

7) ເວລາໝົດສັນຍາບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງກັບບ້ານກໍ່ໄດ້.

☐ ແມ່ນ ☐ ບໍ່ແມ່ນ

ບົດທີ 3:
ຄໍາແນະນໍາໃນການເດີນທາງ

ບົດທີ 3: ຄຳແນະນຳໃນການເດີນທາງ

ພາກສະເໜີ:

ບົດນີ້ເວົ້າເຖິງ ຂັ້ນຕອນການເດີນທາງ ສຳລັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍໂດຍການແນະນຳໃຫ້ກະກຽມສິ່ງຂອງທີ່ຄວນຖືໄປນຳແລະການເດີນທາງດ້ວຍ ລົດ, ເຮືອບິນ ພ້ອມດ້ວຍເງິນ(ສະກຸນເງິນບາດ) ແລະ ການປະຕິບັດເມື່ອເວລາເຖິງທີ່ໝາຍ.

ຈຸດປະສົງ

- ເພື່ອກຽມພ້ອມໃນການເດີນທາງ

ໄລຍະເວລາ

ຫົວຂໍ້ຂອງບົດທີ 3:	ເວລາ
3.1. ການເກັບເຄື່ອງໃສ່ກະເປົາ	30 ນາທີ
3.2. ການເດີນທາງທາງລົດ	45ນາທີ
3.3. ການປະຕິບັດເວລາເຖິງທີ່ໝາຍ	20 ນາທີ
3.4. ການແລກປ່ຽນເງິນ	10 ນາທີ
ເວລາທັງໝົດ:	105 ນາທີ

3.1 ວິທີການເກັບມ້ຽນເຄື່ອງໃສ່ກະເປົາ ແລະ ການກະກຽມລາຍການຕ້ອງມີກ່ອນການເດີນທາງ

3.1.1 ການເກັບເຄື່ອງໃສ່ກະເປົາ

ຄໍາແນະນໍາກ່ຽວກັບການເກັບເຄື່ອງໃສ່ກະເປົາເດີນທາງ

- ໃຫ້ເອົາແຕ່ເຄື່ອງຂອງໃຊ້ທີ່ຈໍາເປັນໃສ່.
- ເວລາຊື້ປີ້ລົດໃຫ້ກວດກາເບິ່ງນໍ້າໜັກທີ່ກໍານົດໃຫ້ເພາະຖ້າເກີນກໍານົດອາດຈະຕ້ອງຈ່າຍຄ່ານໍ້າໜັກເພີ່ມເຊິ່ງແພງຫຼາຍ.
- ເອົາຮູບຖ່າຍຂອງຄອບຄົວຍາດສະນິດໝູ່ເພື່ອນຫຼືສະຖານທີ່ສໍາຄັນໄປນໍາເພື່ອໃຫ້ຜູ້ອື່ນເຫັນເວລາເວົ້າເຖິງບ້ານເມືອງແລະຊີວິດຂອງທ່ານໃນປະເທດລາວ.
- ເອົາປຶ້ມບັນທຶກທີ່ຢູ່ເບີໂທແລະລາຍລະອຽດການຕິດຕໍ່ກັບຄອບຄົວໄປນໍາ.
- ເອົາເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວແລະສິ່ງຂອງກ່ຽວກັບວັດທະນະທໍາຂອງທ່ານໄປນໍາ.
- ໃຫ້ໃສ່ເຄື່ອງໝາຍຕິດປ້າຍຊື່ຂອງທ່ານພ້ອມທີ່ຢູ່ເບີໂທທັງພາສາລາວແລະອັງກິດເພື່ອງ່າຍໃນການຕິດຕາມຊອກຫາ.
- ໃຫ້ຈື່ວ່າມີເຄື່ອງຫຍັງແດ່ໃນກະເປົາແລະບໍ່ຄວນຮັບເຄື່ອງຈາກຄົນທີ່ທ່ານບໍ່ຮູ້ຈັກຫຼືຖ້າມີເພື່ອນບ້ານຝາກເຄື່ອງກໍ່ບໍ່ຄວນຮັບເພາະອາດມີສິ່ງຜິດກົດໝາຍເຮັດໃຫ້ທ່ານຖືກປັບໃໝຫຼືຖືກຈັບ.

3.1.2 ລາຍການສິ່ງຂອງຈໍາເປັນຕ່າງໆກ່ອນການເດີນທາງ

ຕ້ອງກວດກາເອກະສານ, ສິ່ງຂອງເຄື່ອງໃຊ້ທີ່ຈໍາເປັນກ່ອນການເດີນທາງ

- ອັດສໍາເນົາເອກະສານທຸກຢ່າງລວມທັງໜັງສືຜ່ານແດນແລະມອບໃຫ້ຄອບຄົວຫຼືໝູ່ເກັບໄວ້ໃຫ້.
- ບອກຊື່ທີ່ຢູ່ເບີໂທຕິດຕໍ່ຂອງບໍລິສັດທີ່ທ່ານຈະໄປເຮັດວຽກນໍາໃຫ້ກັບຄອບຄົວຫຼືໝູ່ຮູ້.
- ຖືໜັງສືຜ່ານແດນ (ມີວີຊາຂ້າງໃນ) ໄປນໍາ.
- ຖືເອກະສານສັນຍາແຮງງານໄປນໍາ.
- ຖືເອກະສານລາຍຊື່ທີ່ຢູ່ເບີໂທຕິດຕໍ່ຂອງອົງການຊ່ວຍເຫຼືອຕ່າງໆເພື່ອຍາມຈໍາເປັນໄປນໍາ.
- ຖ້າມີພີ່ນ້ອງຢູ່ໄທກໍ່ໃຫ້ຕິດຕໍ່ສົ່ງຂ່າວກ່ອນລ່ວງໜ້າແລະຕິດຕໍ່ກັນເລື້ອຍໆເພື່ອເຂົາເຈົ້າຈະສາມາດຊ່ວຍທ່ານໄດ້ໃນເວລາຈໍາເປັນ.

3.2 ສິ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງຮູ້ເວລາເດີນທາງທາງລົດໂດຍສານ

3.2.1 ການເດີນທາງທາງລົດໂດຍສານ

- ກ່ອນຂຶ້ນລົດໂດຍສານໃຫ້ກວດກາຄືນວ່າທ່ານມີເອກະສານທຸກຢ່າງແລ້ວຫຼືຍັງ (ເຊັ່ນເອກະສານເດີນທາງ (ໜັງສືຜ່ານແດນ)ປີ້ລົດແລະກະເປົາເດີນທາງ).
- ຢູ່ທີ່ດ່ານກວດກາໃຫ້ລົງຈາກລົດເອົາກະເປົາເດີນທາງໄປນຳຂຽນແບບຟອມໃບແຈ້ງອອກເມືອງ ຖ້າທ່ານຂຽນບໍ່ໄດ້ກໍ່ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະບາງຄັ້ງອາດມີຄ່າບໍລິການ.
- ຍື່ນໜັງສືຜ່ານແດນພ້ອມກັບແບບຟອມແຈ້ງອອກເມືອງໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່.
- ກວດເບິ່ງວ່າມີກາປະທັບອະນຸຍາດອອກເມືອງພ້ອມລາຍເຊັນຢູ່ໃນໜັງສືຜ່ານແດນເພື່ອຢັ້ງຢືນໃຫ້ທ່ານອອກເມືອງໄດ້.
- ເວລາເດີນທາງຮອດຝັ່ງໄທໃຫ້ຂຽນແບບຟອມເຂົ້າເມືອງຖ້າທ່ານຂຽນບໍ່ໄດ້ກໍ່ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະບາງຄັ້ງອາດມີຄ່າບໍລິການ.
- ຍື່ນໜັງສືຜ່ານແດນພ້ອມກັບແບບຟອມແຈ້ງເຂົ້າເມືອງໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ກວດກາແລະກວດເບິ່ງວ່າມີກາປະທັບອະນຸຍາດເຂົ້າເມືອງພ້ອມລາຍເຊັນຢູ່ໃນໜັງສືເດີນທາງເພື່ອຢັ້ງຢືນໃຫ້ທ່ານເຂົ້າເມືອງໄດ້.
- ຫຼັງຈາກນັ້ນທາງບໍລິສັດຝັ່ງໄທອາດມາຮັບທ່ານຢູ່ດ່ານກວດກາຄົນເຂົ້າເມືອງເພື່ອນຳສົ່ງທ່ານໄປເຖິງບ່ອນເຮັດວຽກຂອງທ່ານ.

ໝາຍເຫດ: ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າມີຄົນມາຮັບທ່ານຢູ່ດ່ານກວດກາ ຫຼື ອາດມີຈຸດນັດໝາຍອື່ນໆແຕ່ໃນຮູບແບບໃດກໍ່ຕາມທ່ານຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າບໍລິສັດຈັດຫາງານຂອງທ່ານຈະສົ່ງທ່ານໃຫ້ເຖິງບ່ອນເຮັດວຽກ.

3.2.2 ຄວນເຮັດແນວໃດເວລາເດີນທາງດ້ວຍລົດໂດຍສານ?

ທ່ານຈະເດີນທາງໄປປະເທດໄທທາງລົດໂດຍສານຜ່ານດ່ານກວດຄົນເຂົ້າເມືອງນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນຫຼືຫ້ວຍຊາຍຫລືເມືອງອື່ນທີ່ມີດ່ານກວດກາເຂົ້າອອກເມືອງ. ເມື່ອຮອດດ່ານທ່ານຕ້ອງລົງລົດແລະເອົາກະເປົາເດີນທາງຖືໄປນຳຂຽນຟອມເຂົ້າ-ອອກເມືອງໃນແຕ່ລະຈຸດກວດກາເຊິ່ງທາງເຈົ້າໜ້າທີ່ດ່ານກວດກາຈະກວດກາໜັງສືຜ່ານແດນແລະເອກະສານອະນຸຍາດເຮັດວຽກກ່ອນອະນຸຍາດໃຫ້ທ່ານເດີນທາງ. ເມື່ອຜ່ານດ່ານກວດກາໄປແລ້ວອາດຈະມີຕົວແທນບໍລິສັດຈັດຫາງານຫຼືນາຍຈ້າງມາລໍຖ້າຮັບທ່ານ.

ການແຈ້ງກວດຄົນເຂົ້າເມືອງ:

1. ຍ່າງເປັນແຖວນຳກັນໄປຈົນກວ່າຈະຮອດປະຕູ/ຕູ້ແຈ້ງກວດ.
2. ເມື່ອຮອດປະຕູ/ຕູ້ກວດແລ້ວໃຫ້ຍື່ນໜັງສືຜ່ານແດນແລະແບບຟອມເຂົ້າ-ອອກເມືອງໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່.
3. ທ່ານອາດຈະຕ້ອງໄດ້ໄປແຈ້ງຢູ່ປະຕູສະເພາະຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຕ່າງຫາກ.
4. ເຈົ້າໜ້າທີ່ດ່ານກວດກາອາດຈະກວດເບິ່ງກະເປົາເດີນທາງເຊິ່ງບໍ່ຕ້ອງກັງວົນ. ເພິ່ນກວດກາວ່າມີສິ່ງຜິດກົດໝາຍຫຼືບໍ່. ທ່ານພຽງແຕ່ເປີດໃຫ້ເບິ່ງວ່າທ່ານບໍ່ມີສິ່ງຜິດກົດໝາຍ,ເຊັ່ນ:ວັດຖຸລະເບີດຫຼືຢາເສບຕິດ.

3.2.3. ແບບຟອມແຈ້ງເຂົ້າ-ອອກເມືອງ

ໂດຍທົ່ວໄປແບບຟອມຈະມີສິ່ງທີ່ ຕ້ອງຂຽນໃສ່ດັ່ງນີ້:

- ຊື່ແລະນາມສະກຸນ
- ສັນຊາດ
- ເລກລະຫັດໜັງສືຜ່ານແດນ (ປັດສະປໍ)
- ເລກທີ່ຖ້ຽວບິນ / ລົດໂດຍສານ
- ຈຸດປະສົງຂອງການເດີນທາງ:ທ່ອງທ່ຽວ, ຮຽນ, ຢ້ຽມຢາມ, ທຸລະກິດຫຼືການທູດ
- ໄລຍະເວລາອາໃສ
- ຈຸດໝາຍປາຍທາງທີ່ໄປ
- ທີ່ຢູ່ບ່ອນທີ່ຈະໄປພັກຫລືໄປເຮັດວຽກ
- ລາຍລະອຽດເຄື່ອງນຳເຂົ້າປະເທດທີ່ອາດຕ້ອງແຈ້ງໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ພາສີຮັບຊາບ

ທ່ານຕ້ອງເຊັນລົງວັນທີແລະຢືນຢັນຂໍ້ມູນຄວາມເປັນຈິງທີ່ໄດ້ຂຽນໃນແບບຟອມ.

3.3 ເວລາຮອດດ່ານກວດຄົນເຂົ້າເມືອງ ຂອງປະເທດປາຍທາງ (ດ່ານໄທ)

ການແຈ້ງພາສີ

- ທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ກວດກາທ່ານ.
- ເຈົ້າໜ້າທີ່ພາສີຈະກວດກາກະເປົາເດີນທາງທຸກໜ່ວຍແລະບາງຄັ້ງກໍ່ກວດໂຕຂອງທ່ານເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າບໍ່ມີສິ່ງຜິດກົດໝາຍ.
- ກົດລະບຽບມີຄວາມເຂັ້ມງວດໂດຍບໍ່ກ່ຽວກັບຮູບແບບການເດີນທາງ.

ຫຼັງຈາກຜ່ານດ່ານກວດຄົນເຂົ້າເມືອງ

ພະນັກງານຂອງບໍລິສັດຈັດຫາງານຈະມາລໍຖ້າທ່ານທີ່ຈຸດລໍຖ້າຄົນເຂົ້າເມືອງແລະພາໄປບໍລິສັດເຊິ່ງອາດຈະພັກຢູ່ກ່ອນ 3 ຫາ 10 ວັນເພື່ອຝຶກງານເພີ່ມກ່ອນເລີ່ມວຽກແລະທ່ານຄວນແຈ້ງຂ່າວໃຫ້ຄອບຄົວຮູ້ວ່າທ່ານມາຮອດມາເຖິງຢ່າງປອດໄພແລະບອກຊື່ແລະທີ່ຢູ່ບ່ອນທີ່ທ່ານອາໄສຢູ່ໃຫ້ເຂົາເຈົ້າຮູ້.

3.4 ການແລກປ່ຽນເງິນ

ທ່ານຕ້ອງໄດ້ແລກປ່ຽນເອົາເງິນບາດເພາະເງິນກີບບໍ່ສາມາດນຳໃຊ້ນອກປະເທດໄດ້. ຖ້າຍັງມີເງິນກີບກໍ່ສາມາດແລກຢູ່ກັບດ່ານໄດ້.

ການແລກປ່ຽນເງິນຕາ, ນອກຈາກບ່ອນທີ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດແລ້ວຫ້າມແລກປ່ຽນບ່ອນອື່ນມັນແມ່ນການກະທຳຜິດກົດໝາຍໃນປະເທດໄທ. ຖ້າຢາກປ່ຽນຕ້ອງປ່ຽນທີ່ຈຸດບໍລິການທີ່ໄດຮັບອະນຸຍາດເທົ່ານັ້ນ.

ບົດທີ 4: ການປັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າກັບ ວຽກງານແລະການດຳລົງຊີວິດ (ໃນປະເທດໄທ)

ບົດທີ 4: ການປັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າກັບວຽກແລະການດຳລົງຊີວິດ (ໃນປະເທດໄທ)

ພາກສະເໜີ:

ບົດນີ້ຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບ ສະພາບແວດລ້ອມໃໝ່, ວຽກໃໝ່ ແລະ ຊີວິດການເປັນຢູ່ໃໝ່ໃນຕ່າງແດນໂດຍກະກຽມໃຫ້ເຂົາເຈົ້າມີຄວາມພ້ອມຮັບມືກັບຄວາມເຫງົາ ແລະ ບັນຫາອື່ນໆທີ່ອາດເກີດຂຶ້ນແລະແກ້ໄຂໄດ້.

ຈຸດປະສົງ

- ເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈວິທີແກ້ໄຂບັນຫາທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບວຽກງານ.
- ເພື່ອຮູ້ຈັກວິທີແກ້ໄຂອາການຄິດຮອດບ້ານ ແລະ ສະເໜີວິທີການຕິດຕໍ່ພົວພັນທາງບ້ານ.
- ເພື່ອໃຫ້ມີຄວາມສາມາດສື່ສານຢ່າງມີປະສິດທິພາບກັບນາຍຈ້າງ.
- ເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈຄວາມສຳຄັນຂອງການເບິ່ງແຍງສຸຂະພາບ ແລະ ປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດສ.

ໄລຍະເວລາ

ຫົວຂໍ້ຂອງບົດທີ 4:	ເວລາ
4.1.ກິດຈະກຳ: ເກມຕໍ່ພາບ	20 ນາທີ
4.2. ການປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບວຽກງານ ແລະ ການດຳລົງຊີວິດແບບໃຫມ່	45ນາທີ
4.3 ການສື່ສານຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ	30 ນາທີ
4.4 ສຸຂະພາບ ແລະ ສຸຂະອານາໄມ	45 ນາທີ
4.5 ໄວຣັດເອສໄອວີ ແລະ ໂລກເອດສ	90 ນາທີ
ເວລາທັງໝົດ:	225 ນາທີ

4.2 ການປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບວຽກງານແລະສະພາບການດຳເນີນຊີວິດໃໝ່

4.2.1 ການປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບວຽກແລະຊີວິດໃໝ່(ໃນປະເທດໄທ)

ນອກຈາກບັນຫາການເງິນແລ້ວ ຍັງມີບັນຫາຄວາມກັງວົນຄິດຮອດເປັນຫ່ວງຄອບຄົວ ແລະ ການປັບໂຕໃຫ້ເຂົ້າກັບການເຮັດວຽກໃຫ້ເຂົ້າກັບນາຍຈ້າງ ແລະ ເພື່ອນຮ່ວມງານ. ຂໍ້ແນະນຳລຸ່ມນີ້ແມ່ນເພື່ອໃຫ້ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍສາມາດແກ້ໄຂບັນຫາບາງຢ່າງ:

- ຮັບຮູ້ແລະເຂົ້າໃຈສະເໝີວ່າທ່ານຕ້ອງຈາກບ້ານໄປເປັນເວລາດົນນານ.
- ຈັດວາງເວລານັດໝາຍໂທລະສັບຕິດຕໍ່ກັບຄອບຄົວໃຫ້ເປັນປົກກະຕິ.
- ບໍ່ຕ້ອງຄິດກັງວົນກັບວຽກນາຍຈ້າງບ່ອນເຮັດວຽກຫຼືເພື່ອນຮ່ວມງານ.
- ສ້າງສາຍສຳພັນທີ່ດີກັບຫົວໜ້າແລະເພື່ອນຮ່ວມງານ
- ຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຄົນອື່ນໆເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອກັນ.
- ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳກັບສະຖານທູດລາວຫຼືກິດຈະກຳທ້ອງຖິ່ນອື່ນໆເພື່ອພົບໝູ່ໃໝ່ແລະຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຄົນອື່ນໆທີ່ມາຈາກລາວ.
- ສ້າງລະຫັດລັບເພື່ອສື່ສານບັນຫາຂອງທ່ານກັບຄອບຄົວຫຼືໝູ່ໂດຍບໍ່ໃຫ້ນາຍຈ້າງຮູ້.
- ຊອກຫາວິທີຜ່ອນຄາຍຄວາມເຄັ່ງຕຶງ.
- ສິ່ງທີ່ຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກໃຫ້ຄອບຄົວຮູ້ຈື່ຈຳສະຖານທີ່ແລະຊອກຫາທາງລົບໜີຖ້າຈຳເປັນ.

4.2.2 ຂໍ້ແນະນຳໃນການແກ້ໄຂການຄິດຮອດບ້ານ

- ຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບຄອບຄົວເປັນປະຈຳ
- ຖືເອົາສິ່ງທີ່ເປັນທີ່ລະນຶກກ່ຽວກັບບ້ານເຮົາໄປນຳ - ອາດຈະເປັນຮູບຄອບຄົວກໍ່ໄດ້.
- ສ້າງສາຍສຳພັນມິດຕະພາບທີ່ດີກັບເພື່ອນຮ່ວມງານແລະນາຍຈ້າງ
- ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຂອງສະຖານທູດຫຼືກິດຈະກຳທ້ອງຖິ່ນຕ່າງໆ.

4.3 ການສື່ສານຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ

ໃນເວລາພັກອາໄສແລະເຮັດວຽກໃນປະເທດໄທສິ່ງສຳຄັນແມ່ນຕ້ອງມີສາຍສຳພັນທີ່ດີກັບນາຍຈ້າງ, ຫົວໜ້າງານ, ເພື່ອນຮ່ວມງານ ແລະ ເພື່ອນບ້ານເຊິ່ງເປັນການກະທຳທີ່ບໍ່ເສຍລ້າເຊິ່ງສາມາດໄດ້ເພື່ອນໃໝ່ ແລະ ສາມາດຊ່ວຍເຫຼືອເຊິ່ງກັນແລະກັນໄດ້ໃນຄາວຈຳເປັນ. ຂໍ້ແນະນຳດັ່ງລຸ່ມນີ້:

4.3.1 ສ້າງສາຍສຳພັນທີ່ດີກັບນາຍຈ້າງຫຼືຫົວໜ້າງານ

- ໃຫ້ຄວາມເຄົາລົບນັບຖືເພາະເຂົາເຈົ້າຮູ້ວຽກແລະໜ້າທີ່ໆທ່ານຕ້ອງເຮັດແລະຕ້ອງໃຫ້ຄວາມເຄົາລົບທັງໃນວຽກງານແລະສ່ວນຕົວເພື່ອໃຫ້ສາມາດເຮັດວຽກໄດ້ສະດວກ.
- ຖ້າທ່ານບໍ່ເຂົ້າໃຈທ່ານຕ້ອງເຂົ້າຫາແລະຖາມໃຫ້ຮູ້ໄວທີ່ສຸດເພາະຖ້າທ່ານສາມາດຈັດຕັ້ງປະຕິບັດວຽກໄດ້ເອງແລ້ວກໍ່ຈະເກີດຄວາມໄວ້ວາງໃຈໃຫ້ທ່ານເຮັດວຽກ.
- ປະຕິບັດຕາມລະບຽບແລະຂັ້ນຕອນການເຮັດວຽກຫຼືເຮັດໃນພາລະໜ້າທີ່ຂອງຕົນເອງຮັບປະກັນການເຮັດວຽກຕາມລະບຽບຈັດຕັ້ງປະຕິບັດແຕ່ຖ້າເຫັນວ່າມີວິທີເຮັດວຽກທີ່ດີກວ່າກໍ່ຄວນຈະບອກໃຫ້ນາຍຈ້າງຫຼືຫົວໜ້າງານຮູ້ແຕ່ກໍ່ຂຶ້ນກັບການຕັດສິນໃຈຂອງເຂົາເຈົ້າ.
- ປະຕິບັດຕໍ່ນາຍຈ້າງ, ຄອບຄົວເຂົາເຈົ້າແລະຫົວໜ້າງານຢ່າງສຸພາບຮຽບຮ້ອຍເວົ້າຈາສຸພາບຖ້າເຂົາເຫັນວ່າເຮັດວຽກບໍ່ໄດ້ດີກໍ່ຄວນຖາມຂໍຄຳແນະນຳແລະສະເໜີບັນຫາຢ່າງສຸພາບກົງໄປກົງມາ.

4.3.2 ສ້າງສາຍສຳພັນທີ່ດີກັບເພື່ອນຮ່ວມງານ

- ພະຍາຍາມເປັນມິດແລະເປີດໃຈໃຫ້ກວ້າງແລະຮຽນຮູ້ຈາກເພື່ອນແລະຖາມຊື່ບ້ານເກີດເມືອງນອນຄວາມເປັນມາແລະອື່ນໆເພື່ອສ້າງສາຍສຳພັນ.
- ຖ້າເຂົາເຈົ້າອາຍຸຫລາຍກວ່າເຮົາກໍ່ໃຫ້ເອີ້ນ “ພີ່” ກ່ອນຊື່. ເຊັ່ນຖ້າຊື່ວ່າ “ນ້ອຍ” ກໍ່ໃຫ້ເອີ້ນວ່າ “ພີ່ນ້ອຍ”.
- ຢ່າວິຈານຫຼືເວົ້າລັບຫຼັງເພື່ອນຮ່ວມງານເພາະອາດເຮັດໃຫ້ມີບັນຫາໂດຍບໍ່ຈຳເປັນ.
- ຖ່ອມໂຕແລະບໍ່ຕ້ອງອວດອ້າງຫຼືຂົ່ມຂວັນຜູ້ອື່ນວ່າຕົນເອງດີກວ່າ.

4.3.3 ບົດບາດສົມມຸດຂອງການສື່ສານທີ່ດີ [1]:

[1] ຂັດຈາກຄູ່ມື ວຽກທີ່ດີຂຶ້ນ ຂອງອົງການແຮງງານສາກົນ, ປະເທດກຳປູເຈຍ

4.4 ສຸຂະພາບ ແລະ ສຸຂະອານາໄມ

ຈຸດປະສົງຂອງບົດນີ້ແມ່ນເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເຂົ້າໃຈແລະຮູ້ຮັກສາສຸຂະອານາໄມເພື່ອປ້ອງກັນພະຍາດຂອງຕົນແລະມີທັດສະນະທີ່ຖືກຕ້ອງໃນການຮັກສາຄວາມສະອາດ.

4.4.1 ຄວາມສຳຄັນຂອງການຮັກສາອານາໄມສ່ວນຕົວ

ການເບິ່ງແຍງຕົວເອງແລະຮັກສາອານາໄມມີຄວາມສຳຄັນຕໍ່ການປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເຈັບເປັນແລະຕິດແປດໃສ່ຄົນອື່ນເຊິ່ງມີຄຳແນະນຳດັ່ງລຸ່ມນີ້:

1. ຖູແຂ້ວມື້ລະ 2 ຄັ້ງເຮັດໃຫ້ບໍ່ມີເຊື້ອພະຍາດບໍ່ມີກິ່ນປາກ ແລະ ຕ້ອງປ່ຽນແປງຖູແຂ້ວປະຈຳ.

2. ອາບນ້ຳຮຸກສະບູເພື່ອລ້າງສິ່ງເປິເປື້ອນເຫື່ອແລະເຊື້ອພະຍາດ,ກິ່ນກາຍ ແລະ ສະຜົມເປັນປະຈຳ.

3. ອາດໃຊ້ຢາລະງັບກິ່ນກາຍກໍ່ໄດ້.

4. ໃສ່ເສື້ອຜ້າສະອາດຊັກປະຈຳແລະປ່ຽນຖ່າຍຖົງຕີນແລະເຄື່ອງຊັ້ນໃນທຸກມື້.

5. ລ້າງມືຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳແລະກ່ອນກິນອາຫານໂດຍໃຊ້ສະບູ ແລະ ເຊັດ ໃຫ້ແຫ້ງດີ.

6. ອານາໄມເລັບມືເລັບຕີນແລະຕັດໃຫ້ສັ້ນງາມຕາ.

7. ໃຊ້ເຈ້ຍອານາໄມເວລາສັ່ງຂີ້ມູກໄອຫຼືຈາມເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເຊື້ອພະຍາດຖືກມື.

8. ຮັກສາຜົມໃຫ້ສະອາດຕັດໃຫ້ເປັນລະບຽບແລະໃສ່ໝວກຕາໜ່າງຖ້າເປັນກິດລະບຽບ.

4.4.2 ສຸຂະອານາໄມສ່ວນຕົວ ແລະ ຄວາມສະອາດຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ, ເຮືອນ ແລະ ສະຖານທີ່ສ່ວນລວມຕ່າງໆ

ສຸຂະອານາໄມສ່ວນຕົວກໍ່ຄືສະຖານທີ່ເຮັດວຽກເປັນສິ່ງສຳຄັນ ແລະ ທ່ານກໍ່ອາດຈະພັກລວມກັບຜູ້ອອກແຮງງານອື່ນໆຕ້ອງໃຫ້ກຽດເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນຮັກສາອານາໄມໃຫ້ສະອາດງາມຕາ.

1. ທຳຄວາມສະອາດແລະເກັບຂີ້ເຫຍື່ອຂອງທ່ານ. ອານາໄມຫ້ອງນອນຫຼືບ່ອນນອນຂອງທ່ານເປັນປະຈຳລວມທັງຫ້ອງຄົວແລະຫ້ອງນ້ຳ.

2. ບໍ່ຖິ້ມຂີ້ເຫຍື່ອຊະຊາຍ ແລະ ຖິ້ມໃສ່ບ່ອນທີ່ຈັດສັນໄວ້ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມີແມງວັນຫຼືແມງໄມ້ອື່ນໆທີ່ສາມາດນຳເຊື້ອພະຍາດສູ່ຄົນ.

3. ຮັກສາພື້ນແລະທາງເຂົ້າໃຫ້ສະອາດ.

4. ຖ້າເຮັດນ້ຳເຮ່ຍກໍ່ຕ້ອງອານາໄມໃຫ້ດີໆເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຜູ້ອື່ນມື່ນລົ້ມ. ຮັກສາຄວາມສະອາດເຮືອນຄົວ ຫ້ອງນ້ຳເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມີພະຍາດໂດຍໃຊ້ນ້ຳຢາຄັກແນ່.

5. ຖ້າໃສ່ເຄື່ອງນຸ່ງປ້ອງກັນ ໃນເວລາເຮັດວຽກກໍ່ຄວນອານາໄມເຄື່ອງດັ່ງ

ກ່າວເປັນປະຈຳ ແລະ ຕ້ອງແຍກຊັກຕ່າງຫາກເພື່ອບໍ່ໃຫ້ສານເຄມີຕິດມານຳເຄື່ອງໂຕອື່ນ ຕົກໃສ່.

6. ຫ້າມຖ່າຍເບົາຫລືຖິ່ມນ້ຳລາຍຢູ່ສະຖານທີ່ສາທາລະນະເພາະເປັນທີ່ລັງກຽດຂອງສັງຄົມ.

7. ຮັກສາອາຫານໄວ້ໃນຕູ້ເຢັນເພື່ອບໍ່ໃຫ້ບູດເນົ່າໄວ.

8. ລ້າງຖ້ວຍຈານດ້ວຍນ້ຳຢາແລະໃຊ້ນ້ຳຮ້ອນເພື່ອປ້ອງກັນພະຍາດ.

9. ອານາໄມນ້ຳທີ່ເຮ່ຍໃສ່ພື້ນຫຼືໃນຕູ້ເຢັນ.

4.4.3 ການຮັກສາສຸຂະພາບເວລາເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ

ເວລາຢູ່ໄກບ້ານໄດ້ຮັບປະສົບການໃໝ່ໆໃຫ້ກັບຕົນເອງນອກຈາກຈະເຮັດວຽກແລ້ວກໍ່ຕ້ອງຮັກສາສຸກຂະພາບແລະຫຼີກລ້ຽງຄວາມສ່ຽງຕ່າງໆທີ່ບໍ່ຈຳເປັນ.

ປັດໃຈຕ່າງໆເຊັ່ນຄວາມຄິດຮອດຄິດເຖິງບ້ານການມີເພື່ອນໃໝ່ມີອິດສະຫຼະຫຼາຍຂຶ້ນເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ມີໂອກາດກິນດື່ມສິ່ງເສບຕິດໄດ້ງ່າຍ, ເຊິ່ງອາດເຮັດໃຫ້ຕິດຄຸກ, ຖືກເນລະເທດ, ເຈັບປ່ວຍຫຼືອາດເຖິງຂັ້ນເສຍຊີວິດແລະຍັງເຮັດໃຫ້ຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສາມາດໃນການເຮັດວຽກການຕັດສິນໃຈເຊິ່ງມີຄວາມສ່ຽງຫຼາຍໂດຍສະເພາະເວລາຍ່າງຂ້າມຖະໜົນແລະໄປສະຖານທີ່ທີ່ບໍ່ປອດໄພດັ່ງນັ້ນຈິ່ງຕ້ອງກິນດື່ມຢ່າງມີສະຕິຫຼືຖ້າບໍ່ດື່ມເລີຍສິ່ງມຶນເມົາຍິ່ງເປັນການດີ.

4.4.4 ການເຂົ້າເຖິງການບໍລິການສຸຂະພາບ

ທ່ານສາມາດພົບແພດໝໍເວລາເຈັບເປັນ

ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ປິ່ນປົວຊື້ຢາຫຼືສັກຢາເອງໂດຍທີ່ບໍ່ມີໃບສັ່ງຢາຈາກແພດໝໍ.

4.5 ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (ພຕພ)

4.5.1 ເຊື້ອເອສໄອວີ HIV ແມ່ນຫຍັງ ແລະ ຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ແນວໃດ

ເອສໄອວີ ຫຼື HIV ຫຍໍ້ມາຈາກ (Human Immunodeficiency Virus) ເຊິ່ງເປັນພະຍາດທີ່ເຮັດໃຫ້ພູມຕ້ານ ທານຂອງຄົນຕໍ່າລົງ. ເມື່ອພູມຕ້ານທານຕໍ່າລົງແລ້ວພະຍາດຕ່າງໆກໍ່ສາມາດເຂົ້າໄປໃນຮ່າງກາຍໄດ້ຢ່າງງ່າຍ ດາຍຍ້ອນລະບົບປ້ອງກັນຂອງຮ່າງກາຍບໍ່ສາມາດຕໍ່ຕ້ານພະຍາດດັ່ງກ່າວໄດ້. ຫຼັງຈາກນັ້ນກໍ່ກາຍມາເປັນ**ໂລກເອສ ຫຼື AIDS** ຫຼາຍເຖິງ (Acquired Immune Deficiency Syndrome). AIDS ທຳລາຍແຊນພູມຕ້ານທານ ແລະ ເເຮັດໃຫ້ຄວາມສາມາດຕ້ານພະຍາດຕໍ່າລົງ.

ເອສໄອວີບວກ ໝາຍເຖິງມີເອສໄອວີໃນຮ່າງກາຍແລ້ວບໍ່ສາມາດຮັກສາໄດ້ແຕ່ກໍ່ມີຢາທີ່ສາມາດບັນເທົາການພັດທະນາຂອງພະຍາດໄດ້ເຮັດໃຫ້ສາມາດມີຊີວິດຢູ່ຕໍ່ໄດ້ດົນ.

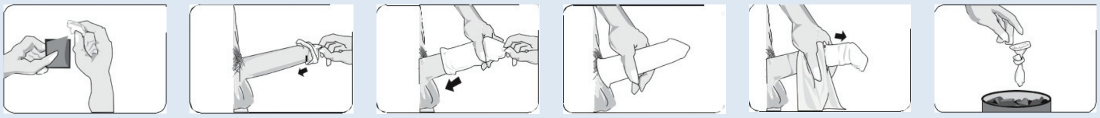
ເອສໄອວີລົບ ໝາຍຄວາມວ່າບໍ່ມີເຊື້ອແຕ່ກໍ່ບໍ່ໝາຍຄວາມວ່າຈະບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອ. ສະນັ້ນທ່ານຄວນປ້ອງກັນຕົນເອງ.

ເຊື້ອພະຍາດເອສໄອວີ ອາໃສຢູ່ໃນຮ່າງກາຍມະນຸດເທົ່ານັ້ນແລະການຕິດເຊື້ອດັ່ງກ່າວໝາຍຄວາມວ່າຕ້ອງມີທາດແຫຼວໃດໜຶ່ງເຂົ້າໄປໃນເສັ້ນເລືອດດັ່ງຕົວຢ່າງລຸ່ມນີ້:

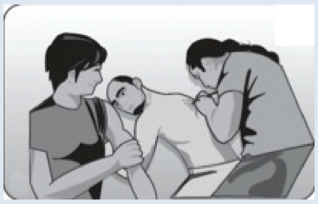
- ການມີເພດສຳພັນທາງຊ່ອງຄອດ;
- ການມີເພດສຳພັນທາງຮູທະວານ;
- ການໃຊ້ປາກອົມອະໄວຍາວະເພດ (ສ່ຽງໜ້ອຍກວ່າ);
- ການໃຊ້ ເຂັມສັກຢາ ຮ່ວມກັບຄົນອື່ນ(ເຊັ່ນການສັກຢາແລະການສັກລາຍ);
- ການປ່ຽນຖ່າຍເລືອດທີ່ມີເຊື້ອເອສໄອວີ;
- ອຸບັດຕິເຫດທີ່ມີເລືອດອອກເຖິງຈະມີຄວາມສ່ຽງໜ້ອຍກໍ່ຕາມກໍ່ຕ້ອງມີວິທີປ້ອງກັນເຊັ່ນໃສ່ຖົງມືແລະປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ມີເລືອດຖືກບາດແຜຢູ່ຮ່າງກາຍ;
- ສາມາດຕິດຕໍ່ຈາກແມ່ສູ່ລູກໃນເວລາຖືພາຫຼືເວລາໃຫ້ນົມລູກ.

4.5.2 ທ່ານຈະປົກປ້ອງຕົນເອງຈາກເຊື້ອ HIVແນວໃດ?

- ບໍ່ສາມາດເບິ່ງໄດ້ດ້ວຍຕາເປົ່າວ່າໃຜຕິດເຊື້ອເອສໄອວີສະນັ້ນຕ້ອງລະວັງ;
- ໃນເວລາມີເພດສຳພັນຄວນໃສ່ຖົງຢາງອານາໄມ;



- ໃຊ້ເຂັມສັກຢາຫຼືເຂັມສັກລາຍໃໝ່ເພາະການອານາໄມທຳມະດາບໍ່ສາມາດຂ້າເຊື້ອພະຍາດໄດ້.



- ມີເພດສຳພັນກັບຄູ່ສົມລົດຜູ້ດຽວທີ່ບໍ່ມີເຊື້ອເອສໄອວີ.

- ແມ່ມານທີ່ມີເຊື້ອເອສໄອວີຄວນປຶກສາແພດເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເດັກຕິດເຊື້ອ.

ຮຽນຮູ້ວິທີລົມກັນເລື່ອງການໃຊ້ຖົງຢາງອານາໄມກັບຜົວ/ເມຍແລະຄູ່ນອນອື່ນ. ການເຈລະຈາເລື່ອງການນຳໃຊ້ຖົງຢາງອານາໄມເປັນເລື່ອງຂອງທັກສະທີ່ມີສອງຝ່າຍ: ຝ່າຍທີ່ບໍ່ຢາກໃສ່ (ໂດຍສະເພາະຜູ້ຊາຍ) ແລະອີກຝ່າຍໜຶ່ງທີ່ຕ້ອງການຢາກໃຫ້ໃຊ້. ການປະຕິເສດບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອານາໄມອາດຍ້ອນວ່າບໍ່ມີຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບພະຍາດ ແລະ ການຖືພາແລະການໃຊ້ຖົງຢາງອານາໄມໝາຍເຖິງການເອົາໃຈໃສ່ສຸຂະພາບ. ທຸກຄົນມີສິດປົກປ້ອງຕົນເອງດັ່ງນັ້ນຜູ້ທີ່ຕ້ອງການໃຫ້ໃສ່ຖົງຢາງມີສິດທີ່ຈະຮຽກຮ້ອງ. ມັນເປັນທັກສະເອົາຊີວິດຫລອດຢ່າງໜຶ່ງເພື່ອປ້ອງກັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ.

ການສົນທະນາເລື່ອງຄວາມສັດຊື່ຕໍ່ກັນກໍ່ດີແຕ່ຕ້ອງເຂົ້າໃຈວ່າສາມາດປ້ອງກັນໄດ້ຖ້າທັງສອງຝ່າຍສັດຊື່ຕໍ່ກັນ.

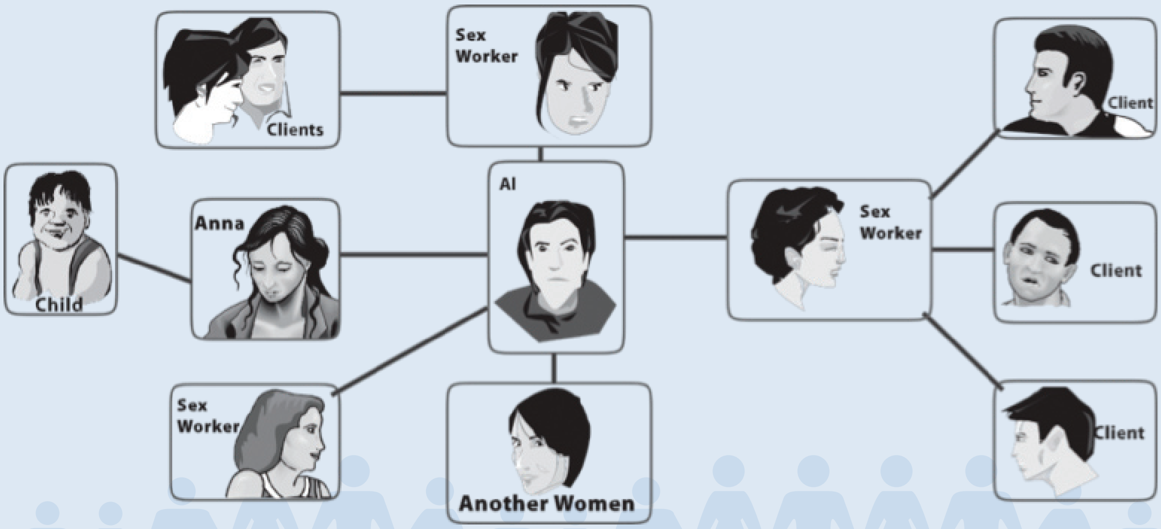
ການປ້ອງກັນການຕິດຕໍ່ຈາກແມ່ສູ່ລູກ:

- ການຕິດຕໍ່ຈາກແມ່ສູ່ລູກສາມາດປ້ອງກັນໄດ້ໂດຍການໃຊ້ຢາເອອາວີ (antiretroviral treatment—ARVs) ກັບແມ່ມານກ່ອນເກີດລູກ. ແຕ່ກໍ່ຕ້ອງປຶກສາວ່າຕ້ອງໃຊ້ຢາປະລິມານເທົ່າໃດ ແລະ ເວລາໃດ.
- ການຜ່າຕັດກໍ່ເຮັດໃຫ້ຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດພະຍາດດັ່ງກ່າວຈາກແມ່ສູ່ລູກຫຼຸດລົງ.

ປັດໃຈສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເອສໄອວີ:

- ຜູ້ທີ່ມີພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຢູ່ກ່ອນແລ້ວມີຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອ.
- ຜູ້ຍິງມີຄວາມສ່ຽງເຖິງສອງເທົ່າ, ຍ້ອນວ່າມີຮ່າງກາຍອ່ອນແອກວ່າຜູ້ຊາຍ ແລະ ມີໂອກາດທາງສັງຄົມໜ້ອຍກວ່າຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ມີຄວາມສ່ຽງຫຼາຍຍ້ອນວ່າ:
  - o ວັດທະນະທຳ-ສັງຄົມເຮັດໃຫ້ແມ່ຍິງບໍ່ກ້າເວົ້າເລື່ອງເພດຢ່າງເປີດເຜີຍແລະບໍ່ອາດກ້າຕໍ່ລອງການໃຊ້ຖົງຢາງອານາໄມກັບຄູ່ນອນ;
  - o ແມ່ຍິງມີຮ່າງກາຍທີ່ອ່ອນແອກວ່າເພາະເນື້ອເຍື່ອຂອງອະໄວຍາວະເພດຂອງແມ່ຍິງຈີກຂາດງ່າຍ ແລະ ເກັບຄວາມຊຸ່ມໄດ້ດີລວມເຖິງນ້ຳອະສຸຈິທີ່ມີເຊື້ອເອສໄອວີຫຼາຍກວ່າບ່ອນອື່ນໆແລະຢູ່ໃນຊ່ອງຄອດໄດ້ດົນ.

4.5.3 ໃຜມີຄວາມສ່ຽງຕິດເຊື້ອເອສໄອວີແລະໂລກເອສ?



ບົດທີ 5: ເງິນແລະຄວາມຮູ້ພື້ນຖານ ການບໍລິຫານການເງິນ

ບົດທີ 5: ເງິນ ແລະ ຄວາມຮູ້ພື້ນຖານການບໍລິຫານການເງິນ

ພາກສະເໜີ:

ບົດນີ້ຊ່ວຍຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ ຮູ້ວິທີສົ່ງເງິນກັບບ້ານໃຫ້ຄອບຄົວແລະວິທີການບໍລິຫານລາຍຮັບຂອງເຂົາເຈົ້າ. ສຳມະນາກອນຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບຄວາມແຕກຕ່າງຂອງຄວາມຕ້ອງການແລະຄວາມຈຳເປັນ.

ຈຸດປະສົງ

- ຮູ້ວິທີການສົ່ງເງິນກັບບ້ານ.
- ຮູ້ບໍລິຫານເງິນເດືອນ".
- ສາມາດສ້າງແຜນງົບປະມານໄດ້.

ໄລຍະເວລາ

ຫົວຂໍ້ຂອງບົດທີ 5	ເວລາ
5.1 ສະຫລາດໃຊ້ ສະຫຼາດຈ່າຍ: "ຄວາມຈຳເປັນ"ແລະ "ຄວາມຕ້ອງການ"	25 ນາທີ
5.2 ຈະບໍລິຫານເງິນເດືອນແນວໃດ	50 ນາທີ
5.3 ຈະສົ່ງເງິນກັບບ້ານແນວໃດ	50 ນາທີ
5.4 ມາເຮັດແຜນງົບປະມານນຳກັນ	75 ນາທີ
ເວລາທັງໝົດ:	260 ນາທີ

5.1 ສະຫຼາດໃຊ້ສະຫຼາດຈ່າຍ: "ຄວາມຈຳເປັນ" ແລະ "ຄວາມຕ້ອງການ"

a. ຄວາມຕ້ອງການ ແລະ ຄວາມຈຳເປັນຕ່າງກັນແນວໃດ?

b. ມີລາຍຈ່າຍກ່ຽວກັບຫຍັງແດ່ທີ່ສາມາດຫຼຸດຜ່ອນໄດ້?

c. ຄວນເຮັດແນວໃດກັບເງິນທີ່ເຫຼືອຈາກການຫຼຸດຜ່ອນຄວາມຕ້ອງການລົງ?

5.2 ການບໍລິຫານເງິນເດືອນ

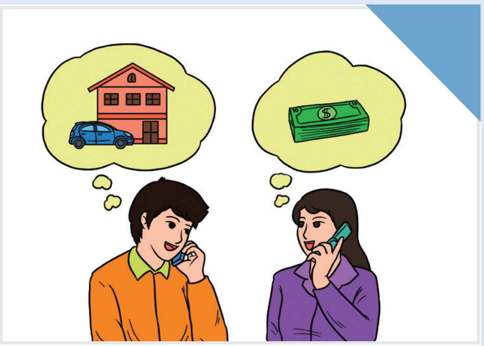
ການຈັດການກັບເງິນເດືອນ

ທ່ານກຳລັງຈະເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດພຽງໄລຍະໜຶ່ງເພື່ອເງິນເດືອນທີ່ດີກວ່າຫຼັງຈາກໝົດສັນຍາທ່ານກໍ່ຕ້ອງກັບບ້ານແລະບໍ່ໄດ້ລາຍຮັບເທົ່າເດີມ. ດັ່ງນັ້ນທ່ານແລະຄອບຄົວຕ້ອງຈັດການກັບເງິນໃຫ້ດີເພື່ອທີ່ຈະສາມາດສ້າງອານາຄົດທີ່ດີໄດ້.

ຈຳໄວ້ສະເໝີວ່າ:ການຈັດການເງິນແມ່ນການຮູ້ທີ່ໄປທີ່ມາຂອງເງິນມີເທົ່າໃດຈ່າຍເທົ່າໃດໃຊ້ເທົ່າໃດແລະເກັບທ້ອນເທົ່າໃດ. ເພື່ອຈັດການໄດ້ດີຕ້ອງກຳນົດອານາຄົດວ່າທ່ານຕ້ອງການເຮັດຫຍັງກັບເງິນທີ່ມີ.

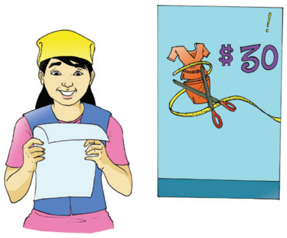
1. ມີຈຸດປະສົງທັງໄລຍະສັ້ນແລະໄລຍະຍາວທີ່ຊັດເຈນ.

2. ປຶກສາການທ້ອນເງິນໄລຍະສັ້ນແລະໄລຍະຍາວກັບຄອບຄົວ.



3. ຊອກຫາຂໍ້ມູນທີ່ພຽງພໍຕໍ່ການວາງແຜນ.

4. ວາງແຜນການທ້ອນປະຈຳເດືອນ.



5. ປັບປຸງແຜນ.

6. ເປີດບັນຊີໃນປະເທດໄທ.

5.2.1 ຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃນການເດີນທາງໄປເຮັດວຽກ

ໃນເວລາຕັດສິນໃຈເລືອກວິທີຈ່າຍທ່ານຄວນຄຳນຶງເຖິງສິ່ງເຫລົ່ານີ້:

1. ທ່ານມີຫລາຍທາງເລືອກແລະແຕ່ລະທາງເລືອກກໍ່ມີຈຸດດີຈຸດອ່ອນຕ່າງກັນ. ທ່ານຕ້ອງສຶກສາແລະວິເຄາະໄຈ້ແຍກທາງເລືອກດັ່ງກ່າວກັບຄອບຄົວ.

2. ທ່ານອາດຈະໃຊ້ຫຼາຍທາງເລືອກກໍ່ໄດ້ເພື່ອຈ່າຍຄ່າເດີນທາງໄປຊອກຫາງານແຕ່ໃຫ້ຊອກທາງເລືອກທີ່ຖືກທີ່ສຸດ ແລະ ຫຼີກລ້ຽງດອກເບ້ຍທີ່ສູງເກີນຄວນ ແລະ ໃຫ້ພິຈາລະນາສະຖາບັນການເງິນທີ່ມີດອກເບ້ຍຕ່ຳກວ່າຈະໄປຢືມນຳເຈົ້າໜີ້ເງິນກູ້ດອກເບ້ຍສູງ.

3. ເມື່ອຕັດສິນໃຈເລືອກແລ້ວໃຫ້ສອບຖາມຂໍ້ຂ້ອງໃຈຕ່າງໆເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈແຈ້ງ,ເພາະຂໍ້ມູນແມ່ນອຳນາດ!

ລາຍຈ່າຍທີ່ທ່ານຕ້ອງຮູ້ມີ:

ກ. ໃນລະຫວ່າງການປະກອບເອກະສານເດີນທາງໄປຕ່າງປະເທດ:

- ໜັງສືຜ່ານແດນ, ວີຊາແລະໃບອະນຸຍາດອອກແຮງງານ
- ການກວດສຸຂະພາບແລະໃບຢັ້ງຢືນສຸກຂະພາບ.
- ການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບວຽກແລະການກະກຽມກ່ອນການເດີນທາງ.
- ຄ່າບໍລິການຈັດຫາງານ.
- ຄ່າເດີນທາງ.

ຂ. ໃນເວລາເຮັດວຽກໃນປະເທດໄທ

- ທີ່ພັກ (ຜູ້ອອກແຮງງານອາດຮັບຜິດຊອບທັງໝົດຫຼືບາງສ່ວນນາຍຈ້າງຊ່ວຍຈ່າຍ)
- ອາຫານແລະການເດີນທາງ
- ອາກອນລາຍຮັບ
- ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວ
- ຊຸດແບບຟອມແລະອຸປະກອນ (ຖ້າມີ)
- ປະກັນສຸຂະພາບ (ອາດຈະຢູ່ໃນຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງນາຍຈ້າງ ຫລື ສົມທົບ)

ໝາຍເຫດ: ໃຫ້ເກັບກຳລາຍລະອຽດ (ເປັນລາຍລັກອັກສອນຖ້າເປັນໄປໄດ້) ກ່ອນລົງລາຍເຊັນໃນສັນຍາ.

5.2.2 ບົດຮຽນກ່ຽວກັບກົດໝາຍ: ການຫັກລົບໜີ້ຜ່ານເງິນເດືອນ

ນາຍຈ້າງຫຼືບໍລິສັດຈັດຫາງານອາດຈ່າຍກ່ອນ ສຳລັບຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃນການດຳເນີນການບາງສ່ວນ ແລະ ທ່ານອາດຈະທົດແທນຄືນໂດຍຫັກລົບອອກຈາກເງິນເດືອນ ເຊິ່ງເອີ້ນວ່າການຫັກລົບໜີ້ຈາກເງິນເດືອນ.

ການຫັກລົບໜີ້ຈາກເງິນເດືອນແມ່ນຈຳນວນເງິນທີ່ບໍລິສັດຈັດຫາງານ ຫຼື ນາຍຈ້າງຫັກເອົາຈາກເງິນເດືອນເພື່ອຈ່າຍແທນຄືນເງິນທີ່ອອກໃຫ້ກ່ອນລ່ວງໜ້າ. ຢູ່ໃນຫຼາຍປະເທດນາຍຈ້າງບໍ່ສາມາດຫັກອອກ 100% ໄດ້.

ນາຍຈ້າງບາງຄົນອາດຫັກບາງສ່ວນຈາກເງິນເດືອນຍ້ອນວ່າເຂົາເຈົ້າສະໜອງທີ່ພັກ ແລະ ອາຫານແລະອາດຫັກເງິນເດືອນເວລາຜູ້ອອກແຮງງານສ້າງຄວາມເສຍຫາຍຕໍ່ຊັບສິນຂອງນາຍຈ້າງ.

ໃຫ້ປຶກສາຫາລືກັບບໍລິສັດຈັດຫາງານ ແລະ ທຳຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບລາຍການຫັກລົບດັ່ງກ່າວທັງໝົດແລະບັນທຶກໄວ້ເປັນລາຍລັກອັກສອນ ແລະ ກຳນົດໄວ້ໃນເງື່ອນໄຂຂອງສັນຍາແຮງງານຢ່າງລະອຽດ.

5.3 ການສົ່ງເງິນກັບບ້ານ

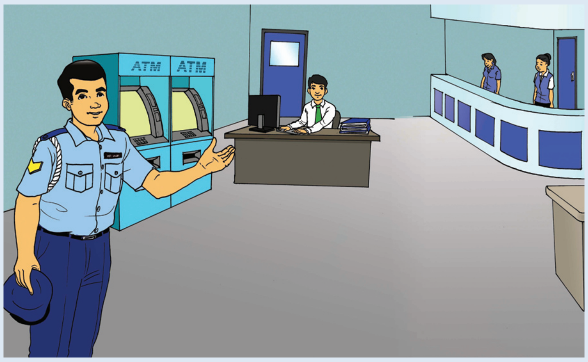
ມີຫຼາຍວິທີທີ່ຈະສົ່ງເງິນກັບບ້ານໃຫ້ຄອບຄົວແຕ່ລະທາງກໍ່ມີຈຸດດີຈຸດອ່ອນຕ່າງກັນ. ແຕ່ວ່າຂ້າງລຸ່ມນີ້ແມ່ນຂໍ້ແນະນຳບາງສ່ວນເຊິ່ງແຕ່ລະຄົນກໍ່ມີເຫດຜົນໃນການເລືອກວິທີສົ່ງເງິນຕ່າງກັນ:

ທ່ານສາມາດສົ່ງເງິນຜ່ານການໂອນຂອງທະນາຄານ,ຜ່ານໜ່ວຍງານໂອນເງິນເຊັ່ນ:ຜ່ານເວັສເທິນຢູນຽນແລະມັນນີແກຼມລວມທັງທະນາຄານທຸລະກິດທະນາຄານໃນທ້ອງຖິ່ນ ແລະ ສະຖາບັນການເງິນຈຸລະພາກ. ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຫຼາຍຄົນເຄີຍໃຊ້ວິທີນອກລະບົບແຕ່ກໍ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງເຊັ່ນໃຫ້ໝູ່ຖືເງິນໄປໃຫ້ຄອບຄົວຫຼືໃຫ້ບໍລິສັດຈັດຫາງານເຮັດໃຫ້.

ກ່ອນຕັດສິນໃຈທ່ານຕ້ອງຄິດຄຳນຶງວ່າຄອບຄົວຂອງທ່ານຈະເອົາເງິນໄດ້ແນວໃດ? ຕົວຢ່າງທ່ານເລືອກເວສເທີນຢູນຽນຍ້ອນມີລາຄາສົມເຫດສົມຜົນແຕ່ຕ້ອງກວດກາເບິ່ງຄືນກ່ອນການຕັດສິນໃຈ. ອີກຢ່າງໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນແມ່ນຄ່າບໍລິການເງິນໂອນ.

ການສົ່ງເງິນຜ່ານໜ່ວຍບໍລິການ: ເວສເທີນຢູນຽນແລະມັນນີແກຼມ

ໃຊ້ບໍລິການໃນກໍລະນີທີ່ຕ້ອງການສົ່ງເງິນດ່ວນເງິນສາມາດຮັບເອົາໄດ້ພາຍໃນ 2-3 ນາທີ:



1. ໄປທີ່ສູນບໍລິການເອົາໜັງສືຜ່ານແດນໄປນຳ.

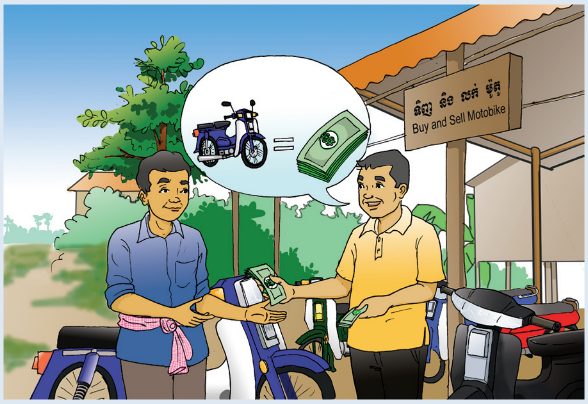
2. ຂຽນແບບຟອມ "ສົ່ງ" ແລະຍື່ນໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່ພ້ອມກັບຈຳນວນເງິນທີ່ຢາກສົ່ງແລະຄ່າບໍລິການ.

3. ທ່ານຈະໄດ້ຮັບຕົວເລກຢັ້ງຢືນເປັນເບີທີ່ສຳຄັນຫຼາຍ ແລະ ຫ້າມໃຫ້ຜູ້ອື່ນຮູ້ເດັດຂາດ.

4. ໂທຫາຄອບຄົວຜູ້ທີ່ເຮົາສົ່ງເງິນໃຫ້ແລະບອກຕົວເລກຢັ້ງຢືນ ແລະ ຈຳນວນເງິນທີ່ທ່ານສົ່ງ. ຫຼັງຈາກນັ້ນບໍ່ເທົ່າໃດນາທີກໍ່ສາມາດເອົາເງິນໄດ້.

ການໂອນຜ່ານທະນາຄານ

ການສົ່ງຜ່ານທະນາຄານ ອາດຈະບໍ່ໄວຄືກັບຜ່ານໜ່ວຍບໍລິການສະເພາະຂອງເວສເທີນຢູນຽນ ຫຼື ມັນນີແກຼມ ແລະ ຂັ້ນຕອນກໍ່ແຕກຕ່າງກັນ. ແຕ່ວ່າວິທີການໂອນກໍ່ບໍ່ຍາກແລະສາມາດເຮັດໄດ້ດັ່ງລຸ່ມນີ້:



1. ໄປສາຂາທະນາຄານ ແລະ ເອົາໜັງສືຜ່ານແດນໃບອະນຸຍາດອອກແຮງງານ ຫຼື ໃບຂັບຂີ່ ໄປນຳ.

2. ຂຽນໃສ່ແບບຟອມໂອນເງິນຫຼືຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກເຈົ້າໜ້າທີ່.

3. ຍື່ນໃຫ້ພະນັກງານພ້ອມຂໍ້ມູນຕ່າງໆລຸ່ມນີ້:

    a. ຊື່ແລະນາມສະກຸນແລະເລກບັນຊີທະນາຄານຂອງຜູ້ຮັບເງິນ.

    b. ເອກະສານຢັ້ງຢືນ ຂອງຜູ້ຮັບເຊັ່ນໜັງສືຜ່ານແດນບັດປະຈຳໂຕຫຼືປຶ້ມສຳມະໂນຄົວ.

4. ຫຼັງຈາກສົ່ງແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ບອກຜູ້ຮັບເງິນແລະວັນທີທີ່ສາມາດເຂົ້າໄປເອົາເງິນໄດ້ (ໄລຍະເວລາຂຶ້ນກັບທາງທະນາຄານ ຫຼື ສະຖາບັນການ ເງິນດັ່ງກ່າວ).

ກະລຸນາຈື່ໄວ້ວ່າ: ການສົ່ງເງິນຜ່ານທະນາຄານຖືກກວ່າເວສເທີນຢູນຽນ ແລະ ມັນນີແກຼມຫຼາຍແຕ່ຄ່າບໍລິການອາດປ່ຽນແປງໄດ້ຕະຫຼອດ. ດັ່ງນັ້ນຕ້ອງສອບຖາມລາຍລະອຽດກ່ອນ.

ການເປີດບັນຊີທະນາຄານໃໝ່ໃນປະເທດໄທ

ຖ້າຕ້ອງການ, ທ່ານສາມາດເປີດບັນຊີທະນາຄານໃນປະເທດໄທໄດ້ໂດຍໃຊ້ໜັງສືຜ່ານແດນ (ປັດສະປໍ)ແລະໃບອະນຸຍາດແຮງງານ. ທ່ານຕ້ອງມີເງິນຝາກເລີ່ມຕົ້ນຕາມຈຳນວນທີ່ທະນາຄານກຳນົດແລະເຊັນເອກະສານສະໝັກ. ທ່ານຈະໄດ້ຮັບປຶ້ມບັນຊີແລະບັດເອທີເອັມ. ແນະນຳໃຫ້ໃຊ້ການໂອນເງິນຜ່ານທະນາຄານ ແລະ ບັນຊີຂອງຕົນເອງເພາະສາມາດຮູ້ການເຄື່ອນໄຫວຂອງເງິນທີ່ທ່ານສົ່ງກັບບ້ານ.

ສິ່ງທີ່ຄວນຄຳນຶງ

1. ກ່ອນເດີນທາງທ່ານຄວນມີຂໍ້ມູນທະນາຄານຂອງສະມາຊິກຄອບຄົວຂອງທ່ານ, ເຊັ່ນ: ເລກບັນຊີແລະອື່ນໆ.

2. ຂໍໃຫ້ນາຍຈ້າງຫຼືໝູ່ຊ່ວຍເວລາເປີດບັນຊີໃໝ່ຫຼືໂອນເງິນຄັ້ງທຳອິດຢູ່ທະນາຄານ.

3. ບໍ່ຄວນຝາກເງິນກັບບຸກຄົນນອກຈາກວ່າຮູ້ຈັກເປັນຢ່າງດີແລະໄວ້ໃຈໄດ້.

4. ຖາມເອົາໃບຮັບເງິນທຸກໆຄັ້ງ.

5. ບອກຄອບຄົວຫລືຜູ້ຮັບເງິນ ຕາມຈຳນວນເງິນຕົວຈິງທີ່ເຂົາເຈົ້າຈະໄດ້ຮັບ.

5.4 ການສ້າງແຜນງົບປະມານ

ຫົວຂໍ້ນີ້ຊ່ວຍສຳມະນາກອນເຂົ້າໃຈ ການບໍລິຫານລາຍຮັບເພື່ອສາມາດບັນລຸຈຸດປະສົງທີ່ເຂົາເຈົ້າເດີນທາງໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດ. ໃຫ້ສຳມະນາກອນຕອບຄຳຖາມລຸ່ມນີ້:

1. ງົບປະມານແມ່ນຫຍັງ?

2. ລາຍຮັບແມ່ນຫຍັງ? ລາຍຮັບຂອງທ່ານຈັດໃນປະເພດໃດ?

3. ປະເພດລາຍຮັບມີອັນໃດແດ່?

4. ລາຍຮັບທັງໝົດ (GI)ແມ່ນຫຍັງ?

5. ລາຍຮັບສຸດທິແມ່ນຫຍັງ (NI) ແລະວິທີຄິດໄລ່?

6. ລ່າຍຈ່າຍສ່ວນຕົວແມ່ນຫຍັງ (PE)?

7. ເງິນທ້ອນສ່ວນຕົວ (PS) ແລະວິທີຄິດໄລ່?

8. ລາຍຈ່າຍຄອບຄົວແມ່ນຫຍັງ (FE)?

9. ເງິນທ້ອນຕົວຈິງແມ່ນຫຍັງ (AS) ແລະວິທີຄິດໄລ່?

ກິດຈະກຳ: "ວາງແຜນງົບປະມານ".

ຄິດໄລ່ລາຍຮັບສຸດທິ (NI), ເງິນທ້ອນສ່ວນຕົວ (PS), and ເງິນທ້ອນຕົວຈິງ (AS) ຕາມຕາຕະລາງລຸ່ມນີ້

ລາຍຮັບສຸດທິ (NI), ເງິນທ້ອນສ່ວນຕົວ (PS), ແລະເງິນທ້ອນຕົວຈິງ (AS)ມີເທົ່າໃດ?

1. ລາຍຮັບກ່ອນຫັກພາສີ	10,000 ບາດ
2. ເງິນຫັກລົບ	2,500 ບາດ
3. ລາຍຈ່າຍສ່ວນຕົວ	1,500 ບາດ
4. ລາຍຈ່າຍຄອບຄົວ	2,000 ບາດ

ດັ່ງນັ້ນ:

ລາຍການ	ການຄິດໄລ່	ຄຳຕອບ
ລາຍຮັບສຸດທິ(NI) (GI - D)		
ເງິນທ້ອນສ່ວນຕົວ (PS) (NI - PE)		
ເງິນທ້ອນຕົວຈິງ (AS) (PS - FE)		

ການບັນທຶກລາຍຮັບ-ລາຍຈ່າຍ

ໃຫ້ບັນທຶກທຸກໆລາຍຮັບ ແລະ ລາຍຈ່າຍໃສ່ໃນປື້ມບັນທຶກເພື່ອຕິດຕາມການໃຊ້ຈ່າຍຂອງຕົນເອງແລະເພື່ອສາມາດບັນລຸເປົ້າໝາຍທີ່ວາງໄວ້. ວິທີການສາມາດເຮັດໄດ້ຫຼາຍຮູບແບບແຕ່ກໍ່ຕ້ອງມີລາຍລະອຽດດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ວັນທີເດືອນປີ
- ລາຍການໃຊ້ຈ່າຍລະອຽດ (ຕົວຢ່າງ: ຊື້ຊີ້ນງົວ 1 ກິໂລ)
- ຫ້ອງບັນທຶກລາຍຮັບ
- ຫ້ອງບັນທຶກລາຍຈ່າຍ
- ລວມລາຍຮັບ
- ລວມລາຍຈ່າຍ

ຖ້າທ່ານມີເຫຼືອຫຼາຍທ່ານກໍ່ສາມາດບັນລຸເປົ້າໝາຍໄດ້, ແຕ່ຖ້າເຫັນວ່າຍັງມີໜ້ອຍຫຼືຕິດລົບທ່ານຕ້ອງຕັດລາຍຈ່າຍບາງສ່ວນອອກເພື່ອທ້ອນໃຫ້ໄດ້ຕາມເປົ້າໝາຍ. ຕາຕະລາງລຸ່ມນີ້ແມ່ນຕົວຢ່າງການບັນທຶກລາຍຮັບ-ລາຍຈ່າຍປະຈຳວັນ.

ຕົວຢ່າງ:

ບັນທຶກລາຍຮັບ-ລາຍຈ່າຍປະຈຳວັນ

ເດືອນ: ......ກໍລະກົດ........................

ປີ: ....2013................

ລ/ດ	ວັນເດືອນປີ	ລາຍລະອຽດ	ລາຍຮັບ	ລາຍຈ່າຍ
1	25 ກໍລະກົດ 2013	ເງິນເດືອນ	9,500 ບາດ	
2	25 ກໍລະກົດ 2013	ເງິນລ່ວງເວລາ	500 ບາດ	
3	27 ກໍລະກົດ 2013	ຈ່າຍຄ່າໂທລະສັບ		150 ບາດ
4	30 ກໍລະກົດ 2013	ສົ່ງເງິນໃຫ້ຄອບຄົວ		4,000 ບາດ
5	30 ກໍລະກົດ 2013	ຄ່າເຊົ່າຫ້ອງພັກ		250 ບາດ
6	31 ກໍລະກົດ 2013	ຄ່ານ້ຳ ແລະ ໄຟຟ້າ		50 ບາດ
ລວມ			10,000 ບາດ	4,450 ບາດ
ເງິນທ້ອນ (ເງິນທ້ອນ = ລາຍຮັບທັງໝົດ - ລາຍຈ່າຍທັງໝົດ): (10,000 ບາດ - 4,450 ບາດ) = 5,550 ບາດ				

ບົດທີ 6: ເດີນທາງກັບບ້ານ

ບົດທີ 6: ເດີນທາງກັບບ້ານ

ພາກສະເໜີ:

ບົດນີ້ແມ່ນການກະກຽມກັບບ້ານຄືກັນກັບ ການກະກຽມກ່ອນການເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ. ສຳມະນາກອນຈະຕ້ອງໄດ້ກະກຽມທຸກໆດ້ານກ່ອນເດີນທາງກັບບ້ານຂອງຕົນ.

ຈຸດປະສົງ

- ເພື່ອໃຫ້ມີຄວາມພ້ອມທີ່ຈະພົບກັບການປ່ຽນແປງແລະສິ່ງທ້າທາຍທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນຫຼັງຈາກເຮັດວຽກຕ່າງຖິ່ນເປັນເວລາດົນນານ.

ໄລຍະເວລາ

ຫົວຂໍ້ຂອງບົດທີ 6	ເວລາ
6.1 ສິ່ງທີ່ອາດຕ້ອງປະເຊີນຫຼັງການເຮັດວຽກຕ່າງຖິ່ນ	60ນາທີ
ເວລາທັງໝົດ:	60 ນາທີ

6.1 ສິ່ງທີ່ອາດຕ້ອງປະເຊີນຫຼັງການເຮັດວຽກຕ່າງຖິ່ນ

6.1.1 ຫຼັງການເຮັດວຽກຕ່າງແດນ

ສະພາບທາງບ້ານຫຼັງການເຮັດວຽກໃນຕ່າງປະເທດ

ທົບທວນຄືນສິ່ງທີ່ທ່ານເປັນຫ່ວງກ່ອນອອກເດີນທາງຈາກບ້ານໄປເຊັ່ນວຽກໃໝ່ສະພາບແວດລ້ອມໃໝ່ຫ່າງໄກຄອບຄົວວັດທະນະທຳທີ່ແຕກຕ່າງໆລາໆ. ຫຼັງຈາກຫຼາຍປີຜ່ານໄປທ່ານລຶ້ງເຄີຍກັບຊີວິດດັ່ງກ່າວແຕ່ຕ້ອງກັບບ້ານເຊິ່ງອາດຈະມີຄວາມກັງວົນຕ່າງໆດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- **ຊອກວຽກໃໝ່**: ພະຍາຍາມຄິດຫາທາງເລືອກແລະວາງແຜນລ່ວງໜ້າກ່ອນກັບບ້ານ.
- **ໃຊ້ເງິນທີ່ທ່ານທ້ອນມາໄດ້**: ຖ້າຍັງຊອກວຽກບໍ່ໄດ້ກໍ່ຕ້ອງອີງໃສ່ເງິນທີ່ສະສົມມາ ແລະ ຖ້າບໍ່ສາມາດສ້າງລາຍຮັບເພື່ອໃຊ້ຈ່າຍໃນຄອບຄົວໄດ້ເງິນທ້ອນສະສົມມາກໍ່ຈະໝົດ.
- **ຄິດຮອດໝູ່ໃໝ່**:ຊອກວິທີຕິດຕໍ່ພົວພັນກັນເປັນປະຈຳກັບໝູ່ໃໝ່ຂອງທ່ານ.
- **ຄິດຮອດວຽກງານ ແລະ ນາຍຈ້າງ**: ທ່ານອາດສ້າງສາຍສຳພັນທີ່ດີກັບນາຍຈ້າງແລະຄອບຄົວຂອງລາວຫຼືກັບເພື່ອນຮ່ວມງານ ເຊິ່ງອາດຖືວ່າເປັນສ່ວນໜຶ່ງໃນຄອບຄົວເຮັດໃຫ້ການຈາກລາກັບບ້ານເປັນເລື່ອງລຳບາກໃຈ.
- **ລຶ້ງເຄີຍກັບສະຖານທີ່ຕ່າງໆ**: ທ່ານລຶ້ງເຄີຍກັບບ່ອນເຮັດວຽກທີ່ພັກອາໄສແລະຕົວເມືອງທີ່ທ່ານເຄີຍຢູ່ເຮັດໃຫ້ຕ້ອງປັບໂຕຍາກຖ້າທ່ານມັກການດຳເນີນຊີວິດໃນປະເທດທີ່ທ່ານໄປເຮັດວຽກ.

ຖືກທາບທາມໃຫ້ເຮັດວຽກໃໝ່ (ຢູ່ປະເທດໄທ)

ທ່ານຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອມີຄົນບອກໃຫ້ຢູ່ປະເທດໄທຕໍ່ແລະເອົາສັນຍາແຮງງານມາໃຫ້ເຊັນ?

ຈື່ໄວ້ສະເໝີວ່າ: ບາງຄັ້ງມີຄົນເອົາສັນຍາມາໃຫ້ທ່ານຍົກເລີກສັນຍາເກົ່າແລະສະເໜີເງິນເດືອນສູງກວ່າ. ຖ້າທ່ານຮັບເອົາກໍ່ໝາຍຄວາມວ່າທ່ານບໍ່ປະຕິບັດຕາມສັນຍາສະບັບເດີມເຮັດໃຫ້ທ່ານກາຍເປັນຄົນເຖື່ອນໃນປະເທດໄທແລະຕ້ອງຖືກສົ່ງກັບປະເທດ.

ການກະກຽມເດີນທາງກັບບ້ານ

ກ່ອນກັບຄືນມາບ້ານໃຫ້ຄິດເຖິງສິ່ງຕ່າງໆລຸ່ມນີ້:

1. **ຍື່ນເອກະສານຄຳຮ້ອງຕ່າງໆກ່ຽວກັບການຂໍເງິນຄ່າຕອບແທນທັງໝົດໜຶ່ງຫາສອງເດືອນກ່ອນອອກເດີນທາງກັບ. ຍົກເວັ້ນ, ຖ້າມີການກຳນົດເວລາໄວ້ໃນເອກະສານຄຳຮ້ອງ**. ສັນຍາແຮງງານຂອງທ່ານແລະເບ້ຍປະກັນປະຈຳເດືອນອາດມີເງື່ອນໄຂຮັບເງິນຄືນເວລາໝົດສັນຍາ. ທ່ານຄວນສຶກສາເລື່ອງດັ່ງກ່າວເພື່ອກະກຽມເອກະສານທີ່ຈຳເປັນແລະເຂົ້າໄປຫາຫ້ອງການກ່ຽວຂ້ອງກ່ອນໝົດກຳນົດແລະສອບຖາມໄລຍະເວລາດຳເນີນເອກະສານເພື່ອຄິດໄລ່ເວລາໄດ້ຢ່າງຖືກຕ້ອງກ່ອນເດີນທາງກັບບ້ານ.
2. **ການປັບລາຍຈ່າຍຄອບຄົວແລະສ່ວນຕົວກ່ອນໝົດສັນຍາ**.ເວລາເມືອຮອດບ້ານ ລາຍຮັບຂອງທ່ານກໍ່ບໍ່ໄດ້ດັ່ງເກົ່າ ແລະ ຕ້ອງນຳໃຊ້ເງິນທີ່ເກັບສະສົມມາຈາກການໄປອອກແຮງງານຢູ່ປະເທດໄທແລະມື້ໜຶ່ງມັນຕ້ອງໝົດ.ຈື່ໄວ້ວ່າທ່ານມີເປົ້າໝາຍທີ່ຈະເກັບເງິນແຕ່ກໍ່ຄວນເກັບເພີ່ມກ່ອນເດີນທາງກັບບ້ານ.
3. **ບໍ່ຄວນໃຊ້ຈ່າຍເງິນຊື້ຂອງຕ້ອນຂອງຝາກຫຼາຍເກີນຄວາມຈຳເປັນ**. ການຊື້ຂອງຕ້ອນຂອງຝາກຫຼາຍຈະເຮັດໃຫ້ເງິນທ້ອນຫຼຸດລົງ, ຈົ່ງຊື້ເທົ່າທີ່ຈຳເປັນ ແລະ ບໍ່ແພງເກີນໄປແລະຈື່ໄວ້ວ່າຫຼັງຈາກເມືອຮອດບ້ານແລ້ວທ່ານບໍ່ມີເງິນລາຍໄດ້ຄືເກົ່າ.
4. **ປິດບັນຊີທະນາຄານກ່ອນກັບບ້ານ**.ຢ່າລືມຖອນເງິນໃນບັນຊີຂອງທ່ານຫຼືບໍ່ກໍ່ໂອນກັບບ້ານກ່ອນກໍ່ໄດ້ ແລະ ຕ້ອງປິດທຸກໆບັນຊີບໍ່ດັ່ງນັ້ນບັນຊີຂອງທ່ານກໍ່ຈະຕົກເປັນຂອງທະນາຄານ.
5. **ຕ້ອງຊື້ປີ້ລົດຫຼືປີ້ຍົນໄວ້**.ທ່ານເດີນທາງກັບປະເທດບໍ່ໄດ້ຖ້າບໍ່ມີປີ້ຍົນ ຫລື ປີ້ລົດແລະການຮັບປະກັນວ່າທ່ານມີປີ້ກັບບ້ານແມ່ນຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງນາຍຈ້າງ. ໃຫ້ຖາມຫົວໜ້າ ຫລື ນາຍຈ້າງຢ່າງສຸພາບສອງສາມອາທິດກ່ອນເດີນທາງ.

6.1.2 ການຈັດຕັ້ງທີ່ທ່ານຕ້ອງແຈ້ງໃຫ້ຮູ້ເວລາກັບບ້ານ

ແຈ້ງຄອບຄົວແລະອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນ

ເມື່ອເດີນທາງຮອດບ້ານແລ້ວທ່ານຕ້ອງແຈ້ງໃຫ້ອຳນາດການປົກຄອງຮັບຊາບ, ລວມທັງ ອຳນາດການປົກຄອງບ້ານແລະເມືອງຂອງທ່ານ. ແຕ່ກໍ່ບໍ່ໝາຍຄວາມວ່າຕ້ອງບອກໃຫ້ພີ່ນ້ອງທຸກຄົນຮູ້ເພາະເຂົາອາດມີຄວາມຄາດຫວັງວ່າ ຈະໄດ້ຮັບຂອງຝາກຂອງຕ້ອນຈາກທ່ານ. ໃນວັດທະນະທຳລາວການຊື້ຂອງຝາກຂອງຕ້ອນເວລາມາຈາກຕ່າງຖິ່ນເປັນສິ່ງທີ່ປະຕິບັດທົ່ວໄປແຕ່ກໍ່ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງຊື້ເຄື່ອງແພງເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເສຍເງິນທ້ອນຫຼາຍເກີນໄປ.

ເບີໂທຕິດຕໍ່ທີ່ສຳຄັນ: ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍ (MRC)

ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍແຂວງສະຫວັນນະເຂດ

ຫ້ອງການສະຫະພັນກຳມະບານແຂວງສະຫວັນນະເຂດ

ບ້ານສະໜາມໄຊເມືອງໄກສອນພົມວິຫານ

ແຂວງສະຫວັນນະເຂດ

ໂທ: (856 20) 5483 8969

ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍແຂວງຈຳປາສັກ

ຫ້ອງການພະແນກແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມແຂວງຈຳປາສັກ

ບ້ານສາງນ້ຳມັນເມືອງປາກເຊ

ແຂວງຈຳປາສັກ

ໂທ: (856 20) 9959 5969

ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍແຂວງໄຊຍະບູລີ

ຫ້ອງການພະແນກແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມແຂວງໄຊຍະບູລີ

ບ້ານສີເມືອງເມືອງໄຊຍະບູລີ

ແຂວງໄຊຍະບູລີ

ໂທ: (856 20) 2999 7710

ເບີໂທຕິດຕໍ່ສຳຄັນ: ສູນບໍລິການຈັດຫາງານ

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງອຸດົມໄຊ

ຖະໜົນ 13 ເໜືອບ້ານໜອງແມງດາ

ເມືອງໄຊແຂວງອຸດົມໄຊ

ໂທ: (856 81) 312121

ແຟກ: (856 81) 212014

ອີເມລ: accuscubounthant@hotmail.com

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງຫຼວງພະບາງ

ເລກທີ 05/11 ຖະໜົນພູວ່າວບ້ານປອງຄຳ

ເມືອງຫຼວງພະບາງແຂວງຫຼວງພະບາງ

ໂທ: (856 71) 212137

ແຟກ: (856 71) 212137

ອີເມລ: khao_wink@hotmail.com

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງໄຊຍະບູລີ

ສາມແຍກເດີ່ນບິນບ້ານແກ້ງ

ເມືອງໄຊຍະບູລີແຂວງໄຊຍະບູລີ

ໂທ: (856 74) 211085

ແຟກ: (856 74) 211085

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ

ຖະໜົນນາໄຮ່ດຽວບ້ານສາຍລົມ

ເມືອງຈັນທະບູລີນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ

ໂທ: (856 21) 264498

ແຟກ: (856 21) 263097

ອີເມລ: pphonexayya@yahoo.com

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງວຽງຈັນ

ຖະໜົນໂພນໝີໃຕ້ບ້ານໂພນໝີ

ເມືອງວຽງຄຳແຂວງວຽງຈັນ

ໂທ: (856 23) 431018

ແຟກ: (856 23) 431018

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງບໍລິຄໍາໄຊ

ບ້ານຮ່ອງຊາຍ

ເມືອງປາກຊັນແຂວງບໍລິຄໍາໄຊ

ໂທ: (856 54) 212137

ແຟກ: (856 71) 212137

ອີເມລ: khao_wink@hotmail.com

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງຄໍາມ່ວນ

ຖະໜົນເຈົ້າອານຸບ້ານທ່າແຂກເໜືອ

ເມືອງທ່າແຂກແຂວງຄໍາມ່ວນ

ໂທ: (856 51) 212185

ແຟກ: (856 51) 251451

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງສະຫວັນນະເຂດ

ຖະໜົນຟ້າງຸ່ມບ້ານໂພນສະຫວ່າງໃຕ້

ເມືອງໄກສອນພົມວິຫານແຂວງສະຫວັນນະເຂດ

ໂທ: (856 41) 212023

ແຟກ: (856 41) 212023

ອີເມລ: viphaphonepoummalath@yahoo.com.au

ສູນບໍລິການຈັດຫາງານແຂວງຈໍາປາສັກ

ຖະໜົນສາລາແກ້ວດົງຈອງບ້ານສາງນໍ້າມັນ

ເມືອງປາກເຊແຂວງຈໍາປາສັກ

ໂທ: (856 31) 212050

ແຟກ: (856 31) 212050

III. ສະຫລຸບການຝຶກອິບຮິມ

ສະຫລຸບການຝຶກອົບຮົມ

ທ່ານມີຄວາມໝັ້ນໃຈຫຼາຍສ່ຳໃດ?

ທ່ານເຂົ້າໃຈບັນຫາການເດີນໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດ ໂດຍສະເພາະປະເທດໄທຫລາຍສ່ຳໃດ? ໃຫ້ເຮັດແບບຝຶກຫັດນີ້ໂດຍການໝາຍວົງມົນໃສ່ຄຳຕອບທີ່ທ່ານຄິດວ່າດີທີ່ສຸດຫຼັງຈາກນັ້ນກໍ່ລວມຄະແນນທີ່ຄູຝຶກແນະນຳເພື່ອປະເມີນຜົນຂອງທ່ານເອງ.

1. ການເຄື່ອນຍ້າຍໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດມີຄວາມສ່ຽງບໍ່?

    a. ມີ! ຂ້ອຍໄດ້ລືມບັນຫານີ້ກັບຄອບຄົວແລ້ວ.

    b. ບໍ່ມີ, ການຍ້າຍຖິ່ນມີຄວາມປອດໄພສະເໝີ.

    c. ການຍ້າຍຖິ່ນມີຄວາມສ່ຽງບາງດ້ານ.

2. ຕ້ອງກະກຽມເອກະສານຫຍັງແດ່ກ່ອນເດີນທາງ?

    a. ໜັງສືຜ່ານແດນ, ວີຊາ, ໃບອະນຸຍາດເຮັດວຽກ, ສັນຍາແຮງງານ, ປີ້ລົດ/ຍົນ, ລາຍລະອຽດບັນຊີທະນາຄານແລະ ເບີໂທຕິດຕໍ່ສຸກເສີນແລະມອບສຳເນົາໃຫ້ຄອບຄົວເກັບໄວ້.

    b. ບໍ່ຈຳເປັນ. ທາງບໍລິສັດແລະນາຍຈ້າງເປັນຜູ້ຈັດການໃຫ້.

    c. ມີແຕ່ໜັງສືຜ່ານແດນແລະວີຊາ.

3. ການເຄື່ອນຍ້າຍໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍຫລືບໍ່?

    a. ບໍ່ມີ.

    b. ບາງເທື່ອ.

    c. ມີແນ່ນອນ. ນາຍຈ້າງແລະນາຍໜ້າມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍສະເໝີ.

4. ຫຼັງຈາກລົງລາຍເຊັນໃນສັນຍາແຮງງານແລ້ວ, ຕ້ອງເຮັດແນວໃດກັບສັນຍາດັ່ງກ່າວ?

    a. ສົ່ງຄືນນາຍຈ້າງ.

    b. ຂໍສະບັບໜຶ່ງແລະເກັບມ້ຽນໃຫ້ປອດໄພ.

    c. ຂໍສະບັບໜຶ່ງແລະໃຫ້ພໍ່ແມ່ເອົາມ້ຽນໃຫ້.

5. ໝູ່ຂອງທ່ານເຊັນສັນຍາກ່ອນອອກຈາກປະເທດລາວເພື່ອໄປເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດໄທ ແລະ ຕ້ອງເຊັນສັນຍາອີກສະບັບໜຶ່ງທີ່ບໍ່ໄດ້ຂຽນເປັນພາສາທີ່ລາວຈະເຂົ້າໃຈ,ທ່ານຈະຊ່ວຍໝູ່ແນວໃດ?

    a. ບໍ່ແນ່ໃຈ.

    b. ບອກລາວວ່າການເຊັນສັນຍາຊ້ອນເປັນການລະເມີດສິດຂອງລາວແລະຄວນລົມກັນກັບນາຍຈ້າງ.

    c. ບອກລາວວ່າການເຊັນສັນຍາຊ້ອນເປັນການລະເມີດສິດຂອງລາວແລະຕ້ອງລົມກັນກັບນາຍຈ້າງ, ບໍລິສັດຈັດຫາງານແລະສະຖານທູດຫຼືອົງການຊ່ວຍເຫຼືອ.

6. ເຮົາຄວນເພີ່ມເງິນທ້ອນສ່ວນຕົວແນວໃດ?

    a. ຈ່າຍໃນສິ່ງທີ່ຈຳເປັນ, ບໍ່ແມ່ນສິ່ງທີ່ຕ້ອງການ.

    b. ການທ້ອນເງິນບໍ່ສຳຄັນ.

    c. ວາງແຜນງົບປະມານການໃຊ້ຈ່າຍ ແລະ ຫຼຸດຜ່ອນການໃຊ້ຈ່າຍ, ໃຫ້ໃຊ້ຈ່າຍແຕ່ສິ່ງທີ່ຈຳເປັນ, ບໍ່ແມ່ນສິ່ງທີ່ຕ້ອງການ. ຖ້າຢາກທ້ອນໄດ້ຫຼາຍກວ່າເກົ່າຕ້ອງຈ່າຍສິ່ງທີ່ຈຳເປັນໜ້ອຍລົງ.

7. ທ່ານຈະສົ່ງເງິນໃຫ້ຄອບຄົວຫຼາຍສ່ຳໃດ?

a. ຈະສົ່ງລາຍໄດ້ທັງໝົດໃຫ້ຄອບຄົວ.

b. ຈະສົ່ງໃຫ້ພຽງພໍຕາມຄວາມຈຳເປັນຂອງຄອບຄົວ, ແຕ່ກໍ່ທ້ອນໄວ້ເພື່ອໃຊ້ຈ່າຍສຳລັບຄວາມຈຳເປັນຂອງເຮົາເອງຄືກັນ.

c. ຈະສົ່ງເງິນຕາມຈຳນວນທີ່ພໍ່ແມ່ຕ້ອງການ.

8. ເຮົາຮູ້ວິທີສົ່ງເງິນກັບບ້ານ.

a. ບໍ່ແນ່ໃຈ, ແຕ່ຄິດວ່າຈະຝາກໝູ່ເມືອໃຫ້ຄອບຄົວ.

b. ແມ່ນແລ້ວ, ເຮົາຮູ້ດີ ແລະ ເຮົາຈະໃຊ້ບໍລິການທະນາຄານ, ໜ່ວຍບໍລິການໂອນເງິນຫຼືສະຖາບັນການເງິນຈຸລະພາກກໍ່ໄດ້.

c. ບໍ່ຮູ້ວິທີສົ່ງເງິນໃຫ້ຄອບຄົວ.

9. ທ່ານຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອຖືກການຂົ່ມເຫັງທາງຮ່າງກາຍຈິດໃຈທາງຄຳເວົ້າແລະທາງເພດ?

a. ບໍ່ແນ່ໃຈ.

b. ຊອກວຽກໃໝ່ກັບນາຍຈ້າງໃໝ່.

c. ບັນທຶກເຫກການ (ຕົວຢ່າງຖ່າຍຮູບໄວ້) ແລະຕິດຕໍ່ກັບອົງການຊ່ວຍເຫຼືອ, ສະຖານທູດຫຼືເຈົ້າໜ້າທີ່ໃນປະເທດໄທ.

10. ເມື່ອທ່ານກັບມາບ້ານພາຍຫລັງໝົດສັນຍາແລ້ວ, ທ່ານຈະເຮັດຫຍັງ?

a. ຊອກວຽກເຮັດ ຕາມຄວາມເໝາະສົມກັບຄວາມສາມາດ ແລະ ສີມື ຂອງເຮົາ.

b. ເລີ່ມເຮັດທຸລະກິດ.

c. ຍັງບໍ່ຮູ້ວ່າຈະເຮັດຫຍັງ, ຍັງບໍ່ໄດ້ຄິດເທື່ອ.

IV ເອກະສານຂັດຕິດ

ເອກະສານຂັດຄິດ : ແບບຢ່າງສັນຍາແຮງງານ

ສັນຍາແຮງງານສະບັບນີ້ຂຽນຂຶ້ນແລະຈັດຕັ້ງປະຕິບັດລະຫວ່າງ:

A. ນາຍຈ້າງ(ຜູ້ໃຊ້ແຮງງານ)ຊື່:____________________________

ທີ່ຢູ່ແລະເບີໂທຕິດຕໍ່:

ຕາງໜ້າໂດຍ:

ຊື່ຂອງບໍລິສັດຈັດຫາງານ:

B. ລູກຈ້າງ (ຜູ້ອອກແຮງງານ) ຊື່:______________________________:

ສັນຊາດ: ໜັງສືຜ່ານແດນເລກທີ່:

ທີ່ຢູ່: ສະຖານທີ່ແລະວັນທີອອກໃຫ້:

ທັງສອງຝ່າຍຕົກລົງເຫັນດີເປັນເອກະພາບກັນຕາມເງື່ອນໄຂລຸ່ມນີ້:

1. **ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ:**____

2. **ໄລຍະເວລາສັນຍາເຮັດວຽກ**____________________ ເລີ່ມຕັ້ງແຕ່ມື້ອອກເດີນທາງມາຈາກປະເທດເພື່ອມາເຮັດວຽກຢູ່ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ.

3. **ຕໍາແໜ່ງງານ:**____

4. **ເງິນເດືອນພື້ນຖານ:**____

5. **ຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກປົກກະຕິ**: ບໍ່ເກີນ 8 ຊົ່ວໂມງຕໍ່ວັນແລະ 6 ວັນຕໍ່ອາທິດ.

6. **ເງິນລ່ວງເວລາ**

   A. ເຮັດວຽກເກີນຊົ່ວໂມງເຮັດວຽກປົກກະຕິ

   B. ເຮັດວຽກມື້ພັກຫຼືວັນພັກທາງການ

7. **ການລາພັກແບບບໍ່ຫັກເງິນເດືອນ**

   A. ລາພັກຜ່ອນ

   B. ລາປ່ວຍ

8. **ເດີນທາງໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ**ເພື່ອໄປສະຖານທີ່ເຮັດວຽກແລະໃນກໍລະນີລຸ່ມນີ້ກໍ່ບໍ່ເສຍຄ່າເມື່ອເດີນທາງກັບບ້ານ:

   A. ເວລາໝົດກໍານົດເຮັດວຽກຕາມສັນຍາ

   B. ຝ່າຍນາຍຈ້າງຍົກເລີກສັນຍາໂດຍບໍ່ມີເຫດຜົນພຽງພໍ

   C. ລູກຈ້າງບໍ່ສາມາດເຮັດວຽກຕໍ່ໄດ້ເນື່ອງຈາກການເຈັບປ່ວຍຫຼືຖືກຜົນກະທົບທີ່ກ່ຽວພັນກັບວຽກທີ່ເຮັດ.

9. **ອາຫານແລະເງິນຊົດເຊີຍ**ມູນຄ່າ ____________________ບາດພ້ອມທັງທີ່ພັກອາໄສບໍ່ເສຍຄ່າ.

10. **ການປິ່ນປົວກໍລະນີສຸກເສີນແລະການບໍລິການກວດແຂ້ວ**ລວມທັງສາສາມັນປະຈໍາບ້ານ.

11. **ປະກັນຊີວິດແລະອຸບັດຕິເຫດສ່ວນບຸກຄົນ**ອີງຕາມກົດໝາຍຂອງລັດຖະບານ ______________. ອີກຢ່າງໜຶ່ງສໍາລັບພື້ນທີ່ທີ່ກໍານົດໂດຍລັດຖະບານ ____________________ ໃຫ້ເປັນເຂດສ່ຽງໄພ. ຕ້ອງສະໜອງປະກັນສິງຄາມບໍ່ຕໍ່າກວ່າ ____________________ ໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍຂອງລູກຈ້າງ.

12. **ກໍລະນີເກີດມີການເສຍຊີວິດ**ຂອງລູກຈ້າງໃນລະຫວ່າງການປະຕິບັດສັນຍາສິ່ງຂອງເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຕ້ອງໄດ້ສົ່ງກັບຄືນປະເທດ ____________________ ເຊິ່ງນາຍຈ້າງຕ້ອງເປັນຜູ້ຮັບຜິດຊອບ.ຖ້າການນໍາສົ່ງບໍ່ສາມາດເຮັດໄດ້ກໍ່ຕ້ອງຈັດການເກັບມ້ຽນຫຼືທໍາລາຍຕາມການເຫັນດີຂອງຍາດພີ່ນ້ອງໃກ້ສິດຫຼືຈາກສະຖານທູດຂອງ ____________________ ຫຼືກົງສູນທີ່ໃກ້ຄຽງ.

13. ນາຍຈ້າງຕ້ອງຊ່ວຍລູກຈ້າງໃນການສົ່ງເງິນທົດແທນຄືນບາງສ່ວນຜ່ານທະນາຄານຫຼືຊ່ອງທາງອື່ນທີ່ຖືກກົດໝາຍ.

14. **ການຍົກເລີກສັນຍາ**:

A. **ການຍົກເລີຍໂດຍນາຍຈ້າງ**:ນາຍຈ້າງອາດສາມາດຍົກເລີກສັນຍານີ້ໃນກໍລະນີທີ່ລູກຈ້າງປະພຶດຜິດລະບຽບ ບໍ່ເຊື່ອຟັງນາຍຈ້າງບໍ່ເອົາໃຈໃສ່ຕໍ່ວຽກງານມັກຂາດວຽກຂັດຄໍາສັ່ງເປີດເຜີຍຄວາມລັບເຮັດຜິດປະເພນີວັດທະນະທໍາແລະກົດໝາຍຂອງ _____________ ຫຼືບໍ່ປະຕິບັດຕາມສັນຍາ..

B. **ການຍົກເລີກໂດຍລູກຈ້າງ**:ລູກຈ້າງອາດຍົກເລີກສັນຍາໂດຍບໍ່ແຈ້ງໃຫ້ນາຍຈ້າງຮັບຊາບໃນກໍລະນີ: ນາຍຈ້າງດູຖູກຢຽດຢາມການປະຕິບັດຜິດມະນຸດສະທໍາຕໍ່ລູກຈ້າງການກະທໍາຜິດກົດໝາຍຂອງນາຍຈ້າງຫຼືນາຍຈ້າງບໍ່ປະຕິບັດຕາມສັນຍາ. ນາຍຈ້າງຕ້ອງຮັບຜິດຊອບການສົ່ງລູກຈ້າງກັບ _______.

B1. ລູກຈ້າງອາດຍົກເລີກສັນຍາໂດຍບໍ່ໃຫ້ເຫດຜົນໃດໆແລະບອກລ່ວງໜ້າກ່ອນ 1 ເດືອນຢ່າງເປັນລາຍລັກອັກສອນ. ນາຍຈ້າງອາດຮຽກຮ້ອງຄ່າຊົດເຊີຍຕໍ່ຄວາມເສຍຫາຍທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກການລາອອກ. ບໍ່ວ່າກໍລະນີໃດນາຍຈ້າງຕ້ອງຮັບຜິດຊອບການສົ່ງລູກຈ້າງກັບ.

C. **ການຍົກເລີກເນື່ອງຈາກການເຈັບປ່ວຍ**: ທັງສອງຝ່າຍອາດຍົກເລີກສັນຍາຍ້ອນການເຈັບປ່ວຍພະຍາດ ຫຼື ການບາດເຈັບອື່ນໆຂອງລູກຈ້າງ. ນາຍຈ້າງຕ້ອງຮັບຜິດຊອບການສົ່ງລູກຈ້າງກັບ.

15. **ການແກ້ໄຂຂໍ້ຂັດແຍ່ງ**: ການຮຽກຮ້ອງແລະຟ້ອງຮ້ອງທີ່ກ່ຽວພັນກັບສັນຍາລູກຈ້າງຕ້ອງດໍາເນີນຕາມນະໂຍບາຍແລະກົດລະບຽບຂອງບໍລິສັດ. ໃນກໍລະນີທີ່ລູກຈ້າງບໍ່ພໍໃຈການຕັດສິນຂອງນາຍຈ້າງກໍລະນີດັ່ງກ່າວຕ້ອງຕົກລົງຢ່າງເປັນກັນເອງໂດຍມີໜ່ວຍແຮງງານຄົນກາງຫຼືຕົວແທນການຈັດຕັ້ງຂອງສະຖານທູດ________ ເຂົ້າຮັບຟັງ. ຖ້າຕົກລົງກັນບໍ່ໄດ້ກໍ່ຕ້ອງຍື່ນສະເໜີຕໍ່ພາກສ່ວນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງທາງການໃນປະເທດດັ່ງກ່າວຫຼື ____________________ ຖ້າກົດໝາຍອະນຸຍາດ.

16. ລູກຈ້າງຕ້ອງປະຕິບັດຕາມກົດລະບຽບຂອງບໍລິສັດ ແລະ ລະບຽບກົດໝາຍຂອງປະເທດແລະເຄົາລົບວັດທະນາທໍາຮີດຄອງປະເພນີຂອງປະເທດທີ່ຕົນເຮັດວຽກຢູ່.

17. **ກົດໝາຍທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ**: ຂໍ້ຕົກລົງແລະເງື່ອນໄຂອື່ນຂອງການຈ້າງທີ່ສອດຄ່ອງກັບ ເງື່ອນໄຂສັນຍາທີ່ລະບຸໄວ້ຂ້າງເທິງ ຕ້ອງປະຕິບດຕາມລະບຽບກົດໝາຍຂອງ ____________________.

ສະໝຸດບັນທຶກ

ປື້ມຄູ່ມືຄູຝຶກ: ຫລັກສູດຝຶກອົບຮົມຜູ້ອອກແຮງງານ ກ່ອນໄປເຮັດວຽກຢູ່ຕ່າງປະເທດ

ສຳລັບຜູ້ອອກແຮງງານລາວທີ່ຈະໄປເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດໄທ

ປື້ມຄູ່ມືນີ້ນຳໃຊ້ສຳລັບຝຶກອົບຮົມແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານລາວ ກ່ອນອອກເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດໄທ. ການຝຶກອົບຮົມດັ່ງກ່າວນີ້ແມ່ນມີຈຸດປະສົງເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ຄວາມເຂົ້າໃຈແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານລາວໃຫ້ສາມາດປັບໂຕ ເຂົ້າກັບສະພາບການເຮັດວຽກແລະວັດທະນະທຳສັງຄົມຂອງໄທໄດ້ເປັນຢ່າງດີ.

ພວກເຮົາຮັບຮູ້ວ່າຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຈຳນວນຫລວງຫລາຍ ແມ່ນຜູ້ປະກອບສ່ວນສຳຄັນແລະໃຫຍ່ຫລວງໃຫ້ແກ່ການພັດທະນາເສດຖະກິດຂອງປະເທດທີ່ຮັບ ແລະ ປະເທດທີ່ສົ່ງ. ແຕ່ອີກດ້ານນຶ່ງພວກເຮົາກໍມີຄວາມເປັນ ຫ່ວງຕໍ່ບັນດາຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເຫລົ່ານີ້, ໂດຍສະເພາະແມ່ນຜູ້ອອກແຮງງານທີ່ຂາດສິນີເຊິ່ງມັກຈະຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດຖືກເອົາລັດເອົາປຽບ. ດ້ວຍຄວາມຫວັງທີ່ຈະຊ່ວຍຜູ້ອອກແຮງງານເຫລົ່ານັ້ນໃຫ້ໄດ້ຮັບຜົນປະໂຫຍດ ສູງສຸດຈາກການໄປອອກແຮງງານຢູ່ຕ່າງປະເທດ, ພວກເຮົາຈຶ່ງໄດ້ສ້າງຫລັກສູດນີ້ຂຶ້ນເພື່ອຝຶກອົບຮົມໃຫ້ແກ່ເຂົາ ເຈົ້າກຽມພ້ອມກ່ອນອອກເດີນທາງ. ໃນຫລັກສູດນີ້, ພວກເຮົາຈະແນະນຳໃຫ້ຜູ້ອອກແຮງງານເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບ ສິດທິ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງເຂົາເຈົ້າເອງ, ວັດທະນະທຳ, ກົດໝາຍ, ລະບົບການປົກຄອງ, ວິທີການ ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫລືອ ແລະ ການຮ້ອງທຸກໃນເວລາຈຳເປັນຢູ່ປະເທດປາຍທາງ. ຜູ້ອອກແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍຍັງ ຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ວິທີການສົ່ງເງິນໃຫ້ຄອບຄົວຢູ່ທາງບ້ານ, ການກະກຽມໂຕກ່ອນໝົດສັນຍາແຮງງານ ແລະ ການກັບ ຄືນປະເທດ. ທ້າຍທີ່ສຸດຂອງການຝຶກອົບຮົມຕາມຫລັກສູດນີ້ກໍເພື່ອຫລຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ ຂອງຜູ້ອອກແຮງງານ ຈາກການຖືກກົດຂີ່ຂູດຮີດ, ເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າສາມາດປົກປ້ອງໂຕເອງ ແລະ ສາມາດຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫລືອໄດ້ໃນ ເວລາຖືກລະເມີດສິດ ແລະ ເດີນທາງກັບຄືນບ້ານດ້ວຍຄວາມປອດໄພ ແລະ ໄດ້ຮັບໝາກຜົນສົມຄວາມຄາດ ຫວັງທີ່ຕັ້ງໄວ້.

ILO Regional Office for Asia and the Pacific
United Nations Building
Rajadamnern Nok Avenue
Bangkok 10200, Thailand
Tel.: +662 288 1234 Fax: +622 288 3062
Email: BANGKOK@ilo.org
www.ilo.org/asia

DECENT WORK
A better world starts here.

9789221285274 (print)
9789221285281 (web pdf)