Ministry of Labour
Republika ng Lebanon

Gabay Impormasyon para sa mga Migranteng Kasambahay sa Lebanon

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Agency for Development
and Cooperation SDC

Swiss Agency for Development and Cooperation SDC

International Labour Organization
Regional Office for Arab States

Ang Proyektong ito ay pinondohan ng European Union

COPYRIGHT © International Labour Organization 2013
Unang nilathala sa Ingles 2012

Ang mga nilathala ng *International Labour Office* ay nagtatamasa ng karapatang magpalathala o *copyright* sa ilalim ng *Protocol 2* ng *Universal Copyright Convention*. Gayunman, ang mga maikling sipi o *excerpts* mula dito ay maaaring kopyahin ng walang pahintulot, sa kondisyon na ang pinagkuhanan ay kikilalanin. Para sa karapatan ng pagpapadami ng kopya o pagsalin sa sariling wika, ang paghingi ng permiso ay dapat iparating sa *ILO Publications (Rights and Permissions)*, sa *International Labour Office*, CH-1211 Geneva 22, Switzerland, o sa pamamagitan ng email : pudroit@ilo.org. Tinatanggap ng *International Labour Office* ang mga ganitong uri ng kahilingan.

Ang mga aklatan o *library*, mga institusyon at iba pang mga gumagamit na nakarehistro na magkaroon ng karapatan sa reproduksiyon ay maaaring gumawa ng mga kopya sang-ayon sa binigay sa kanilang lisensiya para sa ganitong pakay. Pumunta sa www.ifrro.org para sa karapatan sa reproduksiyon sa inyong bansa.

Gabay Impormasyon para sa mga Migranteng Kasambahay sa Lebanon
Manila, International Labour Organization, 2013

ISBN : 978-92-2-826712-9 (print)
ISBN : 978-92-2-826713-6 (web pdf)

Ito ay mayroon din sa wikang Ingles: Information Guide for Migrant Domestic Workers in Lebanon.
ISBN: 978-92-2-125843 (print), Beirut, 2012; ISBN 978-92-2-125844-5(web pdf), Beirut, 2012;
at sa wikang Pranses: Guide d' informations pour les travalilleuses domestiques migrantes au Liban,
ISBN 978-92-2-225843-7, Beirut, 2012; at sa Arabic : يداش تالماعلل تايلزنملا تارجاهملا يف نانبل T ,ليلد را
ISBN 978-92-2-625843-3, Beirut, 2012.

Ang mga pagmamarka na ginamit sa lathala ng ILO, EU at SDC na sumasangayon sa nakasanayan ng *United Nations*, at ang presentasyon ng mga materyales doon ay hindi nagsasasaad ng pagsasabi ng opinyon o kahit ano man sa bahagi ng ILO, EU at SDC na may kinalaman sa legal na estado ng alinmang bansa, lugar o teritoryo o ng kanilang mga awtoridad o tungkol sa pagtatakda ng mga hangganan.

Ang responsibilidad para sa mga opinyon na ipinahayag sa mga may lagdang artikulo, pag-aaral at ibang kontribusyon ay nasa may-akda lamang, ang lathala ay walang pag-iindoso ng ILO, EU at SDC sa mga opinyon na ipinahiwatig doon.

Ang pagbanggit sa mga pangalan ng kumpanya at komersiyal na produkto at proseso ay hindi ibig sabihin ang pag-endoso ng ILO, EU at SDC. Gayon din, ang hindi pagbanggit sa pangalan ng kumpanya, komersiyal na produkto o proseso ay hindi nangangahulugan ng hindi pagsang-ayon sa mga ito.

Ang lathala na ito ay ginawa ng *ILO Regional Office* para sa Arab States sa pakikipagtulungan sa *Ministry of Labour* sa Lebanon at may pinansiyal na tulong mula sa *European Union* (EU) at mula sa *Swiss Agency for Development and Cooperation* (SDC).

Ang mga hangganan at pangalan na ipinakita at mga pagmamarka na ginamit sa mapa na kasama sa dokumento na ito ay hindi nangangahulagan ng opisyal na endoso ng ILO.

Ang mga lathala ng ILO at mga produktong electronik ay maaaring makuha mula sa mga pangunahing nagtitinda ng mga aklat o mula sa mga lokal na opisina ng ILO sa maraming bansa o diretso mula sa *ILO Publications*, *International Labour Office*, CH-1211 Geneva 22, Switzerland. Ang mga katalogo o listahan ng mga bagong lathala ay makukuha ng libre mula sa address na nakasulat sa itaas o sa pamamagitan ng email : pubvente@ilo.org o pumunta sa aming website: www.ilo.org/publns

Para sa ILO Regional Office para sa Arab States at ILO Country Office Manila Publications:

ILO Regional Office for Arab States
P.O. Box 11-4088 Riad El Solh 1107-2150
Beirut-Lebanon
Website : www.ilo.org/arabstates

ILO Country Office Manila
19th Floor, Yuchengco Tower I
RCBC Plaza, Makati City, Philippines
Website: www.ilo.org/manila

Inilimbag sa [Pilipinas]

Paunang Salita

Ang pangingibang bansa ng mga manggagawa o *labour migration*, kung maayos na mapapamahalaan, ay makabubuti sa parehong bansa, ang isa ay kung saan nanggaling ang manggagawa at ang isa ay kung saan patungo ang manggagawa. Ito'y nagbibigay ng oportunidad upang magkaroon ng trabaho ang milyon-milyong babae at lalaki mula sa pinanggalingang bansa at sa pag-unlad ng ekonomiya ng bansa kung saan patungo ang mga manggagawa.

Sa kasalukuyan, kalahati ng 90 milyong migranteng manggagawa sa buong mundo ay babae. May mga malaking pagkakaiba sa mga napapasukang trabaho ng babae at lalaki sa mga bansang kanilang pinupuntahan. Sa kaso ng mga babae, ang karaniwang trabahong puwedeng pasukan ay ang mga tradisyunal na "trabahong pag-aalaga" sa loob ng bahay katulad ng pagiging kasambahay, pag-aalaga ng bata, ng maysakit at ng matatanda. Sa kabila ng mga pagsubok na maaaring kaharapin ng mga migranteng manggagawa sa pag-alis nila mula sa kanilang bansa upang magtrabaho sa ibang bansa, ang kanilang pagtatrabaho ay maaari din magpatatag ng kanilang tiwala sa sarili at kakayahang pangkabuyhayan.

Sa Lebanon, ang *International Labour Organization* ay nakipag-ugnayan sa mga awtoridad na Lebanese at *civil society* sa isang dayalogo upang makabuo ng mga polisiya para siguraduhin ang mga tuntunin at kundisyon sa pagkakaroon ng disenteng trabaho para sa mga migranteng kasambahay. Bilang resulta ay ang pagkakaroon ng Gabay Impormasyon para sa mga migranteng kasambahay. Ito ay naisakatuparan dahil sa pagsama-samang pagsisikap ng mga miyembro ng *National Steering Committee on Women Migrant Domestic Workers* sa Lebanon na itinatag noong Abril 2007 sa ilalim ng tangkilik ng *Ministry of Labour*.

Sa pandaigdigang antas, isang *International Convention*[1] na pinunan ng *Recommmendation*[2] *on Decent Work for Domestic Workers* ay pinagtibay habang ginaganap ang ika-100 sesyon ng *International Labour Conference* noong Hunyo, 2011. Ang pagkakaroon ng mga bagong pamantayan para sa pandaigdigang paggawa ay makasaysayang hakbang para mapangalagaan ang mga karapatan ng mga migranteng kasambahay.

Hangad namin na ang Gabay Impormasyon na ito ay magsilbing daan para sa ikabubuti ng mga migranteng kasambahay na nasa Lebanon.

Ms. Nadal Al-Nashif
Regional Director
Regional Office for Arab States
International Labour Organization

H.E. Mr. Charbel Nahhas
Ministro
Ministry of Labour
Gobyemo ng Lebanon

---

1) Convention No. 189 pinamagatang Decent Work for Domestic Workers Convention, year 2011http://www.ilo.org/ilc/ILCSessions/100thSession/reports/provisional-records/WCMS_157836/lang--en/index.htm

2) Recommendation No. 201 pinamagatang Decent Work for Domestic Workers Recommendation, year2011http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed_norm/@relconf/documents/meetingdocument/wcms_157837.pdf

Pasasalamat

Nais naming ipaabot ang aming taos-pusong pasasalamat sa mga indibidwal na tumulong sa paggawa ng Gabay na ito.

Ms. Emanuela Pozzan; Ms. Simel Esim; Ms. Joyet Beyene; Ms. Rana Rayes; Ms. Marie Noelle Abi Yaghi; Ms. Sanaa Abou Sleiman; Ms. Ghida Ghandour; Ms. Lea Moubayed; Ms. Gudrun Jevne; Ms. Helene Harroff Tavel; Ms. Zeinab Ribai; Mr. Nabil Abdo; at Mr. Mansour Omeira ay mahalaga ang naging papel sa pagkolekta ng datos para sa mga impormasyon sa Gabay na ito at sa pagbalangkas at pag-edit ng iba't-ibang modyul. Ms. Zeina Mezher; Ms.Tania Massad; Ms. Marie-Jose Tayah; at Ms. Reham Rached ay mahalaga ang naging papel sa pagtatapos ng pag-*edit* ng Gabay na ito, paglathala ng Gabay sa limbag at *online* na porma at sa pagbabahagi nito sa 12 wika.

Mr. Abdallah Razzouk, Mr. Fawzy Al-Hajj Hassan, Ms. May Saab, Mr. Adel Zubian, Ms.Marleine Atallah, Ms. Sausan Sabra, Ms. Nazha Shallita, Mr. Nabil Isbir at Mr. Ali Berro mula sa *Ministry of Labour*; Ms. Hala Abu Samra mula sa *Ministry of Justice*; Ms. Abeer Abd Samad mula sa *Ministry of Social Affairs*; Mr. Salim Baddoura mula sa *Ministry of Foreign Affairs*; Mr. Elie Asmar mula sa *Interior Security Forces*; Ms. Amalal-Wehbe mula sa *Directorate General of the General Security*; Ms. Elizabeth Zakharia Sioufi mula sa *Beirut Bar Association (Institute for Human Rights)*; Mr. Ali Amin mula sa *Syndicate of Recruitment Agencies*; at mga kasamahan mula sa diplomatikong misyon ng Pilipinas at Sri Lanka sa Lebanon ay nagbigay ng napakahalagang kontribusyon. Mga kasamahan mula sa Internasyonal at *non-governmental organizations* ay nagbigay din ng kanilang kontribusyon. Sila ay kinabibilangan ng: mga kasamahan sa *Human Rights Watch, International Organization for Migration; Kafa; UNIFEM* (ngayon, *UN Women*) *Regional Office for Arab States*; Ms. Najla Chahda, Ms. Rania Hokayem, at Ms. Isabelle Saadeh Feghali mula sa *Caritas Liban Foreign Centre*; Father Martin McDermott at Mr. Roland Tawq mula sa *Pastoral Committee for Afro-Asian Migrants (PCCAM)*; at Mr. Nidal Al-Jurdi mula sa *Office of the United Nations High Commissioner for Human Rights Regional Office for the Middle East (OHCHR)*.

Espesyal na pagkilala ay dapat ibigay sa ibang mga opisyal ng ILO na nagbasa ng Gabay at nagbigay ng mga komento sa ilang mga pag-uulit. Sila ay kinabibilangan nila: Ms. Nada Al-Nashif, Mr. Maurizio Bussi, Ms. Rasha Tabbara, Ms. Christine Behrendt, at Ms. Najwa Ksaifi mula sa *International Labour Organization's Regional Office* for Arab States; Ms. Niloufer Mukhifor mula sa ILO TURIN; Ms. Nelien Haspels mula ILO Bangkok; Ms. Gloria Moreno-Fontes mula ILO MIGRANT Geneva; Ms. Katerine Landuyt mula ILO NORMES Geneva; Ms. Bina Thapa mula ILO CO Kathmandu; Ms. Hilda Tidalgo mula ILO CO Manila; Ms. Pramo Weerasekera mula ILO CO Colombo; Ms. Christina Holmgren, Ms. Alem Brook, at Mr.Bayou Mulat mula ILO CO Addis Ababa; Ms. Nombana Razafinisoa at Ms. Anne-Marie Ralaivola mula ILO CO Antananarivo; Ms. Lotte Kejser mula ILO CO Jakarta; Ms. Mai Thuy Nguyen mula ILO CO Hanoi; at Mr. Gregoire Crettaz at Mr. Shahabuddin Khan mula ILO CA Dhaka. Nagpapasalamat kami sa kanilang lahat para sa kanilang mahalagang kontribusyon.

Mga Nilalaman

Paunang Salita....1
Pasasalamat....2
Mahal na Migranteng Kasambahay....5
Paano basahin ang Gabay na ito....6

Tsapter 1: Paglalakbay sa Lebanon bilang Migranteng Kasambahay........7

1. Bago ka magtungo sa Lebanon....8

- Mga bagay na dapat malaman bago maglakbay sa Lebanon....8
- Box 1: Mga Eksamen at Ulat Medikal 9
- Mga dapat malaman bago magbiyahe....9
- Box 2: Mga dapat itanong....10

2. Pagdating mo sa Lebanon....10

- Upang makapagtrabaho ng legal sa Lebanon....10
- Alam mo ba na….?....11
- Mga dapat malaman....11

3. Siyam na hakbang na dapat mong sundin pagdating mo sa Lebanon....12

4. Kung aalis ka ng Lebanon....12

Tsapter 2: Ang iyong mga karapatan at pananagutan....13

1. Ang iyong kontrata sa trabaho: ano ang sinasaad nito?....14

Tsapter 3: Ano ang gagawin kung ikaw ay nasa gitna ng gulo.....16

1. Ikaw ay nasa gitna ng gulo kapag nawala ang iyong legal na katayuan (*legal status*) na makapanirahan....17

- Mawawala ang iyong legal na katayuan na makapanirahan kung:....17
- Ano ang mangyayari kung mawala ang iyong legal na katayuan na makapanirahan?....17
- Box 3: "Pagtakas"....18
- Mga dapat malaman....18

2. Ano ang mga dapat gawin kung mayroon kayong pagtatalo o alitan ng iyong amo?....19

3. Ano ang abuso sa trabaho?....19

4. Pagpapalit ng iyong amo....20

5.Tulong legal....20
- Mga dapat malaman....21

6. Alamin pa ang tungkol sa: 21
Kaligtasan sa lugar ng iyong trabaho 21
Pag-aasawa o pagpapakasal 21
Pagbubuntis 22
Trafficking in Persons 22

Tsapter 4: Pag-angkop sa Kulturang Lebanese 23

1. Tungkol sa Lebanon: pagsasalarawan sa bansa 24
2. Mga nakasanayang panlipunan 25
3. Pakikisama sa pamilya ng iyong amo 26
4. Relihiyon 26
5. Mga tamang kilos at pag-uugali 27
6. Pagkain 27
7. Pamantayan ng kalinisan 27
8. Paano tumawag o sumulat sa iyong pamilya sa Pilipinas? 28
   - Box 4: Mga internasyonal code ng ibang bansa 28
9. Paano magpadala ng pera sa Pilipinas? 29
10. Transportasyon 29
    - Mga dapat malaman 29
11. Pamimili 29

Mahal na migranteng kasambahay 30

Mga dagdag (Annexes)

1. Ang Wikang Arabic 31
2. Paghingi ng tulong 37
3. Personal na kalendaryo 41
4. Mahahalagang impormasyon tungkol sa mga unyon, mga kursong pagsasanay bago mangibang-bansa, at samahan ng mga migrante sa Pilipinas 42
5. Paano gamitin ang mga appliances sa bahay at ang mga gamit na panlinis? 46
6. Mga kasanayan sa trabaho para sa mga migranteng kasambahay 47
7. Kontrata sa trabaho para sa migranteng kasambahay 49
8. Librito ng Resibo para sa Sahod 52
9. Paano makakakuha ng Gabay na ito? 53

Mahal na Migranteng Kasambahay,

Malapit ka nang magsimula ng bagong karanasan para manirahan at magtrabaho sa Lebanon. Ang iyong magiging amo ay may mga mga kaugalian at tradisyon na iba mula sa iyo. Laging tandaan na ang paggalang ay dapat palitan sa pagitan mo at ng iyong amo. Upang maintindihan at igalang ng iyong amo ang iyong mga karapatan bilang isang tao at bilang isang manggagawa[3], kailangan mo ring igalang ang iyong amo, at ang kanyang pamilya at gawin ang mga trabahong inatas sa iyo.

Ang gabay na ito ay batay sa mga kasalukuyang batas at patakaran na ipinatutupad sa Lebanon at sa mga kontrata sa trabaho para sa mga migranteng kasambahay na inaprubahan ng *Ministry of Labour* noong Marso 16, 2009. Tandaan na ang mga impormasyon na nakasulat sa ika-tatlong tsapter at sa annex 7 ay puwedeng magbago kung mayroong rebisyon sa mga batas na may kaugnayan sa mga dayuhang manggagawa at sa kanilang mga kontrata sa trabaho.

Ang gabay na ito ay:

- Nagsasabi sa iyo kung paano ipagtanggol ang iyong mga karapatan at gampanan ang iyong mga obligasyon habang nagtatrabaho sa Lebanon.
- Makakatulong upang malaman mo ang lahat tungkol sa Lebanon,ang tungkol sa mga Lebanese, ang kanilang mga nakaugalian at uri ng pamumuhay.

Hangad namin ang inyong positibong karanasan sa pagtatrabaho sa Lebanon!

---

3) Tandaan na para sa Ingles na bersiyon ng Gabay na ito, pinili namin ang paggamit ng salita na walang pinapanigan na kasarian, hangad din namin na ito ay importanteng pagmumulan ng impormasyon para sa parehong babae at lalaking migranteng manggagawa.

Paano basahin ang gabay na ito:

Kapag nakita mo ang:

Tumigil sandali at isaalang-alang ang panganib na kaakibat.

Magpatuloy ng may pag-iingat.

Ligtas na magpatuloy.

Basahing mabuti ang nakasulat. Maaaring magbigay ito sa iyo ng mahalagang mga impormasyon na dapat malaman.

Makakakuha ka ng impormasyon sa karapatang pantao na nasasaad sa mga pandaigdigang kombensiyon at pamantayan sa paggawa.

Basahing mabuti. Ang nakasulat ay maaaring magbigay ng mapapakinabangan at mahalagang impormasyon.

Nagbibigay kami ng praktikal na kasagutan sa mga madalas na katanungan.

Tsapter 1

Paglalakbay sa Lebanon bilang Migranteng Kasambahay

Ang larawan ay kuha mula sa video "Maid in Lebanon" ni Carol Mansour

1. Bago ka magtungo sa Lebanon:

Mga bagay na dapat mong malaman bago maglakbay sa Lebanon:

Naghahanda ka sa paglalakbay sa Lebanon bilang LEGAL na migranteng kasambahay. Samaktwid, bago ka umalis ng Pilipinas, tiyakin mo na napag-aralan mong mabuti ang listahang ito:

MGA GAGAWIN	NAGAWA	HINDI NAGAWA
1. Mayroon kang lahat ng *valid o* balidong dokumento sa paglalakbay PASAPORTE VISA ULAT MEDIKAL(Tingnan ang Box 1) KONTRATA SA PAGTATRABAHO	☒	☐
2. NABASA mong mabuti at NAINTINDIHAN ang mga tuntunin at kundisyon sa kontrata na pinirmahan mo sa Pilipinas at sumasang-ayon ka sa nilalaman nito.	☒	☐
3. NAPA-PHOTOCOPY mo ang lahat ng mga dokumento na nabanggit sa itaas at nag-iwan ka ng kopya sa iyong pamilya at mga kaibigan.	☒	☐
4. NAIBIGAY mo sa iyong pamilya at/o sa iyong mga kaibigan ang *address* ng *recruitment agency* sa Pilipinas at ng *employment agency* sa Lebanon, pati na ang *address* ng iyong amo sa Lebanon.	☒	☐
5. MEMORYADO mo ang numero ng telepono ng Embahada (*Embassy*) ng Pilipinas sa Lebanon at ang mga *hotline numbers* na nasa katapusang bahagi ng Gabay na ito.	☒	☐

Box 1: Mga Eksamen at Ulat Medikal:

Bilang dagdag sa karaniwang eksamen kung ang isang tao ay buntis o *pregnancy test*, ikaw ay sasabihan na magpa-eksamen din para sa *malaria*, *tuberculosis* at *sexually transmitted diseases* bago ka magbiyahe at pagdating mo sa Lebanon.

Para sa iyong kaalaman:

HIV/AIDS: Ang AIDS ay mapanganib at nakamamatay na sakit. Ito ay naikakalat sa pamamagitan ng pagkakalantad sa dugong kontaminado ng HIV na nakukuha sa pamamagitan ng: hindi protektadong pakikipagtalik sa taong may HIV; mula sa inang may HIV na lalalinan ang kanyang bagong panganak na sanggol; pagsasalin ng dugo na kontaminado ng HIV; ang paggamit ng mga instrumento na kontaminado din ng HIV tulad ng karayom at mga hindi isterilisado na gamit na maaaring makita sa kilinika ng dentista, mga gamit na pang-opera at mga matutulis na bagay na ginagamit para sa balat butas o *skin piercing* na ginamit na sa mga pasyenteng may AIDS. Ang gobyernong Lebanese ay nagtatakda ng negatibong resulta ng pagsusuri bilang pangunang kailangan bago magbigay ng visa.

TUBERCULOSIS (TB): Ang tuberculosis ay pangkaraniwanan subalit nakakahawang sakit na maaaring maging sanhi ng kamatayan ng isang tao kung ito ay hindi maagapan at magagamot ng tama. Karaniwang naaapektuhan ang baga kung ang isang tao ay may TB subalit maaari din maapektuhan ang ibang bahagi ng katawan tulad ng buto, kasukasuan at maging ang balat. Hindi lahat ng nalalilan ng tinatawag na TB *microcobe* ay lumalala ang sakit. Ang tinatawag na *Asymptomatic Latent TB Infection* ay ang pangkaraniwan at ikaw ay maaaring makahawa sa iba nang walang pinapakitang sintomas ng sakit. Ang mga sintomas nito ay madalas na pag-ubo na tumatagal ng tatlong linggo, pagsakit ng dibdib, pag-ubo na may kasamang dugo, lagnat, panginginig dahil sa ginaw, pagpapawis sa gabi, pagkawala ng gana sa pagkain, pamamayat at pamumutla. Ang taong may TB ay madaling mapagod.

Mga dapat malaman bago magbiyahe:

- Kung may kakilala kang dating nagtrabaho sa Lebanon o Arab States, kontakin mo sila bago ka umalis at pagkarating mo sa Lebanon at tanungin tungkol sa kanilang mga karanasan. Magtanong ka sa Department of Labor and Employment (DOLE) sa Pilipinas tungkol sa reputasyon ng *recruitment agency* o ahensiyang nag-recruit sa iyo. May mga ahensiyang *blacklisted* dahil sa masama o mapanlinlang na trabaho. Hilingin mo rin sa *recruitment agency* na bigyan ka ng impormasyon tungkol sa magiging trabaho mo sa Lebanon.
- Kung mayroon sa Pilipinas, kumuha ka ng kurso sa paghahanda at pagsasanay para sa mga kasambahay (Tingnan ang Annex 4)
- Tumawag sa mga asosasyon ng mga migranteng manggagawa, mga unyon ng mga migranteng kasambahay, at mga organisasyon na tumutulong sa mga migrante at kanilang mga pamilya (Tingnan ang Annex 4).

Box 2: Mga dapat itanong

Sa mga kaibigan at mga taong nakapagtrabaho na sa Lebanon:

- *Ano ang pangalan ng ahensiya na nag-recruit sa iyo?*
- *Iyon ba ay ahensiyang may magandang reputasyon?*
- *Binigyan ka ba nila ng tama at tapat na impormasyon tungkol sa pamilya na pagtatrabahuhan mo?*

Sa recruitment agency

- *May asawa ba ang amo ko?*
- *Siya ba ay may anak? Kung mayron, ilan? Ano ang edad nila?*
- *Mayroon bang matatanda/may kapansanan/may sakit sa pamilya?*
- *Ako ba ay babayaran buwan-buwan ng cash mula sa unang buwan ng pagtatrabaho?Magkano?*
- *Ano naman ang mga tuntunin at kundisyon sa kontrata (saan ako matutulog, ako ba ay may araw ng pahinga o day off, ako ba ay may insurance…)? Anu-ano ang mga trabahong gagawin ko?*
- *Sino ang dapat kong kontakin o dapat tawagan kung ako ay may problema?*

2. Pagdating mo sa Lebanon

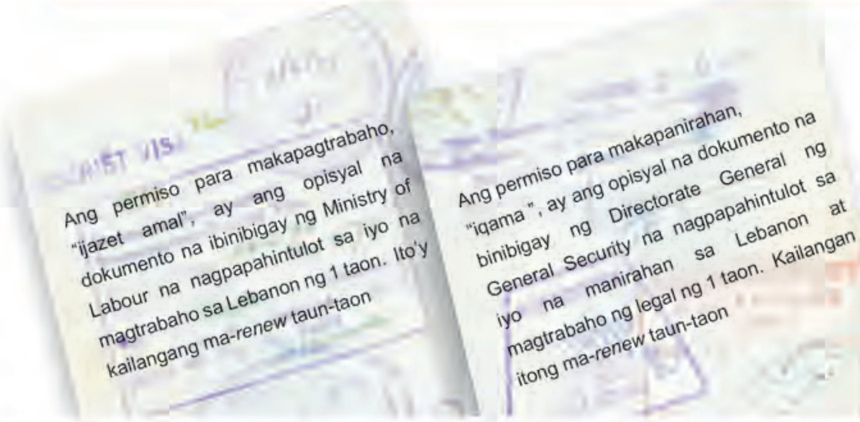
Upang makapasok, manirahan, at makapagtrabaho ng *legal* sa Lebanon bilang migranteng kasambahay, kailangan rehistrado ka na may balidong permiso na makapagtrabaho at makapanirahan sa buong panahon ng iyong pananatili sa Lebanon. Kung hindi, maaari kang makulong o ma-*deport*.

Upang makapagtrabaho ng legal sa Lebanon:

Upang makapasok ng legal sa Lebanon at ma-rehistrado bilang migranteng kasambahay:

1. Kailangan mo ng *sponsor*: Nagtungo ka sa Lebanon sa ilalim ng *sponsorship (Kafala) system*). Ang iyong *sponsor (kafil)* ay siya ring iyong amo, na may pananagutang legal sa iyong paninirahan at pagtatrabaho sa Lebanon. Sa ilalim ng kasalukuyang batas sa Lebanon, ito lamang ang tanging paraan upang maaari kang manirahan at magtrabaho ng legal sa bansa bilang migranteng kasambahay.

2. Kailangan mo rin ng isang balidong pasaporte at visa: Tiyakin mo na ang iyong mga personal na dokumento (*visa*, pasaporte, permiso sa makapanirahan at makapagtrabaho) ay regular na ma-*renew* at ma-*update*. Ito ay responsibilidad ng iyong amo. Dapat mo itong ipaalaala sa iyong amo kung sakaling siya ay makalimot. Para madali, markahan mo sa kalendaryo na ginawa para sa iyo na makikita mo sa Annex 3 ang mga petsa na dapat tandaan, tulad ng petsa kung kailan ka dapat mag-*renew* ng iyong mga papeles at iba pa.



Alam mo ba na ……..?

- Ang iyong pasaporte ay kailangang ma-*renew* kada limang (*5*) taon, at kailangan mo itong gawin bago pa man ito mawalan ng bisa o mag-*expire* dahil ang pag-*renew* ng iyong permiso para makapagtrabaho o *work permit* ay posible lamang sa loob ng 7 buwan bago mawalan ng bisa o mag-*expire* ang iyong pasaporte. Samakatwid, bago mo pa abutin ang 7 buwan na limitasyon sa iyong pasaporte, kailangan mong tawagan ang iyong embahada o konsulado, sa tulong ng iyong amo, para sa pag-proseso ng *renewal* ng iyong pasaporte.

- Sa loob ng 10 araw mula sa pagdating mo sa Lebanon, paalalahanan mo ang iyong amo na mag-*apply* para sa permiso para ka makapagtrabaho o *work permit* mula sa *Ministry of Labour.*

- Ang iyong permiso para makapanirahan o *residence permit* ay dapat mabigay sa iyo nang hindi lalampas ng 3 buwan mula sa pagdating mo sa Lebanon. Kung hindi, maaaring maparusahan ang iyong amo. Samaktwid, mas mabuti na kumuha ang iyong amo ng permiso para makapanirahan o *residence permit* sa loob ng 2 buwan mula ng ikaw ay dumating sa Lebanon.

- Ang parehong permiso para makapagtrabaho o *work permit* at permiso para makapanirahan o *residence permit* ay kailangan ma-*renew* taun-taon bago pa man sila mawalan ng bisa o ma-*expire*.

MGA DAPAT MALAMAN:

- Tandaan mo na karapatan mo na hawakan ang iyong pasaporte at lahat ng iyong mga legal na papeles, kasama ang orihinal na kopya ng iyong kontrata.

- Ang iyong amo ay maaaring maghawak ng kopya o *photocopy* ng iyong pasaporte at iba pang mga *permits*.

- Dapat mong malaman na ang mga huwad na personal na dokumento ay maaaring magdulot sa iyo ng problema at maging sanhi ng iyong pagkabilanggo.

3. Siyam na hakbang na dapat mong sundin pagdating mo sa Lebanon.

1. Darating ka sa Beirut Airport.
2. Sasalubungin ka ng isa o higit pa sa isa na opisyal mula sa *General Security.* Sila ay nakasuot ng uniporme
3. Ang mga opisyal o mga tauhang ito ay tutulong sa iyo sa pag-asikaso ng pasaporte at pagkuha ng bagahe.
4. Pagkakuha mo ng iyong bag o bagahe, ikaw ay dadalhin sa isang kwarto sa airport kung saan magkikita kayo ng iyong amo.
5. Depende sa oras at araw ng iyong pagdating, ikaw at ang iyong amo ay maaaring pumunta nang diretso sa kanyang bahay o pumunta sa *employment agency*.
6. Kasama ang iyong bagong amo, ikaw ay pupunta sa doktor na magsasagawa ng eksameng pisikal at medikal (tingnan ang Box 1, pahina 9).
7. Ikaw at ang iyong amo ay pupunta sa notayo pampubliko upang pirmahan ang iyong kontrata sa trabaho.
8. Sa loob ng 10 araw mula nang iyong pagdating sa Lebanon, ang iyong amo ay dapat pumunta sa *Ministry of Labour* upang kuhanin ang iyong permiso para makapagtrabaho o *work permit*.
9. Sa loob ng 3 buwan mula sa iyong pagdating, ang iyong amo ay dapat pumunta sa *General Security* upang kunin ang iyong permiso para makapanirahan o *residence permit*

4. Kung aalis ka ng Lebanon

Upang makaalis ng Lebanon, kailangan mo ng :

1. Balidong pasaporte;
2. Balidong permiso na makapanirahan o *valid residence permit (iqama)*;
3. Tiket ng eroplano pabalik ng Pilipinas; at
4. Pagsang-ayon ng iyong amo.

Tsapter 2

Ang iyong mga karapatan at pananagutan

Ang larawan ay kuha mula sa video "Maid in Lebanon" ni Carol Mansour

1. Ang iyong kontrata sa trabaho: ano ang sinasaad nito?

Bilang migranteng kasambahay, ang mga tuntunin at kundisyon sa iyong trabaho ay ipinaliwanag sa kontrata na pinirmahan ng iyong amo (Unang Partido) at pinirmahan mo (Ikalawang Partido) rin sa harapan ng notaryo pampubliko. Ang buong nilalaman ng kontrata sa trabaho na nakasulat sa tagalog ay makikita sa Annex 7.

- **Uri ng trabaho:** Ikaw ay magtatrabaho bilang migranteng kasambahay. (Introduksiyon)

- **Lugar ng trabaho:** Bahay ng iyong amo (Artikulo 2).

- **Tagal ng trabaho:** Isang(1) taon, na ire-*renew* taun-taon ng iyong amo (Artikulo 4)

- **Petsa ng pagsisimula:** Magsisimula ang iyong trabaho sa sandaling ikaw at ang iyong amo ay pumirma ng kontrata sa harapan ng notaryo pampubliko. Nakasaad sa kontrata ang tatlong (3) buwang probasyon o *probationary period* (Artikulo 5).

- **Buwanang sahod:**

  1.May karapatan kang tanggapin ang parehong halaga ng sahod buwan-buwan ayon sa nakasaad sa kontrata; at

  2.May karapatan kang tumanggap ng buong suweldo sa katapusan ng bawat buwan ng iyong pagtatrabaho nang walang di-makatarungang antala.

- **Asal/Kilos:** Dapat mong gawin ang mga trabahong nakasaad sa iyong kontrata at tanggapin ang pananagutan sa iyong trabaho.

Tiyakin mo na hindi ka kikilos sa anumang paraan na magiging sanhi ng problema para sa iyo at sa iyong amo sa loob ng kanyang bahay o sa labas ng kanyang bahay habang araw ng iyong pahinga o *day off*.

> Hindi ka maaring utusan ng amo mo na magtrabaho sa bahay ng iba o magtrabaho ng naiiba sa mga gawain ng isang kasambahay (Artikulo 3). Kung gayon, may karapatan kang tumanggi sa mga gawaing hindi kasama sa iyong kontrata. Gayon din, huwag mong lalabagin ang iyong kontrata sa pamamagitan ng pagtatrabaho sa iba ng walang pahintulot ng iyong amo.

> Ang suweldo mo ay maaaring bayaran ng *cash* o *bank transfer*. Sa alinman sa mga paraang ito, ikaw at ang iyong amo ay pipirma sa resibo. Upang maging madali ito, may librito ng resibo na isinama sa gabay na ito.

> Huwag kang basta magtitiwala sa mga taong hindi mo kakilala at baka ipahamak ka nila. Huwag kang papayag na magamit. Igalang mo ang pribadong buhay ng iyong amo at mga kasama sa bahay. Huwag pag-uusapan ang mga pribadong bagay sa labas ng bahay. Igalang mo ang relihiyon ng pamilya ng iyong amo tulad ng paggalang nila sa iyong relihiyon.

> Kung nanaisin, maaari kang bumili ng iba pang damit mula sa sarili mong pera. Maaaring piliin ng iyong amo na magsuot ka ng uniporme na bibilhin niya para sa iyo.

- **Mga benepisyo:**

  1. May karapatan ka sa malinis, ligtas, at mabuting espasyo o lugar kung saan maaari kang magpahinga at magkaroon nang sarilinan.

  2. May karapatan kang bigyan ng damit na angkop sa panahon at regular at sapat na pagkain ayon sa iyong pangangailangang pangkalusugan (Artikulo 8).

- **Pangangalagang medikal:** May karapatan ka sa angkop na pangangalagang medikal kung kailangan mo. Ibig sabihin, kung kailangan mong kumunsulta sa doktor, ang iyong amo ang mag-aasikaso nito. Ang gastos sa iyong pagpapagamot sa oras ng aksidente, kasama ang pagpasok sa ospital, ay sasagutin ng *medical insurance* na babayaran ng iyong amo para sa iyo. Ang pangangalaga sa ngipin at mata ay hindi kasali sa iyong *medical insurance* (Artikulo 9). Gayunman, ang gastos para dito ay sasagutin ng iyong amo.

- **Permiso na makapagtrabaho at makapanirahan:** Pagkadating mo sa Lebanon, responsibilidad ng iyong amo na tiyaking ikaw ay may regular na permiso na makapagtrabaho at makapanirahan na ire-*renew* taun-taon ng iyong amo sa sarili niyang gastos. (Artikulo 10) (Tingnan ang Tsapter 1 para sa dagdag na impormasyon.)
- **Lingguhang pahinga:** May karapatan ka sa isang (1) araw na pahinga o *day off* bawat linggo na mayroong dalawampu't apat (24) na oras na tuluy-tuloy. Sa panahong ito, ikaw ang may pananagutan sa iyong sarili. Dapat pagkasunduan mo at ng iyong amo kung aling araw ng linggo ang napili mong pahinga at kung ano ang gagawin mo sa iyong lingguhang pahinga (Artikulo 12).

Ibig sabihin nito na maaari kang magpahinga ng maikli (break) sa araw at ikaw ay maaaring magpahinga sa gabi nang hindi kukulangin sa 8 oras. Kung utusan ka ng iyong amo na magtrabaho sa gabi at/o Sabado at Linggo, at ikaw ay pumayag, ang trabahong ito ay hindi dapat lumampas sa 10 di-magkakasunod na oras bawat araw kasama ang maikling pahinga at oras para kumain. Siguruhin mo na nagkakasundo kayo sa oras upang mabawi mo ang iyong arawan at lingguhang pahinga at sabihin mo sa iyong amo kung kailan ka babalik para maiwasan ang hindi pagkakaunawaan.

- **Oras ng Pagtatrabaho:** May karapatan kang magtrabaho ng humigit-kumulang sampung (10) oras na hindi tuloy-tuloy bawat araw, at may karapatan ka rin para sa hindi kukulangin sa walong (8) oras na tuloy-tuloy na pahinga sa gabi (Artikulo 11).
- **Taunang bakasyon:** May karapatan kang magkaroon ng anim (6) na araw na bakasyon bawat taon. Pag-usapan niyo ng iyong amo kung kailan mo gagawin ang bakasyong ito at ipaalam mo sa kanya ang iyong mga plano ukol dito (Artikulo 12).
- **Gastos sa pagbibiyahe:** May karapatan kang magkaroon ng tiket pauwi sa Pilipinas sa pagtatapos ng iyong kontrata. May mga kataliwasan o *exception* dito na malalaman mo sa bahagi ng Gabay na ito tungkol sa "Pagtatapos ng Kontrata" (Artikulo 13).
- **Komunikasyon sa iyong pamilya:** May karapatan kang tumawag at tawagan ng iyong pamilya at mga kaibigan at magpadala at makatanggap ng sulat o mensahe. Ang iyong amo ay tutulong sa komunikasyon mo sa iyong pamilya at magbabayad ng isang tawag mo sa telepono bawat buwan. Ikaw ang magbabayad sa iba mo pang tawag (Artikulo 14). (Tingnan ang Tsapter 4.8 para sa iba pang paliwanag).
- **Sick leave:** Kung ikaw ay magkasakit o masaktan, may karapatan ka sa *sick leave* na kalahating buwan na may bayad at kalahating buwan na may kalahating buwan na bayad. Ito ay magiging base sa medikal na ulat (Artikulo 15)
- **Pagtatapos ng kontrata:**

  1. Maaaring tapusin ng iyong amo ang kontrata mo sa sandaling gumawa ka ng isang bagay na magdudulot ng problema sa kanya o kung gumawa ka ng isang bagay na labag sa mga batas sa Lebanon. Sa mga ganitong kaso, ikaw ang magbabayad sa iyong tiket pauwi (Artikulo 16).

  2. Maaari mong tapusin ang kontrata sa iyong amo kung hindi siya nagbabayad ng iyong suweldo o kung kulang ang ibinibigay sa iyong suweldo sa loob ng tatlong (3) magkakasunod na buwan; kung may pangkaisipan at pisikal na pang-aabuso na pinatutunayan ng medikal na ulat; kung ikaw ay nagamit at pinilit na magtrabaho ng naiiba sa pagiging kasambahay. Sa mga kasong ito, ang iyong amo ang magbabayad ng tiket mo pauwi (Artikulo 17).

- **Pagtatalo o alitan:** Kung ikaw at iyong amo ay magkaroon ng pagtatalo o alitan tungkol sa iyong karapatan at pananagutan sa loob ng iyong Kontrata sa pagtatrabaho, ikaw at ang iyong amo ay parehong maaaring magharap ng reklamo sa *Ministry of Labour* na tutulong sa pag-areglo (Artikulo 18). Kung mabibigo ang pag-aareglo sa pagtatalo o alitan, ikaw at ang iyong amo ay may karapatan na humanap ng pagwawasto sa kaukulang Korte sa Lebanon. (Artikulo 19) (Tingnan ang Tsapter 3.2)
- **Opisyal na kopya:** Ang iyong kontrata ay nakasulat sa salitang Arabic at ito ay kasalukuyang isasalin sa wikang Filipino. Tiyakin mong ang kontratang ito ay iyong matatanggap, pipirmahan at magtatago ka ng isang kopya para sa iyo.

Tsapter 3

Ano ang gagawin kung ikaw ay nasa gitna ng gulo

Ang larawan ay kuha mula sa video "Maid in Lebanon" ni Carol Mansour

1. Ikaw ay nasa gitna ng gulo kung mawawala ang iyong legal na katayuan (legal status) na makapanirahan.

Mawawala ang iyong legal na katayuan na makapanirahan kung:

- Ang iyong *visa* at/o permiso na makapanirahan ay wala nang bisa o *expired* na.
- Umalis ka sa bahay ng iyong amo (ang tawag dito ay "pagtakas") at iniwan mo ang iyong trabaho nang walang anumang legal o makatarungang dahilan batay sa iyong kontrata.
- Ikaw ay nagtatrabaho ng ilegal (walang permiso na makapagtrabaho).
- Gumawa ka ng krimen, tulad ng pagnanakaw, pagpatay, prostitusyon,

Ano ang mangyayari kung mawala ang iyong legal na katayuan na makapanirahan?

- Mawawala ang iyong permisong makapanirahan at makapagtrabaho sa Lebanon. Kapag nangyari ito, maaari kang abusuhin at gamitin ng ibang tao.
- Mahaharap ka sa banta na panghuhuthot o pangingikil (pera, serbisyo, pagkaalipin) at abuso (pisikal, seksuwal, at iba pa.)
- Mabubuhay ka sa takot na maaresto, mabilanggo, at ma-*deport*.
- Ikaw ay maaaring mabilanggo at ma-*deport* dahil sa ilalim ng batas ng Lebanon, ikaw ay ituturing na lumabag sa batas ng imigrasyon at ng paninirahan sa bansang nasa ilalim ng *sponsorship system*.
- Maaaring mahirapan kang tumanggap ng proteksiyon mula sa batas, *healthcare*, at iba pang serbisyong nakalaan para sa mga legal na manggagawa.
- Kung ikaw ay maaresto at mabilanggo dahil sa iyong ilegal na katayuan na makapanirahan o "*illegal residence status*", maaari kang ikulong ng mga awtoridad na Lebanese sa kanilang piitan hanggang maresolba ang iyong kaso.
- Kung mapatunayan kang gumawa ng krimen ng pagnanakaw o prostitusyon, ikaw ay lilitisin sa kanilang korte (*criminal court*) at papatawan ng parusang pagkabilanggo. Kaya nga iwasan na gumawa ng anumang krimen.
- Ang mabilanggo na may hatol na kriminal ay isang seryosong bagay. Maging maingat upang maiwasan ang masangkot sa mga gawaing kriminal na magiging dahilan ng pagkabilanggo.

Box 3: "Pagtakas"

Nakasanayan nang gamitin ang terminong "takas" na tumutukoy sa isang migranteng kasambahay na umalis sa bahay ng kanyang amo dahil sa :

- Masamang pagtrato;
- Hindi pagbabayad ng kanyang suweldo;
- Personal na kadahilanan at sa kagustuhang magtrabaho sa iba bilang isang "*freelancer*"
- Hindi niya gusto ang trabaho.

Tandaan:

- Ang pagtakas sa bahay ng iyong amo ay maaaring maglagay sa iyo sa isang hindi komportable o mas mapanganib sa sitwasyon kumpara noong una.
- Huwag umalis sa bahay ng iyong amo bilang unang opsyon.
- Bilang unang hakbang,sikapin na kausapin ang iyong amo tungkol sa iyong problema lalo ng kung ito ay tungkol sa iyong mga karapatan na nakasaad sa iyong kontrata.
- Kung mabigo ka at magpasyang umalis sa bahay ng iyong amo, umalis ka pagkatapos lamang na matawagan mo ang mga taong puwedeng tumulong sa iyo (makikita sa Annex 2: "Asking for Help").
- Tiyakin na naiintindihan mo:
  - Ang mga pagpipilian na mayroon ka at ang kanilang puwedeng kahinatnan;
  - Ang mga payo na ibinibigay sa iyo;
  - Ang magiging implikasyon ng iyong gagawin

Mga dapat malaman:

Kung nasa gipit na kalagayan:

- "Maging mahinahon!"
- "Huwag mataranta!"
- "Huwag magdesisyon ng nagmamadali at dahil lamang sa ikaw ay desperado!"
- "Huwag hayaang galit at takot ang manaig sa iyong mga gagawin na maaari mong pagsisihan sa huli!"
- Sikapin na makahanap ng pinakaligtas at pinaka-angkop na soulusyon para sa ganitong sitwasyon.
- "Huwag gagawa ng anumang bagay na maglalagay sa iyo sa panganib!"
- "Humingi ng tulong; tandaan hindi ka nag-iisa."
- "Marami ang puwedeng tumulong sa iyo."

- Una, subukang tawagan ang mga numerong ibinigay sa iyo na matatagpuan sa Annex 2 at 4 ng Gabay na ito (numero ng iyong Embahada, mga *Help Hotlines*, numero ng *Ministry of Labour* at numero ng *General Security*).
- Ipaliwanag mo ang iyong sitwasyon ng malinaw at ng may buong katapatan, at makinig sa mga opsyon at payo na ibinigay sa iyo .
- Kung hindi ka makahanap ng telepono:

  o Tawagan ang kapitbahay.

  o Humingi ng tulong sa kapwa migranteng kasambahay na pinagkakatiwalaan mo.

2. Ano ang mga dapat gawin kung mayroon kayong pagtatalo o alitan ng iyong amo?

Kami'y umaasa na ikaw, bilang isang manggagawa, ay magkakaroon ng magandang relasyon sa iyong amo. Gayon pa man, ang pagtatalo at alitan ay posibleng mangyari. Ito ay puwedeng mangyari sa pagitan mo at ng pamilya kung kanino ka nagtatrabaho dahil sa hindi pagkakaintindihan at mga iba't-ibang inaasahan. Kapag ito ay nangyari, makipag-usap sa iyong amo upang makahanap ng solusyon na katanggap-tanggap sa inyong dalawa. Bagama't ang mahusay na pakikipag-usap sa iyong amo ay napakahalaga, kung minsan ang pagkakaiba ng wika ay maaaring maging hadlang. Maaaring hindi mo maipahayag ang sarili mo ng ayon sa gusto mo o malinaw na maintindihan ang sinasabi ng amo mo sa iyo.

Hinihimok namin na pag-aralan mo ang wikang Arabic sa lugar ng iyong trabaho o magtanong sa iyong mga kaibigan sa Pilipinas na nagtrabaho na sa Lebanon nang matagal na panahon para turuan ka ng wikang ito. Dahil dito, binibigyan ka namin ng pangunahing bokabularyo (Tingnan ang Annex 1) na nakasulat sa wikang Arabic na makakatulong sa iyo upang makipag-usap ng maayos sa iyong amo at sa kanyang pamilya. Minumungkahi din namin na ipaliwanag mo ang iyong pagkukuro o saloobin sa iyong amo ng kalmado at may pasensiya. Sinasabi sa iyong kontrata na kung mayroong pagtatalo sa pagitan mo at ng iyong amo na hindi kayang lutasin agad, ikaw at ang iyong amo ay maaaring maghain ng reklamo sa *Ministry of Labour*. Sa oras na hindi ma-areglo ang pagtatalo, ikaw at ang iyong amo ay maaring maghangad ng pagwawasto mula sa *Lebanese Courts*. Ipinapayo din namin na humingi ka ng tulong sa mga institusyon na nabanggit sa Annex 2 na maaaring tumulong sa iyo.

3. Ano ang abuso sa trabaho?

Ang abuso ay kung ikaw ay minamaltrato ng iyong amo o sino man na miyembro ng kanyang pamilya. Ito ay dapat i-*report* sa loob ng 48 oras sa embahada ng Pilipinas, sa *General Security* at sa *Ministry of Labour*. May iba't-ibang uri ng pang-aabuso:

1.Abusong pangkabuhayan: Ito'y nangyayari kung alin man sa TERMINO at KONDISYON ng iyong kontrata ay nilabag ng iyong amo tulad nang hindi pagpapasuweldo sa tamang oras, pagbibigay ng kulang na suweldo o hindi ka pinapasuweldo; kapag hindi ka binibigyan ng pangangalagang medikal, sapat na tirahan o lugar pahingahan, sapat na pagkain at iba pa.

2. **Abusong pangkaisipan:** Ito'y nangyayari kung pagbawalan ka ng iyong amo na tumawag at makipag-usap sa iyong pamilya, limitahan ang iyong galaw at oras ng pahinga, pagtago sa iyong pasaporte at iba pang personal na dokumento, kinukulong ka sa isang kwarto or sa loob ng bahay na labag sa iyong kagustuhan.

3. **Abusong berbal:** Ito'y nangyayari kung sinasabihan ka ng iyong amo ng mga salitang nakakababa ng pagkatao, nakakainsulto, nanghihiya, nanghahamak at nangaalipusta sa iyong lahi, relihiyon, pananamit, at iba pa.

4. **Karahasang pisikal:** Ito'y nangyayari kung hinahampas, kinukurot, sinisipa, pinapaso ka ng iyong amo. (Bukod sa mga ito ay marami pang ibang uri ng karahasang pisikal)

5. **Abusong seksuwal**: Ito'y nangyayari kung pinilit ka ng iyong amo o sino man sa kanyang pamilya na makipagtalik na labag sa iyong kagustuhan o mayroong pagpapahiwatig ng seksuwal na pagnanasa sa iyo at iba pa.

Kung alinman sa mga nabanggit na abuso ay ginawa sa iyo, mayroon kang sapat na dahilan na tapusin ang iyong kontrata.

****Tandaan: ang masamang pagtrato sa iyong amo o miyembro ng kanyang pamilya ay abuso rin at ito ay sapat na dahilan para sa iyong amo na tapusin ang iyong kontrata. Depende sa uri ng abuso na iyong nagawa, ikaw ay maaaring maparusahan sa ilalim ng batas ng Lebanese.**

4. Pagpapalit ng iyong amo

Ang unang tatlong buwan ng iyong pagtatrabaho ay maaaring siyang pinakamahirap. Sa panahong ito, ikaw ay umaangkop sa bagong trabaho, sa iyong bagong tirahan at sa iyong bagong kapaligiran. Maaaring hindi ka maging masaya sa iyong trabaho; maaaring ito ay masyadong mahirap, mabigat at nakakapagod ang mahabang oras. Maaaring mahirapan ka sa pakikisama sa iyong amo. Maaaring makaramdam ka ng hindi ka naiintindihan, inaapi at nag-iisa.

- Bago ka gumawa ng malaking desisyon, at bago ka humiling ng pagpapalit ng iyong amo, makabubuti na kausapin mo muna ang iyong amo para pag-usapan ang mga isyu at tingnan mo kung makakahanap ka ng solusyon sa iyong mga problema.

- Kung hindi ka makahanap ng paraan para maging maayos ang iyong sitwasyon, maaari ka nang humiling na magpalit ng amo. Ang mga *employment agencies* sa Lebanon ay obligadong tulungan ka at ang iyong amo sa pagpapalit ng lugar ng trabaho sa loob ng tatlong buwan pagkatapos ng iyong pagdating sa Lebanon ngunit dapat hindi ito lalampas sa tatlong buwan.

5. Tulong legal

Mayroon kang karapatan para bigyan ng tulong legal. Halimbawa, puwede kang bigyan ng abogado para konsultahin o para maging kinatawan mo sa korte. Ang tulong legal ay maaaring magastos at baka hindi mo ito kayanin. Gayon pa man, may mga *non-government organizations* (tingnan ang listahan sa Annex 2) na maaaring magbigay sa iyo ng libreng tulong legal. Kung sakaling kailangan mong humarap sa korte kahit sa ano mang kadahilanan, puwede kang humiling ng tagasalin sa wikang Filipino o *interpreter*; kung minsan, puwede kang tulungan ng embahada ng Pilipinas at/o ng isang *non-government organization* tungkol dito. Mayroon kang karapatan para tawagan ang embahada ng Pilipinas o konsulado para sa tulong legal at tulong sa pagsasalin sa wikang Filipino.

Mga dapat malaman:

- Memoryahin mo ang mga pangunahing numero ng telepono na kailangan mong tawagan agad kung sakaling mayroon kayong pagtatalo o problema ng iyong amo at kailangan na ito ay malutas agad.

- Ang numero ng pulis at ambulansiya ay nakalista sa Annex 2 sakaling may hindi inaasahang pangyayari sa bahay o sa paligid mo na nangangailangan ng tulong tulad ng sunog, pagkahulog at iba pa.

6. Alamin pa ang tungkol sa:

Kaligtasan sa lugar ng iyong trabaho:

- Huwag gumamit ng Clorox sa mainit na tubig. Dapat gumamit ka ng plastik na guwantes kapag gumagamit ng kemikal sa paglilinis. Takpan ang iyong ilong at bibig upang hindi mo malanghap ang kemikal habang naglilinis. Dapat ding gumamit ka ng tamang sapatos upang hindi ka madulas sa basang sahig.

- Kung ikaw ay nautusang maglinis ng bintana at ng balkonahe, tiyakin na mag-ingat na hindi mawala ang iyong balanse kapag ikaw ay nakahilig o inaabot ang rehas ng bintana.

- Iwasan na nakasuot ang basang damit nang matagal. Magpalit ng tuyong damit para maiwasan magkasakit

- Laging magtanong kung hindi mo naiintindihan ang utos at pakiusap ng iyong amo.

Pag-aasawa o Pagpapakasal

- Bilang isang migranteng kasambahay, dapat malaman mo ang mga posibleng kahinatnang legal kung ikaw ay mag-aasawa o magpakasal o may balak na magbuntis sa Lebanon.

- Walang kasalang sibil sa Lebanon; gayon pa man, kinikilala ng gobyerno ng Lebanon ang anumang kasalang sibil na ginawa sa labas ng bansa.

- Nakasaad sa Konstitusyon ng Lebanon na legal ang pag-aasawa o pagpapakasal nang sinuman. Gayon pa man, kapag ang migranteng kasambahay ay nasa ilalim ng *sponsorship (kafala) system*, ang pag-aasawa o pagpapakasal ay nagiging komplikado at mahirap na isyu. Minumungkahi namin na kung sino mang migranteng kasambahay ang may katanungan sa pag-aasawa sa ilalim ng *kafil system*, ay tawagan ang embahada ng Pilipinas para sa kaukulang payo at impormasyon (Tingnan ang Annex 2 "Paghingi ng Tulong.")

Pagbubuntis:

- Bago magtungo at pagkadating mo sa Lebanon, ikaw ay dapat sumailalim sa eksamen sa pagbubuntis (*pregnancy test)*.
- Sa Lebanon, walang *Pregnancy Policy* na ipinatutupad para sa mga migranteng kasambahay na babae.
- Kung ikaw ay buntis, hindi ka maaaring manatili sa Lebanon bilang migranteng kasambahay. Agad kang pababalikin sa Pilipinas ng iyong *employment agency*.
- May mga kasalukuyang ginagawang hakbang para mabago ito na dapat mong malaman.
- Hindi kasama ang gastos sa panganganak sa seguro sa kalusugan o *health insurance* na sumasaklaw sa mga migranteng kasambahay na babae. Hindi rin kasama sa iyong kontrata ang *maternity leave*.
- Ang pagpalsipika ng *pregnancy test* ay maaaring maglagay sa iyo sa mahirap na sitwasyon.
- Lagi mong isaisip na ayon sa batas ng Lebanon, hindi posible na ipasa ng ina ang kanyang nasyonalidad (*nationality*) sa kanyang anak.

Trafficking in Persons:

- Makabubuting maintindihan mo ang pagkakaiba ng *labour migration* at *trafficking in persons*.
- Ang mga sitwasyong maaaring may kinalaman sa *trafficking in persons* ay dapat i-*report* sa mga numero ng telepono na matatagpuan sa Annex 2.

Ang internasyonal na depenisyon ng *trafficking in persons* ay nagsasad na:

Ang ibig sabihin ng *trafficking in persons* ay pag-*recruit*, paghahakot, paglipat, pagkupkop o pagtanggap ng tao sa pamamagitan ng pananakot o paggamit ng dahas o iba pang uri ng pagpipigil, pag-agaw, pandaraya, panlilinlang, pag-abuso sa kapangyarihan o sa kahinaan ng posisyon sa pagbibigay o pagtanggap ng bayad o benepisyo para makuha ang pagpayag ng isang tao sa hangaring magsamantala.

Ang pagsasamantala ay kinabibilangan ng prostitusyon, o iba pang uri ng sekswal na pananamantala, sapilitang pagtatrabaho o sapilitang serbisyo, pang-aalipin o iba pang gawain tulad nito at pagtanggal ng bahagi ng katawan.*

*United Nations Palermo Protocol, 2000.

Tsapter 4

Pag-angkop sa Kulturang Lebanese

Larawan ni Carol Mansour

Bilang migranteng kasambahay, ang pagkakaroon ng kaalaman sa kultura at ugali ng iyong amo, ng kanyang pamilya, at ng bansang Lebanon ay makatutulong para maiwasan ang hindi pagkakaintindihan at sa pagpapabuti ng iyong buhay at karanasan sa Lebanon.

1. Tungkol sa Lebanon: Pagsasalarawan sa bansa

- Ang Lebanon ay nasa silangang bahagi ng dagat ng *Mediterranean* (*Mediterranean Sea*).
- Ito ay bansang bulubundukin ngunit ang ibang bahagi nito ay kapantay ng dagat at may mahabang dalampasigan.
- Ang populasyon ng Lebanon ay halos 4 na milyong tao.
- Bukod sa Beirut, ang iba pang pangunahing lunsod ay Baalbek, Batroun, Beiteddin, Jezeen, Byblos, Jounieh, Sidon, Tripoli, Tyre and Zahle. Ang kapital ng Lebanon ay Beirut. Ito ay isang lunsod sa may baybayin kung saan ang halos kalahati ng populasyon ay naninirahan.
- Ang pera ng Lebanon ay tinatawag na Lebanese Lira (LL) o (LBP). Ang katumbas ng US $1 (isang US dolyar) ay LL 1,500 (maaaring magbago ang palitan). Ang *US* dolyar ay ginagamit din sa araw-araw na transaksyon.
- Ang klima sa Lebanon ay karaniwang katamtaman; ito'y nagbabago depende sa lugar at panahon mula tag-init hanggang tag-lamig. Ang panahon ng tag-init ay mula Hunyo hanggang Setyembre at ang panahon ng tag-lamig at tag-ulan ay mula Oktubre at nagtatapos ng Abril.
- Ang temperatura ay katamtaman sa Abril at Mayo. Ang tabing-dagat ay palagiang mainit kaysa sa kabundukan.
- Kung tag-init, kakailanganin mo ang mga damit na yari sa koton at iba pang manipis na tela.
- Kung tag-lamig, kakailanganin mo ang mga damit na makakapal na gawa sa lana o wool (dyaket, balabal, medyas, bandana at marahil, sombrero)
- May iba't-ibang relihiyon, lahi at nasyonalidad ang mga taong naninirahan at nagtatrabaho sa Lebanon. Ang pagkakaisa sa relihiyon at lahi ay mahalaga para sa mga tao nang sa gayon ay makapamuhay ng sama-sama.
- Siguraduhin na alam mo ang mga pagbabago sa politika sa Lebanon at sinusunod mo ang panuntunan sa seguridad. Halimbawa, ang hindi paglabas ng bahay kung sakaling may tensiyon at pag-iwas sa mga matao at masisikip na lugar.

2. Mga nakasanayang panlipunan

- Minsan, ang mga tao sa Lebanon ay nagsasalita ng may malakas na boses. Pero hindi ibig sabihin nito na sila ay galit sa iyo o hindi ka nila gusto. Ito ay naiibang paraan nang pakikipag-usap mula sa paraan na nakasanayan mo.
- May mga pagkakataong sabay-sabay na nagsasalita ang mga Lebanese. Gayon din, maaaring makatanggap ka ng utos mula sa ibang miyembro ng pamilya nang sabay-sabay. Kung mangyayari ito, tanungin mo ang iyong amo kung alin ba sa mga utos ang dapat mong unahing gawin.
- Kadalasan, kung ang mga Lebanese ay nagsasabi ng “HINDI”, tinataas nila ang kanilang kilay, umiiling ng kaliwa’t kanan o tumitingala.
- Karaniwan sa mga Lebanese ang umistima ng maraming bisita sa kanilang bahay hanggang hatinggabi.

3. Pakikisama sa pamilya ng iyong amo

- Dapat mabihasa ka sa pamilya ng iyong amo. Intindihin mo ang kanilang mga kaugalian na may kinalaman sa kanilang lipunan, kultura at relihiyon at ang mga karaniwang gawain ng pamilya para mas lalong maganda ang iyong pakikisama sa loob ng kanilang bahay.

Larawan ni Carol Mansour

4. Relihiyon

- Ang Konstitusyon ng Lebanon ay sumasaklaw sa lahat ng taong naninirahan sa bansa kabilang ka na bilang isang migranteng kasambahay.

- Ang relihiyon ay may mahalagang papel sa lipunan ng Lebanon. May dalawang pangunahing relihiyon sa bansa: Kristiyano at Muslim.

- Ang mga Kristiyano sa Lebanon ay kinabibilangan ng mga sumusunod: Katoliko, Maronites, Greek Orthodox, Protestante at iba pang sekta.

- Ang mga Muslim sa Lebanon ay kinabibilangan ng mga sumusunod: Shiites, Sunnis, Alawites at Druze.

- Ang bawat relihiyon ay may kani-kaniyang kaugalian, nakasanayan at batas sa pamilya para sa kasal, mana at iba pa.

Ang relihiyon ng iyong amo ay maaaring iba mula sa iyo. Mahalaga para sa iyo at sa iyong amo na maunawaan at igalang ang relihiyon ng bawat isa.

5. Mga tamang kilos at ugali

Ang mga itinuturing na tamang kilos at ugali sa Pilipinas ay maaaring iba mula sa nakasanayan ng iyong amo sa Lebanon. Mahalaga na kausapin mo ang iyong amo tungkol sa mga sumusunod na isyu:

- Ano ang dapat mong isuot sa loob at labas ng bahay ng iyong amo? Mas mabuti kung hindi ka magsusuot ng shorts, maiksing palda, o masyadong masikip na t-shirt habang nagtatrabaho. Sa ibang bahay, karaniwan ang pagsusuot ng uniporme na ibibigay sa iyo ng iyong amo.

- Maaaring magkaroon ng hindi pagkakaunawaan kung makikita kang nakikipag-usap sa lalaki dahil sa kaibahan ng kultura sa pagitan ng Pilipinas at Lebanon. Kung ano man na sa palagay mo ay isa lamang pagpapahayag ng pagkakaibigan ay maaaring pagkamalan ng iyong kagustuhan o interes na magkaroon ng seryosong relasyon. Kailangan mong pagmasdan kung paano nag-uusap ang lalaki at babae sa iba't-ibang konteksto sa Lebanon at kumilos ng nararapat para maiwasan na hindi ka maunawaan.

6. Pagkain

Ang pagkaing *Lebanese* ay itinuturing na balanseng diyeta (*balanced diet*). Kasama dito ang kasaganaan ng tinapay, sariwa at nilutong prutas at gulay, karne at pagkaing dagat. Ang isa sa pinakakilalang putahe ng Lebanese sa mundo ay tinatawag na "Mezze", na pinagsama-samang piling pampagana tulad ng: *olives, keso, yogurt, sausages, vegetable salad* at iba pa.

Ang iba't-ibang kultura sa Lebanon ay may iba't-ibang kaugalian sa pagkain. Halimbawa, may mga pamilya na hindi kumakain ng karne ng baboy o di kaya'y pahintulan ang ano mang produkto na may karneng baboy na dalhin sa loob ng kanilang bahay. Sa iba naman, ang pagkakamay ay hindi katanggap-tanggap. Gayon din, bawal ang alak sa ilang mga pamilya.

Samaktwid, itanong mo sa iyong amo kung mayroon silang mga patakaran tungkol sa pagbili o sa pagkain ng ilang uri ng pagkain.

Dapat mong ipaliwanag sa iyong amo ang iyong mga kinagawiang pagkain (tulad ng pagkain ng kanin) para maintindihan niyo pareho at irespeto ang kanya-kanyang pangangailangan at nakaugalian sa pagkain.

7. Pamantayan ng kalinisan

- Ang tinuturing na "malinis" ay maaaring magkaiba sa bawa't bahay o sa bawa't kultura.
- Dahil ikaw at ang iyong amo ay magtatrabaho at titira sa isang bahay, mahalaga para sa inyong dalawa na linawin ang mga inaasahan at pamantayan ng kalinisan.

- Ang pagkakaiba ng pamantayan ng kalinisan ay sumasakop sa paglilinis ng pagkain, paghuhugas ng pinggan, paglilinis ng sahig at bintana at maging ang personal na kalinisan.

- Dapat mong iangkop ang iyong pamamaraan ng paghahanda ng pagkain at inumin ayon sa kagustuhan ng iyong amo.

- Ang personal na kalinisan ay napakahalaga lalo na kung nag-aalaga ka ng bata upang maiwasan ang pagkalat ng karaniwang sipon. Dapat na madalas kang maghugas ng kamay gamit ang tubig at sabon.

8. Paano tumawag o sumulat sa iyong pamilya sa Pilipinas?

* Ang presyo ng pagtawag sa telepono ay inaasahang tumataas, magtanong palagi sa anumang pagbabago sa presyo.

- Ang Lebanon ay gumagamit ng *direct dialling system* para sa mga pagtawag sa telepono. May mga *phone booths* kung saan ka puwedeng mag-lokal at internasyonal na tawag gamit ang *phone cards*. Makakabili ka ng *telephone card* na tinatawag na *"telecarte"* sa mga komersiyal na tindahan upang makatawag sa mga *phone booths*. Maaari ka rin magpunta sa mga opisina ng telepono ng gobyerno (kung tawagin ay "*centrale*" sa Arabic) kung saan ka puwedeng mag-lokal at internasyonal na tawag. Dito magbabayad ka ng *cash*.
- Maari kang magtanong sa *"Liban Post"* tungkol sa kung anong paraan at serbisyo sa pagpapadala ng sulat; Ito ang nagbibigay serbisyo sa koreo sa Lebanon para sa lokal at internasyonal na pagpapadala ng sulat.

Box 4: Mga internasyonal code ng ibang bansa

Country	Code
Bangladesh	00880, Dhaka: 00880-2- at ang numerong tinatawagan mo.
Ethiopia	00251, Addis Ababa: 00251-1- at ang numerong tinatawagan mo.
Indonesia	0062, Jakarta: 0062-21- at ang numerong tinatawagan mo.
Madagascar	00261, Antananarivo: 00261-2- at ang numerong tinatawagan mo.
Nepal	00977, Kathmandu: 00977-1- at ang numerong tinatawagan mo.
The Philippines	0063, Manila: 0063-2- at ang numerong tinatawagan mo.
Sri Lanka	0094, Colombo: 0094-11- at ang numerong tinatawagan mo.
Vietam	0084 Hanoi: 0084-4 at ang numerong tinatawagan mo

9. Paano magpadala ng pera sa Pilipinas?

- Habang nasa Lebanon, puwede kang magpadala ng pera sa pamilya mo sa pamamagitan ng *international money transfer*. Ang bayad para dito ay depende kung saang bansa ka magpapadala ng pera. Karaniwan, ang bayad ay US$ 15 para sa pagpapadala ng pera na nagkakahalaga sa pagitan ng US$100 at US$1,000.

- Ang pagpapadala ng pera sa pamamagitan ng bangko o *bank transfer* ay puwedeng gawin mula sa *bank account* ng iyong amo papunta sa iyong bank account sa Pilipinas. Puwede kang magbukas ng *bank account* bago ka umalis ng Pilipinas para mapadali ang pinansiyal na transaksiyon. Tandaan na ang nagpapadalang bangko sa Lebanon at ang tumatanggap na bangko sa Pilpinas ay maaaring sumingil ng bayad sa bawat paglipat ng pera. Dapat mong alamin kung magkano ito bago ka pumili ng paraan para sa pagpapadala ng pera sa iyong pamilya sa Pilipinas.

- Maaari kang magpadala ng pera sa iyong pamilya sa Pilipinas sa pamamagitan ng taong kilala mo, pingkakatiwalaan at susunod sa iyong mga tagubilin.

10. Transportasyon

Maraming uri ng transportasyon sa Beirut at sa Lebanon:

- Ang mga bus at maliliit na bus (*minibuses*) ang masasakyan sa karamihan ng siyudad sa Lebanon. Sila rin ang nagkokonekta sa mga siyudad.

- Ang mga pribadong *taxi* at *service* ang masasakyan din sa loob ng siyudad at kung ikaw ay pupunta sa ibang siyudad. Ang "*service*" ay isang uri ng *taxi* na pinaghahatiang sakyan ng mga pasahero. Ang bayad sa *service* ay maaaring doble para sa malalayong biyahe. Ang tawag dito ay "*serveesayn*" o 2 "service". Ang mga *taxi* at "*services*" ay may kulay pula na plaka ng sasakyan.

Mga dapat malaman:

- Siguraduhin na sabihin sa drayber kung gusto mo ng *service* o *taxi* bago sumakay at makipagkasundo sa bayad depende kung saan ka pupunta.

- Ang pamasahe ay patuloy na tumataas; makabubuti na alamin mo ito at makipagkasundo ka muna sa drayber bago sumakay.

- Maging pamilyar ka sa lugar kung saan ka nakatira para makalibot ka nang hindi naliligaw.

- Kilalanin mo ang isang palatandaan malapit sa iyong bahay (maaaring ito ay tindahan, museo, gusali, simbahan, sinehan at iba pa)

- Laging dalhin ang *address* at numero ng iyong amo na nakasulat sa parehong Arabic at Ingles sakaling kailangan mong magtanong ng direksiyon.

11. Pamimili

Maraming lugar sa mga pangunahing bayan kung saan ka puwedeng mamili ng damit at pagkain. Gayon pa man, dapat mong malaman na nagbabago ang presyo ng mga ito. Ang mga produktong *imported* ay maaaring napakamahal.

Mahal na Migranteng Kasambahay,

Kami ay umaasa na ang gabay na ito ay nakapagbigay sa iyo ng mga mahahalagang impormasyon upang maging madali ang pagtatrabaho at pagtira mo sa Lebanon. Nais din naming tiyakin sa iyo na ang pamahalaan ng Lebanon ay nakikipagtulungan sa mga ahensiyang internasyonal at sa mga *non-governmental organizations* upang mapabuti ang kondisyon mo sa trabaho sa diwa ng pagbibigay ng marangal na trabaho para sa lahat. Subalit, ang mga karapatan na nabanggit sa gabay na ito ay maaaring hindi mo makamit. Maaaring itago ng iyong amo ang iyong pasaporte, hindi ka bayaran at hindi ka pagkalooban ng araw ng pahinga o *day off*. Sana ay malaman mo na ginagawa namin ang lahat para mapabuti ang iyong kondisyon sa trabaho. Nakikipagtulungan kami sa gobyerno ng Lebanon para masigurado na ang mga dapat garantiya para sa iyong marangal na pagtatrabaho at pagtira sa Lebanon ay makamit at umaasa kami na magtatagumpay sa tulong mo.

Larawan ni Carol Mansour

Annex 1: Ang Wikang Arabic

Arabic ang opisyal na wika ng Lebanon, ngunit ang Ingles (English) at Pranses (French) ay ginagamit din sa pakikipag-usap. Narito ang ilang pangkaraniwang salitang binibigkas sa wikang Arabic.

PAGBATI:

- Hi/Kumusta — marhaba
- Hi/Kumusta (sagot) — marhabtain
- Paalam — ma'a salaama / Allah ma'ak
- Magandang umaga — sabah al-khayr
- Magandang umaga (sagot) — sabah al-noor
- Magandang gabi — masa' al-khayr
- Magandang gabi (sagot) — masa 'an-noor
- Magandang gabi — tisbah 'ala khayr
- Magandang gabi (sagot) — wa inta min ahlu
- Oo — na'am / aiwa
- Oo (Yeah) — ay
- Hindi — la
- Please (Pakiusap) — iza bitreed / iza bitreedi (babae / lalaki)
- Please (magalang) — law samaht / law samahti (babae / lalaki
- Please (tuloy po kayo) — tfaddal / tfaddali (lalaki / babae
- Salamat — shukran / merci
- Maraming salamat — shukran kteer
- Walang anuman — 'afwan or tikram / tikrami (lalaki / babae)
- Sandali lang po — lahza min fadlak / fadlaki (lalaki / babae)
- Pasensiya na — 'afwan
- Sori/Ikinalulungkot ko — aasif / aasifa (lalaki / babae)
- Walang problema — mafi mushkili
- Hindi na bale — ma'alesh
- Sandali lang — lahza
- Maligayang bati — mabrouk
- Kumusta ka? — kifak? / kifik? (lalaki / babae
- Mabuti, salamat — bikher il-hamdu lillah
- Anong pangalan mo? — shu-ismak? / shu ismik? (lalaki / babae)
- Ang pangalan ko ay… — ismi…
- Ikinagagalak kong makilala ka — tsharrafna
- Tagasaan ka? — min wayn inta? / inti? (lalaki / babae)
- Ako ay taga … — ana min…
- Gusto mo ba ng…?: — inta bitheb? / inti bithebi? (lalaki / babae)
- Gusto ko ng…: — ana bheb…
- Hindi ko gusto …: — ana ma bheb…

DIREKSIYON:

Paano pagpunta sa…?:	keef boosal ala…?
Dito ang daan	min hon
Dito/Doon	hon / honeek
Sa harapan ng	iddaam
Malapit sa	qareeb
Malayo	ba'eed
Hilaga	shimaal
Timog	janoub
Silangan	sharq
Kanluran	gharb

EMERGENCIES:

Tulungan n'yo ako!	saa'idoone!
Ako'y maysakit	ana mareed / mareeda (male / female)
Tumawag ka ng pulis	ittasil bil bolees
Doktor	daktoor
Ospital:	al-mustash-fa
Pulis:	al bolees
Lumayo ka!:	imshee! / rouh min hon!
Mahiya ka!	aayb!

NUMERO:

0:	sifr
1:	wahid (wahad)
2:	itnayn / tintayn
3:	talaata
4:	araba'a
5:	khamsa
6:	sitta
7:	saba'a
8:	tamanya
9:	tis'a
10:	'ashara
11:	yeehdaa'sh
12:	yeetnaa'sh
13:	talaatash
14:	arbatash
15:	khamastash
16:	sittash
17:	sabatash
18:	tamantash
19:	tasatash

- 20: 'ashreen
- 21: wahid (wahad) wa 'ashreen
- 30: talaateen
- 40: arba'een
- 50: khamseen
- 60: sitteen
- 70: saba'een
- 80: 'tamaneen
- 90: tis'een
- 100: miyya
- 200: miyyatayn
- 1,000: 'alf
- 2,000: 'alfayn
- 3,000: talaat-alaf

ORAS AT ARAW:

- Anong oras na?: addaysh essa'aa?
- Kailan?: emta?
- Ngayon: halla'
- Pagkatapos: b'adayn
- Nasa oras: 'al waket
- Maaga: bakkeer
- Huli: ma'qar (ma'akhar)
- Araw-araw: kil youm
- Ngayon/sa araw na ito: al-youm
- Bukas: bukra
- Sa makalawa: ba'ad bukra
- Kahapon: imbaarih
- Minuto: daqeeqa
- Oras: saa'a
- Araw: youm
- Linggo: usboo'
- Buwan: shahr
- Taon: sana
- Umaga: soubeh
- Hapon: ba'ad deher
- Gabi: massa
- Gabi: layl
- Lunes: al-tenayn
- Martes: at-talaata
- Miyerkules: al-arba'a
- Huwebes: al-khamees
- Biyernes: al-jum'a
- Sabado: as-sabt
- Linggo: al-ahad

PAMIMILI AT SERBISYO:

Ako'y naghahanap ng…:	ana abhath… aa'n
Nasaan ang …?:	wayn…?
Embassy o Embahada:	saffara
Airport o Paliparan:	matar
Simbahan:	kineesa
Moske:	jemii
Pasukan:	al-madkhal
Labasan:	al-khurooj
Labahin:	al ghaseel
Supermarket:	supermarket
Palengke (shop/tindahan):	dikkene (mahal)
Post office:	maktab al-bareed
Restawran:	al-mata'am
Ibig kong magpalit…	baddee sarref…
Pera:	masaari
Anong oras nagbubukas …?:	emta byeftah?
Anong oras nagsasara …?:	emta sakkir?
Ano ito?:	shu hayda? / shu hada?
Magkano?:	addaysh?
Ilan?:	kam wahid?
Magkano iyan?:	bi'addaysh?
Masyadong mahal:	hayda kteer ghaalee
Meron bang…?:	fee…?
Malaki/Mas malaki:	kbeer / akbar
Maliit/Mas maliit:	sagheer / asghar
Mura/Mas mura:	rkhees / arkhas
Mahal:	ghaali
Sarado:	msakkar
Bukas:	maftuh

PERSONAL NA IMPORMASYON:

Petsa ng kapanganakan:	tareekh al-melad / -wilaada
Lugar ng kapanganakan:	makan al-melad / -wilaada
Nationality o nasyonalidad:	al-jenseeya
Pangalan	al-ism
Pasaporte	jawaz al-safar (o paspor)
Visa:	visa / ta'shira

IBA PA:

Ako:	ana
Ikaw (nag-iisa):	inta / inti (lalaki / babae)
Siya (lalaki):	huwa
Siya (babae);	hiyya
Kami:	nihna
Kayo:	into
Sila:	hinne
Dalhin mo sa akin:	jibli
Bigyan mo ako;	itini
Gusto ko ng:	baddee
Bahay:	beit
Lokal:	baladi
Bundok:	jabal

TRANSPORTASYON:

Taxi:	taxi
Bus:	bus
Serbis:	Service
Kotse:	Sayara
Eroplano;	attayara

MGA HOLIDAY:

Pasko:	id el milad
Bagong taon:	ras el sene
Linggo ng Pagkabuhay:	id el foseh – paques
Biyernes Santo :	jom'a al-'azimeh
Araw ng Palaspas:	Cha'nine

Ramadan: Ito ay tumutukoy sa ika-siyam na buwan ng *lunar Islamic calendar*, kung kailan ang mga Muslim ay nag-aayuno mula pagsikat ng araw (*sunrise*) hanggang paglubog ng araw (*sunset*).

Adha: Ito ay idinaraos 70 araw pagkatapos ng huling araw ng Ramadan. Ito ay pag-alaala sa sakripisyo ni Abraham kay Allah.

PAGKAIN:

Tinapay:	khubez
Tubig:	maay
Asin:	meleh
Asukal:	sukkar
Kape:	gahwwah

- Karne: lahme
- Prutas: fuwaki
- Gulay: khodra
- Minatamis helou

SA KUSINA:

- Baso: kubbaya
- Tasa: finjan
- Plato: sahhan
- Tinidor: shauki
- Kutsilyo: sukkin
- Kutsara: malaaka
- Oven: furen
- Refrigerator barrad
- Lamesa tawle
- Upuan cursa/ karaseh

SA PALIGID NG BAHAY:

- Hagdan (maaring ipalipat-lipat): Sellom
- Hagdanan (nakapermante): Daraj / Draj
- Timba: Salla
- Basurahan: Sallet Zuballa
- Ashtray: Manfada
- Plantsa: Mekeweh
- Washing Machine: Ghassala
- Kama: Srir - Takht
- Kobre kama: Sharshaf
- Vacuum Cleaner: Vacuum or Hoover
- Kurtina: Baradi
- Sahig: Alian
- Carpet: Sajjedeh / Sejjed
- Bintana: Shebbak / Shbebik
- Balkonahe: Balcon
- Pansara: Stara
- Plug: Prese
- Gas: Gaz
- Kuryente: Kahraba
- Pinto: Bab
- Ilaw: Lamba
- Salamin: Mrayeh
- Larawan: Soura/ Sowar

Annex 2: Paghingi ng Tulong

Ang bagong bersiyon nito ay maaaring makuha online: www.mdwguide.com

PANGALAN	RESPONSIBILIDAD	IMPORMASYONG TATAWAGAN
Pangkalahatang Serbisyo/Mga Serbisyo ng Gobyerno		
Ministry of Labour – Department of Foreign Labour Force	Nag-ootorisa ng permiso para makapagtrabaho ang mga dayuhan. Minomonitor ang mga ilegal na imigrante o dayuhan.	01/556829
Ministry of Interior – Directorate General of General Security – The Foreigners Service	Responsable sa pagbibigay ng visa para makapagtrabaho at permiso para makapanirahan sa Lebanon. Minomonitor ang mga dayuhan sa Lebanon. Naghahanda ng mga dokumento na may kinalaman sa mga dayuhan, deportasyon sa kanilang mga bansa at sa mga insidente ng paglabag sa seguridad. Nagpa-follow-up ng mga permiso para makapanirahan ang mga dayuhan. Namamahala at inaayos ang pag-alis at pagdating ng mga manlalakbay ng iba't ibang nasyonalidad.	Upang maipabatid sa *Directorate General* ng *General Security* ang mga kaso kung saan ang mga migranteng kasambahay ay naabuso ng pisikal o emosyonal o naging biktima ng *sexual harassment*, pakitawagan ang <*Security Room*> sa mga sumusunod na numero sa loob ng 48 oras pagkatapos gawin ang pang-aabuso. 01/612401 01/612402 01/612405
Ministry of Interior – Police Forces	Nagmomonitor ng mga ilegal na dayuhan sa Lebanon at sinusuri ang estado ng kanilang mga papeles tulad ng pasaporte, residence cards, permiso para makapagtrabaho at iba pang mga requirements, sa pakikipagtulungan sa mga awtoridad na may kaugnayan sa usapin upang maayos ang kanilang pagbabalik sa kanilang bansa.	Upang maipabatid sa pulis ang anumang abuso na nagawa, tumawag sa 112.

PANGALAN	RESPONSIBILIDAD	IMPORMASYONG TATAWAGAN
Embahada/Konsulado Bukod sa mga institusyon ng gobyerno ng Lebanese, ang mga diplomatikong misyon ng inyong bansa ay nagbibigay ng mga serbisyo na makakatulong sa iyo kung ikaw ay nangangailangan. Ang iyong embahada/konsulado ay ang diplomatikong kinatawan ng iyong bansa sa Lebanon. Ang trabaho nito ay protektahan ang iyong bansa at ang iyong sariling interes.		
Konsulado ng Bangladesh	Honorary Consul: Mr. Mohammad Dandan	01/322005 Bechara El Khoury Ave., Eshmoun Building, 1st floor, Beirut, Lebanon Email: info@bangcons.com
Konsulado ng Ethiopia	General Consul: Mr. Asamenew Bonsa	01/707333 - 01/388933 Badaro, Sami el Solh Highway, Manhaton Bldg, 2nd floor, Beirut,Lebanon Email: eth_con_leb8@hotmail.com
Konsulado ng Madagascar	Consul: Mr. Marcel Abu Chedid	09/444333. New Center Theresa Beach, Jounieh, Lebanon
Nepali Honorary Consulate General	Honorary Consul: Mr. Joe Issa El Khoury	01/386690 - 01/386691 Badaro, Nadim Comair Bldg, 8th floor, Beirut, Lebanon, Email: elkouryj@dm.net.lb
Embahada ng Pilipinas	Ambassador : Ms. Leah M. Basinang Ruiz	01/212001- Hotline: 03/859430 Achrafieh, Charles Malek Ave., across from Roadster Restaurant.Beirut, Lebanon Email: beirutpe@dfa.gov.ph
Embahada ng Sri Lanka	Ambassador: Mr. Ranjith Gunaratne	05/956031 - 05/596032 929 Mar Roukoz Str., Hazmieh, Lebanon Email: slemblbn@cyberia.net.lb
Embahada ng Indonesia	Ambassador: Mr. Abdullah Syarwani	05/924682 Presidential Palace Str., Baabda,Lebanon Email: kbri@kbri-beirut.org
Vietnam	Walang embahada o konsulado sa Lebanon	

Non-governmental at iba pang organisasyon na tumutulong sa mga migranteng kasambahay sa Lebanon

PANGALAN	RESPONSIBILIDAD	IMPORMASYONG TATAWAGAN
Caritas Lebanon Migrant Centre	Nagbibigay ng suporta sa pamamagitan ng tulong *legal* at *social assistance.* Kasama na rin ang pagbibigay ng payo at *health insurance* sa mga migranteng manggagawa at refugees. Nagbibigay ng edukasyon para sa mga anak ng migrante at tulong sa pagbabalik sa sariling bayan at pagpapatira. Nagbibigay ng oryentasyon upang tulungan ang mga bagong dating na migranteng manggagawa na makahanap ng suporta at pagdamay at maprotektahan ang kanilang sarili. Tinutulungan ang mga babae at migranteng manggagawa na biktima ng "trafficking" at nagbibigay ng suporta sa mga nabilanggong manggagawa.	01/502550. Ang Center ay matatagpuan sa Sin El Fil, Beirut. **HOTLINE: +961 3/092538 mula ibang bansa 03/092538 mula Lebanon.**
The Pastoral Care of Afro-Asian Migrants (PCAAM)	Nagbibigay serbisyo sa pakikipagtulungan sa mga Katolikong pari at madre na tumutulong sa mga migranteng manggagawa. Nagbibigay sa mga migranteng manggagawa ng ispirituwal na paggabay at nagtataguyod sa kanilang sama-samang pagbibigay kahulugan sa sarili. Ang PCAMM ay may buwanang pulong sa AAMC. Nagbibigay din sila sa mga migranteng manggagawa ng tulong legal at paggabay.	01/337655. Ang Presidente ng PCAAM ay si Bishop Antoine-Nabil Andari; si Father Martin McDermott, isang Heswitang pari mula sa Université St. Joseph Church sa Beirut, ang nakikipag-ugnayan sa centre na nasa 1st Floor, malapit sa Tabaris, Beirut.
The Afro-Asian Migrant Centre (AAMC)	Nagbibigay ng lugar kung saan puwedeng pumunta ang mga kasambahay sa araw ng kanilang pahinga o *day off*. Nagbibigay ng mga relihiyosong pagtuturo at paggabay sa mga migrante sa pamamagitan ng programa sa radyo sa istasyon na *Voice of Charity* 87.5 FM, 105.8 FM at 106.2 FM tuwing araw ng Linggo mula 8:00 ng gabi hanggang 9:30 ng gabi at tuwing Biyernes ng hapon sa ganap na 4:00. Kasama sa programa ang pagbabasa ng ebanghelyo, pagaanunsiyo ng mga gawain, at pagbigay ng payo sa mga nakikinig gamit ang kanilang sariling wika. Naglalathala din sila sa tulong ng mga migranteng manggagawa ng pana-panahon na *newsletter* na may pamagat na *Solidarity*.	
Beirut Bar Association (Institute for Human Rights)	Nagbibigay ng tulong legal kung kinakailangan sa pamamagitan ng kanilang komite ng *legal aid*	01 480551 / 01 423943. Matatagpuan sa Institute for Human Rights Qasr el Adel Beirut – Lebanon
Syndicate of Recruitment Agencies in Lebanon	Nagbibigay ng pagsasanay o *training* sa mga alintuntunin ng tama at mabuting pag-uugali sa mga *employment agencies* sa Lebanon.	01/612808. Matatagpuan sa Badaro Street, Traboulsi Building, 4th floor, Beirut

PANGALAN	ANO ANG GINAGAWA NILA	IMPORMASYOG TATAWAGAN
KAFA	KAFA (Tama Na) *Violence & Exploitation* (Karahasan at Pang-aabuso) ay isang non-profit na organisasyon sa Lebanon na dedikado na labanan ang karahasan at pang-aabuso sa kababaihan. Ang KAFA's *Listening and Counselling Center* (LCC) ay tumutulong sa mga biktima ng karahasan kasama na ang mga migranteng kasambahay na biktima ng pisikal at sekswal na pang-aabuso. Ang LCC ay nagbibigay ng: pagpapayong *legal* at *social counselling*, representasyon sa mga usaping legal, pagrekomenda o referral sa isang *forensic doctor* para gumawa ng medikal na ulat (na magiging *legal* na patunay ng pang-aabuso), at pagrekomenda o *referral* sa isang bahay kanlungan.	Maaring tumawag ang mga biktima ng pang-aaubso sa KAFA 24/7 at 03 018 019.Tel: 01 392220-1 Address: 43, Beydoun Building, 1st Fl., Badaro St., Beirut, Lebanon.
Migrant Workers Task Force (MWTF)	Ang *Migrant Workers Task Force* (MWTF) ay naglalayon na mapabuti ang sitwasyon ng mga migranteng manggagawa sa Lebanon sa pamamagitan ng tinatawag na "*grassroots initiatives*" o pagkukusa ng mga taong nasa ibabang antas ng lipunan. Tuwing araw ng Linggo ay may mga klase na isinasagawa para matutunan ang wikang Arabic, Ingles at Pranses. Ito ay ginagawa mula 12:00 ng tanghali hanggang 2:00 ng hapon sa Zico House sa Sanayeh, Beirut.	Website: http://mwtaskforce.wordpress.com/ Numero ng telepono: 00961 70 066880 Email: farahsalka@gmail.com
The Anti-Racism Movement (ARM)	Ang *Anti-Racism Movement* (ARM) ay isang kilusan na naglalayon at nagmomonitor, nagdodokumento at gumagawa ng aksiyon laban sa lahat ng uri ng kapootang panlahi o *racism* sa Lebanon, lalo na kung ito ay patungkol sa mga migranteng kasambahay. Kaya kung ikaw ay may kuwento na gustong ibahagi,mayroong lugar/*beach*/ restawran/ahensiya na gustong ireklamo o naringgan ng kaso ng pagpatay sa isang migranteng kasambahay, maaaring sumulat sa farah@nasawiya.org. At kung may isang komunidad ng mga migrante ang gustong magkaroon ng selebrasyong pangkultural, ang ARM ay maaaring sumuporta at tumulong na ayusin ang nasabing pagdiriwang.	Website: http://antiracismmovement.blogspot.com/ Numero ng telepono: 00 961-71 421593

Annex 3: Personal na Kalendaryo

Kalendaryo para sa mga Personal na Dokumento - Unang Taon

	Entry Visa	Taunang Permiso para Makapanirahan (*Annual Residency Permit*)	Permiso para makapagtrabaho (*Work Permit*)	Pagre-*renew* ng Pasaporte (*Passport Renewal*)
Petsa ng Pagsisimula				
Petsa ng Pagtatapos				
Petsa ng Pagre-*renew*				

Kalendaryo para sa mga Personal na Dokumento - Ikalawang Taon

	Entry Visa	Taunang Permiso para Makapanirahan (*Annual Residency Permit*)	Permiso para makapagtrabaho (*Work Permit*)	Pagre-*renew* ng Pasaporte (*Passport Renewal*)
Petsa ng Pagsisimula				
Petsa ng Pagtatapos				
Petsa ng Pagre-*renew*				

Red Cross: 140 **Bumbero : 125** **Pulis: 112**

Annex 4: Mahahalagang impormasyon tungkol sa mga unyon, mga kursong pagsasanay bago mangibang-bansa, at samahan ng mga migrante sa Pilipinas.

Ang bagong bersiyon nito ay maaaring makuha online: www.mdwguide.com

Sa Pilipinas:

Philippine Overseas Employment Administration (POEA): Ito ay ang ahensiya ng gobyerno ng Pilipinas na responsable na siguraduhin na magiging mabuti ang mga benepisyo ng programa ng Pilipinas para sa pagtatrabaho ng mga Pilipino sa ibang bansa. Ito ay inatasang "tiyakin ang disente at produktibong trabaho para sa mga Pilipinong nagtatrabaho sa ibang bansa o *Overseas Filipino Workers (OFWs)*." Ito ay nakikipagtulungan sa T*echnical Education and Skills Development Authority (TESDA)* para mabigyan ng mga kursong pagsasanay bago umalis para magtrabaho sa ibang bansa ang mga migranteng manggagawa. Para sa ibang detalye, tingnan ang: http://www.poea.gov.ph/

Technical Education and Skills Development Authority (TESDA): Ang *Technical Education and Skills Development Authority (TESDA)* ay ang ahensiya ng gobyerno ng Pilipinas na inatasang mamahala sa teknikal na edukasyon at pag-unlad ng kasanayan ng mga Pilipino. Ito ay nangangasiwa para kilalanin ang mga sentro ng pagsasanay para sa mga kasambahay at sa pagbibigay ng sertipiko ng kasanayan. Itinataguyod nito ang pagsasanay ng kakayahan at kaalaman ng mga migranteng kasambahay.

Address: Department of Labour and Employment, Muralla St. cor. Gen. Luna St., Intramuros, 1002 Manila, Philippines Hotline: +632 887 7777, Trunklines: +632 817 4076 hanggang 82.

Overseas Workers Welfare Administration (OWWA): Ang OWWA na konektado sa *Department of Labour and Employment (DOLE)* ay ang pangunahing ahensiya ng gobyerno ng Pilipinas na naatasang protektahan at itaguyod ang kapakanan at kagalingan ng mga Pilipinong nagtatrabaho sa ibang bansa o *Overseas Filipino Workers (OFWs)* at ng kanilang pamilya. Ito ay nagsasagawa ng kampanya para mabigyan ng tamang impormasyon bago umalis ang mga Pilipinong magtatrabaho sa ibang bansa tungkol sa mga imigrante at pang-aabuso sa kababaihan. Nagbibigay sila ng payo, rekomendasyon o referrals at tulong sa paghahain ng reklamo sa *Philippine Overseas Employment Administration (POEA)*.

Address: SMEF Centre for Overseas Workers, 1043 Aurora Blvd., Quezon City, 1108 Philippines, Tel: +632 2 913 6439, Fax: +632 2 913 6438, http://www.owwa.gov.ph

Department of Labor and Employment (DOLE). Ito ay naatasang itaguyod ang kapaki-pakinabang na oportunidad sa trabaho, paunlarin ang yamang tao o *human resources,* protektahan ang mga manggagawa at itaguyod ang kanilang kapakanan.

Hotline +632 527 8000; http://www.dole.gov.ph/

UNITED FILIPINO SEAFARERS: Ito ay pederasyon ng mga manggagawa na naka-base sa Pilipinas. Ito ay asosasyon ng mga manggagawa na naglalayong magbigay ng tulong sa isa't-isa at proteksiyon upang itaguyod ang *moral, social,* at pang-ekonomiyang kapakanan ng kanilang mga miyembro. Ito ay rehistrado sa Philippine Department of Labour and Employment (DOLE) na mayroong Registration No. 11863 na pinagkaloob noong Oktubre 2, 2000.

Address: 4F Room 402 Gedisco Terrace 1148 Roxas Blvd., Ermita, Manila, Tel. +632 524 2336 at 524 4888.

KAKAMMPI: Ito ay organisasyon ng mga pamilya ng mga Pilipinong nagtrabaho sa ibang bansa o *Overseas Filipino Workers* at mga migrante nagbalik na sa Pilipinas. Ito ay isang uri ng organisasyon na naka-base sa komunidad. Ang KAKAMMPI ay nabuo para protektahan ang karapatan at kapakanan ng mga *Overseas Filipino Workers* at para epektibong tugunan ang mga problemang bunga ng pangingibang-bansa. Ang KAKAMMPI ay nagsasagawa ng pag-oorganisa, adbokasiya, pagtatala ng mga kaso at pakikipag-ugnayan sa mga institusyon. Ito ay tumutugon sa mga problema at pangangailangan ng mga pamilya ng mga migrante sa pamamagitan ng pagpapatupad ng mga programa para patatagin ang sistema ng suporta ng pamilya at padaliin ang kanilang pagkakaroon ng kapangyarihan o *empowerment*.

Address: P.O. Box SM 193 - 1008 Sta. Mesa Manila, Philippines
Tel. +632 435 4584; Telefax +632 921 5810 Email: kakammpi@skyinet.net

PHILIPPINE MIGRANTS RIGHTS WATCH: Ito ay rehistradong network ng *civil society* na itinatag noong 1995 para himukin ang pagkilala, proteksiyon at katuparan ng mga karapatan ng mga migrante --- sa Pilipinas at sa ibang bansa sa buong panahon ng proseso ng kanilang pangingibang-bansa. Ang organisasyon ay nagsasagawa ng pagtuturo, pagla-*lobby* at pag-monitor ng mga gawain tungo sa pagkilala, proteksiyon at katuparan ng karapatan ng lahat ng Pilipinong migrante at miyembro ng kanilang mga pamilya bago sila umalis, sa panahon ng kanilang pangingibang bansa at sa kanilang pagbabalik.

Address: 72 Matahimik Street Teachers' Village Quezon City, Philippines
Telephone/fax: +632 433 0684; 9205003 Email: cma@tri-isys.com

GABRIELA COMMISSION ON OVERSEAS FILIPINAS:
Address: 35 Scout Delgado Street, Roxas District, Quezon City, Tel: +632 3743452
Fax: +632 374 4423 Taong puwedeng kausapin: Ms. ROSARIO PADILLA

SCALABRINI MIGRATION CENTER:

Address: 4, 13th Street New Manila, 1112 Quezon City P.O. Box 10541 Broadway Centrum Tel: +632 724-3512 Fax: +632 721-4296 Email: smc@smc.org.ph

ASILO DE SAN VICENTE DE PAUL:

Address: Paco, Manila Tel: +632 523 5264/522 1643 Fax: +632 522 8696
Email: asilomla@yahoo.com

DIOCESE NG SAN FERNANDO NG LA UNION:

Address: Santiago, Bauan Tel: (072) 705-0553 Fax: 0918 920 3578
Email: ezrazre@yahoo.com

COLEGIO DEL SAGRADA CORAZON DE JESUS:

Address: Gen.Hughes St., Illoilo City; Tel: (033) 336 9408; Fax: (033) 337 4654
Email: srbecca@yahoo.com

Sa Sri Lanka:

SRI LANKAN BUREAU OF EMPLOYMENT: Nagbibigay ng pagsasanay o *training* at oryentasyon tungkol sa paglilinis ng bahay bago umalis ang mga hindi pa sanay na babaeng migranteng kasambahay na patungo sa mga bansa sa Middle East. Ang kurso ay tumatagal ng 12 araw.

Address: 234, Denzil Kobbekaduwa Mawatha, Koswatta, Battaramulla SRI LANKA.
Tel: +094 11 2864101

MIGRANT SERVICE CENTRE: Isang unyon ng mga manggagawa na tumutulong sa mga migrante.

Address: 10, Council Lane, Dehiwala, Tel. +94 713 386.

SETIK- Caritas Kandy: Katugastota Road, Kandy. Tel: +94 77 351 3015 – Tel:+94 81 447 1613
Fax: +94 81 222 2775, Email: setik@sltnet.lk

GOOD SHEPHERD CONGREGATION: 133, Anandarajakaruna Mawatha Colombo 10. Tel: + 94 11 293 0255; Tel: +94 11 293 2575.

SEDEC-CARITAS SRI LANKA: 133, Kynsey Road Colombo 08; Tel: +94 11 269 1885
Email: kathflem12@yahoo.com

SRI LANKA CATHOLIC NATIONAL COMMISSION FOR MIGRANTS: 11, Borella Cross Road Colombo 8. Email: slcncmigrants@sltnet.lk

Sa Ethiopia:

GOOD SHEPHERD SISTER: Bole road Addis-Ababa Tel/fax: +251 1 5513062

CARITAS ETHIOPIA*:* Addis Ababa, Ethiopia Phone: +25115503 00 Email: ECS@Telecom.net.et

Sa India:

CARITAS INDIA: CBCI centre New Delhi 110001, opp. Goledakkhana
Email: director@caritasindia.org

Sa Nepal:

CARITAS NEPAL: Dhobighat, Laliptur Kathmandu Tel: +977 1 5538172/977 +977 1 5543726 Email: caritas@mail.com.np

POURAKHI: Chandol, Kathmandu, P.O. Box: 7647, Kathmandu, Nepal
Tel.: +977 1 4720573, +977 1 2081644, Fax.: +977 1 4720573
Email: pourakhi@mail.com.np

NEPALESE INSTITUTE FOR DEVELOPMENT STUDIES (NIDS): Chandol, Kathmandu, P.O. Box: 7647, Kathmandu Nepal. Tel.: +977 1 4421511, +977 1 4410756, Fax.: +977 1 4427306, Email: nids@mail.com.np

PEOPLE'S FORUM FOR HUMAN RIGHTS (PEOPLE'S FORUM): Kathmandu 33, Kalikasthan P.O. Box.: 25001 Kathmandu, Nepal; Tel: +977 1 4423973; Fax: +977 1 4109004, Email: spluitel@graduate.hku.hk

NEPALESE ASSOCIATION OF FOREIGN EMPLOYMENT AGENCIES: Lazimpat, Kathmandu, Tel. +977 1 4423030, +977 1 4426717, Fax: +977 1 4426720

Ang aking mga mahahalagang *address:*

Annex 5: Paano gamitin ang mga appliances sa bahay at ang mga gamit na panlinis

Kapag nagsisimula ka sa bagong trabaho, kailangan mo ng halos tatlong buwan para masanay ka dito. Bilang migranteng kasambahay, mahalagang matutunan mo ang paggamit ng *household appliances* at mga gamit panlinis sa ligtas na paraan. Bawa't amo at ang kanyang pamilya ay may ibang pangangailangan at pag-uugali. Kung gayon, kailangan mong sabihin sa iyong amo na turuan ka paano gamitin ang *household appliances* at gamit na panlinis.

Basahin ang mga mahahalagang payo para sa iyong kaligtasan at mga bagay na kailangan mong kasanayang gamitin:

Sa bahay:

- Paano ang ligtas na paggamit ng plug ng kuryente.
- Paano ang pagsasara ng bintana, balkonahe, at iba pang panangga
- Paano ang pagkakandado ng pinto
- Paano ang pagsasara ng gasul, ng mga de-koryenteng *appliances* at *supply* ng tubig
- Paano magpainit ng tubig
- Paano labhan ang kurtina at karpet at paano linisin ang sahig at bintana
- Aling produkto ang gagamitin sa bawat lilinisin
- Paano ang pag-aalis ng alikabok sa mga muwebles
- Paano ang paggamit ng *vacuum cleaner*

Sa kusina:

- Paano ang pagtatabi at pag-iimbak ng pagkain
- Saan itatapon ang basura
- Paano mag-*defrost* at maglinis ng *refrigerator*
- Paano ang paggamit ng *oven, microwave, blender,* takure, *mixer, toaster,* lutuan ng kape, at iba pa

Sa silid tulugan:

- Paano ayusin ang kama
- Kailan papalitan ang kobre kama

Damit:

- Paano ang paglalaba: (sa pamamagitan ng kamay o sa pamamagitan ng *washing machine*)
- Paano ang paggamit ng *washing machine* (ano ang temperatura, gaano kadami ang *powder* na sabon at *softener* ang ilalagay)
- Paano ang paghihiwalay ng damit na lalabhan ayon sa kulay
- Saan at paano isasampay ang basang damit na patutuyuin
- Paano ang paggamit ng plantsa
- Paano titiklupin ang pinalantsang damit at saan ilalagay

Annex 6:
Mga kasanayan sa trabaho para sa mga migranteng kasambahay

PAMAHALAAN ANG IYONG ORAS NG MAAYOS

Mga dapat nalaman: Pamahalaan ang iyong oras ng maayos. Alamin kung ano ba dapat ang unahin mong gawin, alin sa mga ito ang mangangailangan ng mas maraming oras at lakas. Kung ikaw ay nalilito sa pagkakasunod-sunod ng iyong trabaho, tanungin mo ang iyong amo kung ano ba dapat ang mauuna. Huminga ng malilim at magpahinga.

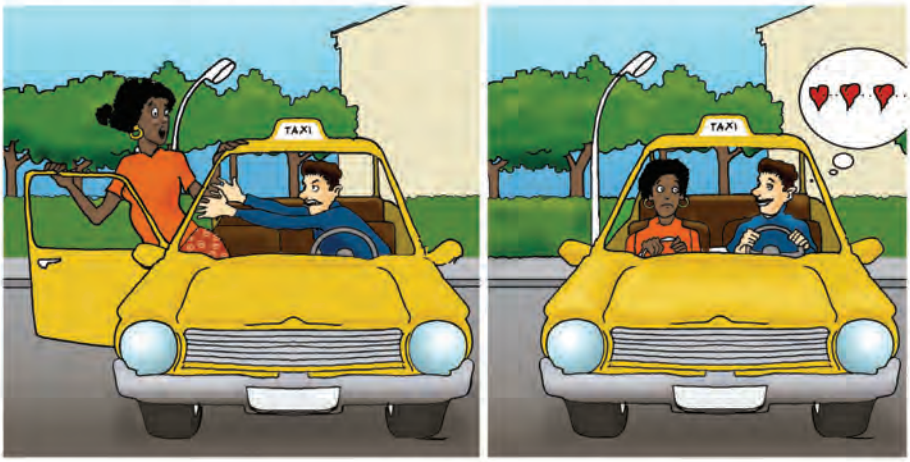
PAMAHALAAN ANG MISKOMUNIKASYON

Mga dapat malaman: Kung ikaw ay nasa sitwasyon kung saan ay binibigyan ka ng magkasalungat na utos, tanungin mo ang iyong amo kung ano ba talaga ang kanilang gusto. Huwag sisigaw at huwag mabigo. Pilitin na ipaliwanag ang iyong sarili ng malinaw at mahinahon.

PAMAHALAAN ANG MAHIRAP NA SITWASYON

Mga dapat malaman: Ang pinakamabuting paraan para harapin ang isang gipit na sitwasyon ay paalalahanan ang iyong amo ng kanyang mga resposibilidad batay sa nakasaad sa kontrata tulad ng pagbabayad sa tamang oras at pagbabayad ng buo, sa bawat buwan. Kung matiyak mo na ang iyong amo ay hindi kayang magbayad o hindi magbabayad, humingi ng tulong.

PAANO KUMILOS SA MAPANGANIB NA SITWASYON



Mga dapat malaman: Huwag mong hayaan ang sinuman na pagsamantalahan ka. Huwag makipagkaibigan sa mga taong hindi mo kilala. Kung malagay ka sa sitwasyon tulad ng ipinakikita sa larawan, lumayo ka mula sa taong ibig magsamantala, bumababa ng taxi, sumigaw at humingi ng tulong.

Annex 7: Kontrata sa Trabaho para sa Migranteng Kasambahay*

Republika ng Lebanon
Ministry of Labour

Kontrata sa Trabaho para sa Migranteng Kasambahay

Pinirmahan sa pagitan nina:

Unang Partido: (Employer o Amo) Buong Pangalan: .... Nasyonalidad: ....

Ipinanganak sa : .... Naninirahan sa: ....

Estado ng pamilya : .... Lugar ng Rehistro: ....

ID, Indibidwal na Katibayan ng Rehistro: ....

Tirahan: .... Telepono: ....

At

Ikalawang Partido: (Empleyado): Buong Pangalan: .... Nasyonalidad: ....

Numero ng Pasaporte: .... Petsa ng Isyu: .... Petsa ng *expiration* ng pasaporte:.........................

Lugar ng Kapanganakan: ....Istado ng Pamilya: ....

Naninirahan sa: ....

Sapagkat ang Unang Partido ay nagnanais na kumuha ng taong may kakayahan, karanasan at kasanayan upang magtrabaho para sa kanya bilang kasambahay

Sapagkat ang Ikalawang Partido ay nagtataglay ng mga nasabing katangian.

Samakatwid, ang parehong partido ay kapwa sumasangayon sa mga sumusunod:

1. Ang introduksyon sa kontratang ito ay magiging mahalagang bahagi ng nasabing kontrata.

2. Ang Unang Partido ay sumasang-ayon na ang Ikalawang Partido ay magtatrabaho sa kanya bilang kasambahay. Ang Ikalawang Partido ay sumasang-ayon sa nasabing trabaho nang naaayon sa tuntunin at mga kundisyon na nakasaad sa kasalukuyang kontrata.

3. Ang Unang Partido ay nangangako na hindi pagtatrabahuhin ang Ikalawang Partido ng iba pang trabaho o sa ibang lugar na iba kung saan nakatira ang Unang Partido.

4. Ang itatagal ng Kontratang ito ay isang taon at ito ay *renewable*.

5. Ang Kontratang ito ay magkakabisa mula sa petsa ng pagpirma ng parehong Partido sa harap ng notaryo pampubliko, kasama na dito ang *probationary period* na tatlong buwan.

*Ayon sa Unified Contract Decree No. 19/1 na may petsa 31/12/2009

6. Ang Unang Partido ay nangangako na babayaran ang Ikalawang Partido sa katapusan ng bawat buwang nagtrabaho ang kasambahay ng kanyang buong buwang sahod, na napagkasunduan sa halagang ____________________ at ibibigay nang walang anumang antala. Ang suweldo ay ibibigay ng *cash* at diretso sa Ikalawang Partido, alinsunod sa nasusulat sa resibo na pipirmahan ng parehong Partido o alinsunod sa *bank transfer* na kung saan ang nasusulat sa resibo ay pipirmahan din ng parehong Partido.

7. Ang Ikalawang Partido ay nangangako na gagawin ang kanyang trabaho ng seryoso at tapat at susundin ang mga pinag-uutos ng Unang Partido, na may pagsasaalang-alang sa mga patakaran sa trabaho, kaugalian, etika o *ethics* at sarilinan o *privacy* ng tahanan ng Unang Partido.

8. Ang Unang Partido ay nangangako na tutugunan ang mga kinakailangan at kondisyon para sa disenteng trabaho at tutuparin ang iba pang pangangailangan ng Ikalawang Partido. Kasama dito ang pagkain, damit at tirahan kung saan ang karangalan at karapatan sa sarilinan o *privacy* ng Ikalawang Partido ay irerespeto.

9. Ang Unang Partido ay nangangako na garantiyahan ang pangangalagang medikal o *medical care* ng Ikalawang Partido at kumuha ng seguro o *insurance policy* mula sa isang kumpanya ng pagseseguro na kinikilala sa Lebanon sang-ayon sa mga kondisyon na itinakda ng *Ministry of Labour*.

10. Ang Unang Partido ay nangangako na kukuha ng permiso na makapagtrabaho at awtorisasyon na makapanirahan para sa Ikalawang Partido. Ang kabuuang gastos para dito ay sasagutin ng Unang Partido. Ang Unang Partido ay nangangako din na ire-*renew* ang mga ito habang nagtatrabaho sa kanya ang Ikalawang Partido.

11. Ang Unang Partido ay aayusin ang oras ng trabaho para sa Ikalawang Partido sa humigit-kumulang na sampung (10) oras na hindi diretso sa isang araw, kasama ang walong (8) oras na diretso na pamamahinga o pagtulog sa gabi.

12. Ang Unang Partido ay nangangako na bibigyan ang Ikalawang Partido ng panahon para sa lingguhang pahinga na hindi baba sa 24 diretsong oras, ang mga kondisyon sa paggamit ng lingguhang pahinga na ito ay dapat pagkasunduan ng parehong partido. Ang Ikalawang Partido ay karapat-dapat din sa benepisyo ng taunang bakasyon na anim (6) na araw. Ang parehong partido ay dapat magkasundo kung kailan ito gagamitin at kung ano man ang mga kondisyon sa paggamit nito.

13. Ang Unang Partido ang dapat bumili ng tiket para sa pag-alis ng Ikalawang Partido mula sa Pilipinas at ng tiket ng Ikalawang Partido pabalik ng Pilipinas maliban sa mga kaso na pinagkasunduan na nakasaad sa Artikulo 16 ng Kontratang ito.

14. Dapat payagan ng Unang Partido ang Ikalawang Partido na makatanggap ng tawag at sulat na para sa kanya at gayon din payagan ang Ikalawang partido na tumawag o sumulat sa kanyang mga magulang isang beses sa isang buwan na gastos ng Unang Partido, kung hindi ang Ikalawang Partido ang magbabayad.

15. Kung ang Ikalawang Partido ay maysakit bukod sa nakuha niyang sakit mula sa kanyang serbisyo o mga sugat o pinsala na nakuha niya sa pagtatrabaho ayon sa medikal na ulat, siya ay may karapatan mag-*sick leave* ng kalahating buwan na bayad ang kanyag suweldo at ng kalahating buwan na bayad ang kalahati ng kanyang suweldo.

16. Ang Unang Partido ay maaaring tapusin ang kasalukuyang Kontrata dahil sa mga sumusunod na kaso:

   A. Kung ang Ikalawang Partido ay gumawa ng sinadyang pagkakamali, kapabayaan, pagsalakay, pananakot o pagbabanta, o maging sanhi ng pinsala sa mga interes ng Unang Partido o ng miyembro ng kanyang pamilya.

   B. Kung ang Ikalawang Partido ay gumawa ng isang bagay na may katapat na kaparusahan ayon sa batas ng Lebanese at sang-ayon sa hatol ng korte.

   C. Sa mga ganitong kaso, ang Ikalawang Partido ay obligado na umalis mula Lebanon at bayaran ang tiket o pamasahe pabalik ng Pilipinas gamit ang kanyang sariling pera.

17. Ang Ikalawang Partido ay maaaring tapusin ang kasalukuyang Kontrata sa Unang Partido na umaaako ng responsibilidad sa mga sumusunod na kaso:

A. Kung ang Unang Partido ay hindi nagbabayad ng suweldo sa Ikalawang Partido sa loob ng tatlong (3) buwan na sunod-sunod.

B. Kung ang Unang Partido o kahit sinong miyembro ng kanyang pamilya o sinomang nakatira sa kanyang bahay ay bugbugin, lusubin, abusuhing sekswal o guluhin ang Ikalawang Partido, at kung ito ay mapapatunayan sa pamamagitan ng medikal na ulat mula sa isang *forensic physician* at mga rekord ng imbestigasiyon mula sa *Judicial Police* o *Ministry of Labour*.

C. Kung ang Unang Partido ay pagtrabahuhin ang Ikalawang Partido sa ibang uri ng trabaho na wala sa Kontrata at walang pahintulot niya.

Sa mga ganitong kaso, ang Unang Partido ay obligado na pabalikin ang Ikalawang Partido sa Pilipinas at bayaran ang kanyang tiket o pamasahe.

18. Kung magkaroon ng pagtatalo o alitan sa pagitan ng dalawang Partido sa Kontratang ito, ang pagtatalo o alitan ay puwedeng iharap sa *Ministry of Labour* para aregluhin.

19. Kung mabibigo ang pag-areglo sa pagtatalo o alitan, ang naaping Partido ay may karapatang humanap ng pagwawasto sa maaasahang Korte sa Lebanon

20. Ang Kontratang ito ay ginawa sa harap ng notaryo pampubliko na nakasulat sa wikang Arabic at pinirmahan ng parehong Partido

Unang Partido   Ikalawang Partido

Para sa Gamit ng Notaryo Pampubliko

Annex 8: Librito ng Resibo para sa Sahod

HALAGA	CURRENCY ($ o L.L)	PETSA

Annex 9: Paano makakakuha ng Gabay na ito?

Ang gabay impormasyon na ito ay ginawa sa 12 na wika. Amharic, Arabic, Bangla, Ingles, Pranses, Bahasa, Malagasy, Nepali, Sinhala, Tagalog, Tamil at Vietnamese. Ito ay sinubukan sa mga migranteng kasambahay sa Lebanon na nanggaling mula sa iba't-ibang bansa.

Ang gabay impormasyon na ito ay maaaring makuha mula sa mga opisina ng ILO:

ILO Regional Office para sa Arab States

ILO Office	Address	Telephone	Language of Guide	Contact Person / Title	email
ILO Regional Office for Arab States (Beirut)	Aresco Center Justinien Street P.O.Box 11-4088 Riad El Solh 1107-2150 Beirut Lebanon	+961 1 752400	English, Arabic & French	Reham Rached Information/Communication Assistant Tania Massad Project Assistant	rached@ilo.org massad@ilo.org

ILO Country Offices sa Asya at Pacific Region

ILO Office	Address	Telephone	Language of Guide	Contact Person / Title	email
ILO Country Office for Nepal (CO - Kathmandu)	UN House, Pulchowk GPO Box 107 Kathmandu, Nepal	+977 1 5555777 - Extension 113	Nepali	Saloman Rajbanshi Programme Officer	saloman@ilo.org
ILO Country Office in Sri Lanka (CO – Colombo)	Bauddhaloka Mawatha, Colombo 7.	+94 0 11 2592525 - Extension:293	Sinhala Tamil	Pramo Weerasekera Programme Officer/Migration Focal Point	Pramo@ilo.org
ILO Country Office in Bangladesh (CO - Dhaka)	House No.12, Road No.12 Dhanmondi Residential Area Dhaka 1209 Bangladesh	+880 2 911 2836 + 880 2 8114705	Bangla	Shahabuddin Khan Programme Officer	skhan@ilo.org
ILO Country Office for the Philippines (CO- Manila)	ILO/UN 19th Floor, Yuchengco Tower RCBC Plaza, 6819 Ayala Avenue Makati City, Philippines	+632 580 9900	Tagalog	Hilda Tidalgo Senior Programme Assistant	tidalgo@ilo.org
ILO Country Office for Vietnam (CO – Hanoi)	45-50 Nguyen Thai Hoc Street Hanoi, Viet Nam	+84 4 37478816 Extension: 111	Vietnamese	Nguyen Thi Mai Thuy National Project Coordinator	thuy@ilo.org
ILO Country Office for Indonesia (CO – Jakarta)	Menara Thamrin, 22nd Floor Jalan MH Thamrin Kav. 3 Jakarta 10250, Indonesia	+62 21 391 3112 extension: 116	Bahasa	Dyah Retno Sudarto Programme Officer	dyah@ilo.org

ILO Country Offices sa Africa

ILO Office	Address	Telephone	Language of Guide	Contact Person / Title	email
ILO Office in Madagascar (CO – Antananarivo)	Maison commune des Nations Unies Zone Galaxy Andraharo, Antananarivo 101 Antananarivo Madagascar	+261 23 300 92/93/94 - Extension: 3015	Malagasy	Christian Ntsay Director of ILO Country Office for Madagascar, Comoros, Djibouti, Mauritius and Seychelles	ntsay@ilo.org
ILO Regional Office for Africa (CO – Ethiopia)	Africa Hall, 6th Floor, Menelik II Avenue Addis Ababa, Ethiopia P.O.Box 2788, 2532	+251 115 514313 - Extension: 34416	Amharic	Kidist Chala Programme Assistant	kidist@ilo.org

Bersiyon na Online

Maaari mong mabasa ang Gabay na ito sa www.mdwguide.com. Ang bersiyon na online ay binabago palagi upang mailathala ang mga bagong batas sa Lebanon na may kaugnayan sa trabaho ng mga migranteng kasambahay at maging ang mga serbisyo na ibinibigay ng gobyerno at ng mga NGO.