လက်စွဲစာအုပ်

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက်

“ ဗဟုသုတနှင့် အခွင့်အရေးများ မြဲမြဲစွာရပ်တည်ကြစို့ ”

မာတိကာ

- ပုံမှန်အလုပ်လုပ်ချိန် ၊ ခွင့်ရက် ၊ နားရက် နှင့် လျော်ကြေးလုပ်အားခ ၂
- ထိုင်းနိုင်ငံ အနိမ့်ဆုံးလုပ်အားခ ၆
- ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား လူမှုဖူလုံရေးခံစားခွင့် ၈
- မွေးကင်းစကလေးများ မီးဖွားလက်မှတ်လျှောက်ရန်အဆင့်ဆင့် ၁၁
- အိမ်အကူအလုပ်သမား ဥပဒေ အမှတ် (၁၅) ၁၃
- အမျိုးသမီးများအပေါ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြမ်းဖက်မှုနှင့် နှိပ်စက်မှု ၁၇
- ဆက်သွယ်ရန် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ ကူညီပေးနေသောအဖွဲ့အစည်း ၁၉
- မက်(ပ်)ဖောင်ဒေးရှင်း မာလ်တီမီဒီယာ ၂၃

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ထုတ်ဝေသည့်နှစ်	–	၂၀၂၅ ဇွန် ၃၀
ထုတ်ဝေသူ	–	မက်(ပ်)ဖောင်ဒေးရှင်း
စီစဉ်သူ	–	MAP Multi-Media
Layout Design	–	MAP Multi-Media
ဘာသာပြန်	–	စောနောင်နောင် ၊ နောင့်ဆိုင်ဆိုင်
မျက်နှာဖုံးကာတွန်း	–	Mornloo Pootoon

ထိုင်းအလုပ်သမားဥပဒေ
ပုံမှန်အလုပ်လုပ်ချိန်နှင့် နားရက်အခွင့်အရေး

☞ ပုံမှန်အလုပ်လုပ်ချိန်

(၁) အလုပ်သတ်မှတ်ချိန် ပုံမှအလုပ်တစ်နေ့လျှင် ၈ နာရီ ထက်မကျော်ရ။
(၂) အလုပ်ရှင်နှင့် အလုပ်သမားကြား သဘောတူညီချက် အရ ရက်သတ္တပတ်လျှင် ၄၈ နာရီထက်မကျော်ရ။
(၃) အကယ်၍ အန္တရာယ်ဖြစ်စေတတ်သောအလုပ်များ (မြေအောက်၊ ရေအောက်လှိုင်ခေါင်းလုပ်ငန်း၊ တွင်းတူးလုပ်ငန်း ၊ အလင်းရောင်နည်းသည့်လုပ်ငန်း တွေမှာ တစ်နေ့လျှင် ၇ နာရီထက်မကျော်ရ။

☞ နားရက်အခွင့်အရေးများ

(၁) အလုပ်ရက်သတ္တပတ်တွင် ၁ ရက်နားခွင့်ရှိသည်။ ဥပမာ – ဟော်တယ်လုပ်ငန်း (သို့) အခြားလုပ်ငန်းတွေမှာ အလုပ်သမားဥပဒေနှင့်အညီ ပုံမှန်အားလပ်ရပ်များကို ၄ ပတ် စာအထိ စုဆောင်းနိုင်သည်။
(၂) ဓလေ့သိုးရာအတွက် တစ်နှစ်တွင် ၁၃ ရက်ပိတ်ရက်ပေးရမည်။
(၃) အကယ်၍ ဟိုတယ်လုပ်ငန်း၊ စားသောက်ဆိုင်လုပ်ငန်း စသည့်လုပ်ငန်းများတွင် နား ရက်ကိုအလုပ်ရှင်နှင့်ညှိနှိုင်းနိုင်သည်။ သို့မဟုတ် နားရက်တွင်မနားပဲ အလုပ်ဆက်လုပ် ရန်အတွက် အလုပ်ရှင်ကနေ့စားခကို ၂ ဆပေးချေရမည်။
(၄) လုပ်သက် ၁ နှစ်ပြည့်သော အလုပ်သမားတိုင်း ၆ ရက်ထက်မပိုသော နှစ်စဉ်နားရက် ခံစားခွင့်ရှိသည်။

☞ **အလုပ်နားချိန်**

(၁) ၅ နာရီတိုင်အဆက်မပြတ် အလုပ်လုပ်လာပြီးနောက် တစ်ရက်တွင် အနည်းဆုံးနားချိန် ၁ နာရီရရှိရမည်။
(၂) အလုပ်ရှင်နှင့် အလုပ်သမားကြား သဘောတူညီချက်အရ ၁ –၂ နာရီအလုပ်ကို လုပ်လာပြီးနောက် ၁၅ မိနစ် နားချိန်ရရှိရမည်။
(၃) အကယ်၍ ကုန်စုံဆိုင်လုပ်ငန်းတွေမှာ အလုပ်ရှင်က ပုံမှန်အလုပ်လုပ်ချိန်နှင့်နားချိန်တွေမှာ အတိအကျမသတ်မှတ်နိုင်ပဲ လုပ်ငန်းအပေါ်မူတည်ပြီး နားနိုင်သည်။
(၄) ပုံမှန်အလုပ်လုပ်ချိန်ထက်ကျော်လွန်ပြီး အချိန်ပိုလုပ်ငန်းတွေမှာ အချိန်ပိုမစမီ အနည်းဆုံးမိနစ် ၂၀ နားချိန်ပေးရမည်။

☞ **နားရက်အခွင့်အရေးများ**

(၁) အလုပ်ရက်သတ္တပတ်တွင် ၁ ရက်နားခွင့်ရှိသည်။
ဥပမာ – ဟော်တယ်လုပ်ငန်း (သို့)အခြားလုပ်ငန်းတွေမှာ အလုပ်သမားဥပဒေနှင့်အညီ ပုံမှန်အားလပ်ရပ်များကို ၄ ပတ်စာအထိ စုဆောင်းနိုင်သည်။
(၂) ဓလေ့သိုးရာအတွက် တစ်နှစ်တွင် ၁၃ ရက်ပိတ်ရက်ပေးရမည်။
(၃) အကယ်၍ ဟော်တယ်လုပ်ငန်း ၊ စားသောက်ဆိုင်လုပ်ငန်း စသည့်လုပ်ငန်းများတွင် နားရက်ကိုအလုပ်ရှင်နှင့်ညှိနှိုင်းနိုင်သည်။ သို့မဟုတ် နားရက်တွင်မနားပဲ အလုပ်ဆက်လုပ်ရန်အတွက် အလုပ်ရှင်ကနေ့စားခကို ၂ ဆပေးချေရမည်။
(၄) လုပ်သက် ၁ နှစ်ပြည့်သော အလုပ်သမားတိုင်း ၆ ရက်ထက်မပိုသော နှစ်စဉ်နားရက်ခံစားခွင့်ရှိသည်။

☞ ခွင့်ရက်

(၁) အလုပ်သမားတိုင်း နေမကောင်းသည့်အခါ နားခွင့်ရှိသည်။ ၃ ရက်နှင့်အထက် နေမကောင်းလျှင် ဆေးသုံးထောက်ခံစာပြရပါမည်။ အကယ်၍ ဆေးထောက်ခံစာမရှိလျှင် ခိုင်လုံသည့်အချက်အလက်များ ရှင်းပြနိုင်ရမည်။ ဥပမာ – လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း။

(၂) အလုပ်သမားတိုင်း အရေးကြီးသည့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စရပ်များ လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် တစ်နှစ်မှာ ၃ ရက်ခွင့်ယူနိုင်သည်။

(၃) ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီး အလုပ်သမားတိုင်း မီးဖွားခွင့်ရက်ပေါင်း ၉၈ ခံစားပိုင်ခွင့်ရှိသည်

(၄) အလုပ်သမားတိုင်း မိမိအသိပညာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဆိုင်ရာသင်တန်းများ သွားရောက်သင်ယူလေ့လာခွင့်ရှိသည်။ သို့သော် အလုပ်ရှင်ထံ (၇) ရက်ကြိုတင်ခွင့်တောင်းခံရမည်။

☞ နားရက်အလုပ်လုပ်ခွင့်

(၁) အကယ်၍ အချိန်ပို အလုပ်လုပ်ရန်အတွက် အလုပ်ရှင်ကြိုတင်ပြီး အကြောင်းကြားရမည် အလုပ်သမား၏ သဘောတူညီမှုလည်း ပါရှိရမည်။

(၂) အကယ်၍ အရေးပေါ် အရေးကြီးလုပ်ငန်းမျိုး ဥပမာ – ဟော်တယ်လုပ်ငန်း ၊ ပို့ဆောင်ရေးလုပ်ငန်း ၊ ဆေးသုံးလုပ်ငန်းအစရှိသော လုပ်ငန်းများအတွက် အလုပ်သမား၏ သဘောတူညီမှုအရ သတ်မှတ်ထားသော အချိန်အထိ လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ သို့သော် တစ်ပတ်လျှင် ၃၆ နာရီ ထက်မကျော်စေရ။

☞ လျော်ကြေးနှင့်လုပ်အားခ အခွင့်အရေး

(၁) လုပ်ငန်းတိုင်းတွင် တစ်နေ့လုပ်ချိန် ၈ နာရီဖြစ်ပြီး ၊ တစ်နေ့လုပ်အားခကို လက်ရှိဥပဒေ အတိုင်း ပေးဆောင်ရမည်။

(၂) လုပ်အားခကို ငွေသားအဖြစ် ပေးချေရမည်။

(၃) အကယ်၍ လိုအပ်ချက်အရ အလုပ်နားရက်တွင် အလုပ်လုပ်ရန်အတွက် အလုပ်သမားမှ သဘောတူခဲ့လျှင် သာမန်လုပ်အားခ၏ ၁ ဆထက်မနည်းသော လုပ်အားခရပိုင်ခွင့်ရှိသည်

(၄) အကယ်၍ အလုပ်နားရက်တွင် အလုပ်သမားသည် လုပ်အားခရရှိသော်လည်း နားရက် တွင်အလုပ်လုပ်နေရပါက သာမန်လုပ်အားခ၏ ၂ ဆထက်မနည်းသော လုပ်အားခရပိုင် ခွင့်ရှိသည်။

(၅) အကယ်၍ အလုပ်နားရက်တွင် အချိန်ပိုအလုပ်လုပ်ရလျှင် အနည်းဆုံး တစ်နာရီလုပ်အား ခ၏ ၃ ဆထက်မနည်းသော အချိန်ပိုခကို ပေးရမည်။

ထိုင်းနိုင်ငံ အနိမ့်ဆုံးလုပ်အားခ

ဇန်နဝါရီ ၁ ရက် ၂၀၂၅ မှစတင်၍ အကျုံးဝင်သည်

400 ဘတ်

(၆) ခရိုင်

- ချွန်းပူးရီး
- လယောင်း
- ဖူးကေတ်
- ချချိုင်းဆောင်
- ကော်ဆမွေမြို့ (ဆူရာတ့်ထားနီး)
- ဘန်ကောက်

380 ဘတ်

(၂) အမ်းဖိုး (သို့) မြို့တွင်း

- ချင်းမိုင်မြို့တွင်း
- ဟတ်ယိုင်မြို့တွင်း

372 ဘတ်

(၅) ခရိုင်

- နခွန်းပထုမ်
- နွန်ထပူးရီး
- ပထုမ်းထားနီး
- သမုတ်ပလာကန်
- သမုတ်ဆာခွန်း

337 ဘတ်

(၃) ခရိုင်

- နလာထိဝါ့ခ်
- ပါတ်တနီး
- ရလာ

357 ဘတ်

(၅) ခရိုင်

- ခွန်ကဲန်
- ချင်းမိုင်
- ဖနခွန်းဆီအယုထယား
- ပကျင်းပူးရီး
- ဆရာပူးရီး

356 ဘတ်

(၁) ခရိုင်

- လုပ်ပူးရီး

355 ဘတ်

(၃) ခရိုင်

- နခွန်းနိုင်းယုတ်
- ဆူဖန်းပူးရီး
- နောင်ခိုင်း

354 ဘတ်

(၂) ခရိုင်

- ကပီ
- တာ်ခ့်ရ်

351 ဘတ်

(၃) ခရိုင်

- ▶ ချုန်းပွန်း
- ▶ ဖေစ့်ပူးရီး
- ▶ ဆူးလိန်း

359 ဘတ်

(၁) ခရိုင်

- ▶ နခွန်းရတ်ချဆီမား

352 ဘတ်

(၁၅) ခရိုင်

- ▶ ကန်စနပူးရီး
- ▶ ကျုန်ထပူးရီး
- ▶ ချင်းဟိုင်း
- ▶ တာခ့်
- ▶ နခွန်းဖနုမ်
- ▶ ပူးရီးလမ်း
- ▶ ပလာကျုပ်ခီးရီးခန်
- ▶ ဖန်ငါး
- ▶ ဖိဆနူးလုပ်
- ▶ မုတ်တာဟန်
- ▶ ဆကွန်နခွန်း
- ▶ ဆုန်ခရာ
- ▶ ဆာကျောက်
- ▶ ဆူရာတ့်ထားနီး
- ▶ အူပွန်းရတ်ဆထားနီး

350 ဘတ်

(၃) ခရိုင်

- ▶ နခွန်းဆဝမ်
- ▶ ရက်ဆိုထောင်း
- ▶ လမ်းဖွန်း

349 ဘတ်

(၅) ခရိုင်

- ▶ ဂါရှင်
- ▶ နခွန်းဆီထမရာတ့်
- ▶ ပိန်ကန်
- ▶ ဖေစ်ခပုန်း
- ▶ လွိုင်းအိတ်

358 ဘတ်

(၁) ခရိုင်

- ▶ ဆမုတ်ဆုန်ခရာမ်း

348 ဘတ်

(၅) ခရိုင်

- ▶ ချိုင်းနန့်
- ▶ ချိုင်းရဖုမ်း
- ▶ ဖတ်ထလုံး
- ▶ ဆီပူးရီး
- ▶ အန်ထောင်း

347 ဘတ်

(၁၆) ခရိုင်

- ▶ ကန်ပိုင်းဖေစ်
- ▶ ဖိကိစ်
- ▶ လနောင်း
- ▶ မဟာဆလာရာမ်း
- ▶ မယ်ဟောင်ဆောင်
- ▶ လွိုင်း
- ▶ ရာတ့်ချပူးရီး
- ▶ လမ်းပန်း
- ▶ ဆတွန်း
- ▶ ဆီဆကိစ်
- ▶ ဆူကိုထိုင်း
- ▶ နောင်ပိုးလမ်းဖူး
- ▶ အမ်းနတ်ကျလွှိန်း
- ▶ အူထိုင်းထားနီး
- ▶ အူတာလာလိတ်
- ▶ အူတောင်းထားနီး

345 ဘတ်

(၄) ခရိုင်

- ▶ တလန်
- ▶ နန့်
- ▶ ဖယောဝ်
- ▶ ဖယ့်

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား လူမှုဖူလုံရေးခံစားခွင့်

လူမှုဖူလုံရေးခံစားခွင့်

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများနှင့် လူမှုဖူလုံရေးခံစားခွင့် လူမှုဖူလုံရေးအာမခံ ဆိုသည်မှာ ဝင်ငွေရှိသော လူမှုဖူလုံရေးရန်ပုံငွေသို့ ငွေပေးသွင်းသည့် အသင်းဝင်အုပ်စုတွင် ဖျားနာခြင်း ၊ မီးဖွားခြင်း ၊ မသန်မစွမ်း ဖြစ်ပွားခြင်း ၊ အလုပ်လုပ်မဲ့ဖြစ်ခြင်းကြောင်း ဖြစ်ပွားနိုင်သည့် အန္တရာယ်များအတွက် ပျမ်းမျှတာဝန်ယူရန်၊ ဆေးကုသမှု ခံယူရန်နှင့် ဝင်ငွေပြတ်လတ်ခြင်း အတွက် စဉ်ဆက်မပြတ် လျော်ကြေးရရှိစေရန်နှင့် နေထိုင်စားသောက်ရေးအတွက် အာမခံထားခြင်းဖြစ်သည်။ အလုပ်ရှင်သည် ဝန်ထမ်းအလုပ်ဝင်ရောက် လုပ်ကိုင်သည့်နေ့ရက်မှစ၍ ၃၀ ရက်အတွင်း လူမှုဖူလုံရေး ရန်ပုံငွေ စာရင်းမှတ်ပုံတင်ရမည်။ အကယ်၍ အလုပ်ရှင် သို့မဟုတ် ကုမ္ပဏီသည် အလုပ်သမားအတွက် လူမှုဖူလုံရေး အာမခံချက် လျှောက်ထားမှုမရှိပါက ထောင်ဒဏ် ၆ လ ထက်မပိုသော သို့မဟုတ် ငွေ ဒဏ် (၂၀၀၀၀ ဘတ်ထက်မပိုသော) သို့မဟုတ် ပြစ်ဒဏ်နှစ်ရပ်လုံး ချမှတ်ခံရမည်။
(ဝန်ထမ်းသည် အသက် ၁၅ နှစ်ထက်မနည်း မှ ၆၅ နှစ်ထက်မကျော်ရှိရမည်)

ထည့်ဝင်ကြေး

ထည့်ဝင်ကြေးသည် အလုပ်ရှင်နှင့် အလုပ်သမားမှ လူမှုဖူလုံရေးရန်ပုံငွေသို့ လစဉ်ပေးသွင်းရသော ငွေကို ဆိုလိုသည်။ အာမခံထားရှိသူ၏ လုပ်အားခ တစ်ရာလျှင်၅ရာခိုင်နှုန်းတစ်ဖက်စီမှ တူညီစွာပေးသွင်းရမည်။ ဥပမာ – မောင်မောင်က လစာ တစ်လလျှင် ၁၀၀၀၀ ဘတ် (၁၀၀၀၀ ٪ ၅ = ၅၀၀ ဘတ်) ဖြစ်သည်။ အလုပ်ရှင် ၅၀၀ ဘတ် နှင့် မောင်မောင် ၅၀၀ ဘတ် လတိုင်းထည့်ဝင်ပေးရမည်။

အလုပ်သမား ၅ ٪

အလုပ်ရှင် ၅ ٪

အစိုးရ ၂ . ၇၅ ٪

(၁) အန္တရာယ်ကျရောက်ခြင်း (သို့) ဖျားနာခြင်း

အလုပ်လုပ်ကိုင်ခြင်းကြောင့် အန္တရာယ်ကျရောက်ခြင်း (သို့မဟုတ်) ဖျားနာခြင်း ဆေးကုသရေး ဝန်ဆောင်မှုရယူရန် မိမိတို့စာရင်းသွင်းထားသော ဆေးရုံ၌ ဦးစားပေးကုသရမည်။ ထိုခံစားခွင့်ရရန်အတွက် အလုပ်သမားသည် လူမှုဖူလုံရေး ရုံပုံငွေဌာနသို့ အနည်းဆုံး ၃ လ စာရံပုံငွေပေးသွင်းပြီးသားဖြစ်ရမည်။

(၂) မီးဖွားခြင်း

အမျိုးသမီး ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် မီးဖွားစဉ်ကာလနှင့် အလုပ်နားသည့် ကာလအတွက် သတ်မှတ်ထားသည့် ငွေကြေးပမာဏနှင့် ဆေးကုသစရိတ်အတွက် ခံစားခွင့်ရရှိမည်ဖြစ်ပြီး ၊ အနည်းဆုံး ၅ လ ငွေပေးသွင်းပြီးသူမှသာလျှင် ခံစားခွင့် ရမည်ဖြစ်သည်။

(၃) မသန်မစွမ်းဖြစ်ပွားခြင်း

ကိုယ်ခန္ဓာ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရပြီး ခွဲစိတ်ကုသမှုကုန်ကျစရိတ်နှင့် အလုပ်နားရသည့် ကာလအတွက်သတ်မှတ်ထားသော နှစ်နာကြေးအတွက် ခံစားခွင့်များရရှိသည့်အပြင် နေကောင်းကျန်းမာလာချိန်ထိ စောင့်ဆိုင်းနေရသည့်အချိန်အတွက်လည်း ခံစားခွင့်ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ထိုခံစားခွင့်များအတွက် အလုပ်သမားသည် အနည်းဆုံး ၃ လစာ ငွေပေးသွင်းပြီးသူသာ ခံစားခွင့်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဆရာဝန်ထံမှ ထောက်ခံစာနှင့်တကွ သွားရောက်ထုတ်ယူနိုင်ပါသည်။

(၄) သေဆုံးခြင်း

လူမှုဖူလုံရေးတွင် အဖွဲ့ဝင်ထားသော အလုပ်သမားသည် သေဆုံးခဲ့သော် ထိုအလုပ်သမားအတွက် အသုဘစရိတ်နှင့် နစ်နာကြေးကို ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ထိုခံစားခွင့်ရရှိရန်အတွက် အလုပ်သမားသည် လူမှုဖူလုံရေးရုံးသို့ ၆ လ အတွင်း အနည်းဆုံး ၁ လစာ ရံပုံငွေပေးသွင်းထားသောသူဖြစ်ရမည်။

(၅) ကလေးမွေးဖွားခြင်း

သန်ခေါင်စာရင်း သွင်းထားသူ နှင့် သက်ဆိုင်သောသားသမီးများအတွက် ကလေးတဦးလျှင် တစ်လဘတ် ၁၀၀၀ ခံစားခွင့် ရရှိမည်ဖြစ်ပြီး ကလေးအသက် ၆ နှစ်အထိ ထုတ်ယူနိုင်ပါသည်။ သို့သော်လည်း သားသမီး ၃ ယောက်အတွက်သာခံစားခွင့်ရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုခံစားခွင့်အတွက် အလုပ်သမားသည် ၃၆ လအတွင်း အနည်းဆုံး ရံပုံငွေ ၁၂ လသွင်းထားပြီးမှ သာသွားရောက်ထုတ်ယူနိုင်သည်။

(၆) သက်ကြီးရွယ်အိုဖြစ်ခြင်း

အသက်ကြီးပင်စင်ခံစားခွင့်အတွက်အသက်၅၅ ပြည့်သည့်အချိန်မှ စတင်ခံစားခွင့် ရရှိမည်ဖြစ်ပြီး အနည်းဆုံး ၁၈၀ လ ရံပုံငွေထည့်သွင်းပြီးသားသူဖြစ်ရမည်။ (သက်ကြီးကြေးငွေ တလုံးတခဲတည်း ပေးမည်)

(၇) အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ခြင်း

လုပ်ငန်းမှရပ်နားခြင်းခံရသော အလုပ်သမားတစ်ဦးသည် မိမိရရှိသော လစာ၏ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် ရက်ပေါင်း ၁၈၀ အတွက်နစ်နာကြေးခံစားခွင့်ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ အလုပ်သမားသည် လုပ်ငန်းခွင်မှ ကိုယ်တိုင် နှုတ်ထွက်ခဲ့သော်လည်းကောင်း၊ အလုပ်ရှင်နှင့်ချုပ်ဆိုထားသော စာချုပ်ပြီးဆုံးသွားခဲ့လျှင်သော်လည်းကောင်း လုပ်ငန်းအသစ်ရှာရန်စောင့် ဆိုင်းနေရသည့် ကာလအတွက် လစာမှ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းကို ရက်ပေါင်း ၉၀ ထက်မကျော်သည့် နစ်နာကြေး ခံစားခွင့်များရရှိမည်ဖြစ်သည် (၁၅ လ အတွင်း အနည်းဆုံး ရံပုံငွေ ၆ လ ထည့်ပြီးသူဖြစ်ရမည်။

မွေးကင်းစကလေးများ
မီးဖွားလက်မှတ်လျှောက်ရန်အဆင့်ဆင့်

မီးဖွားလက်မှတ်၏ကောင်းကျိုး

① ကလေးမှတ်ပုံတင်ရရှိခြင်း၊ ထိုင်းဒေတာ (Data) တွင်းမှ ကလေးအချက်အလက်ရှိခြင်း
② ကလေးကျန်းမာရေးကဒ် ဝယ်ယူနိုင်ခြင်း
③ ထိုင်းစာသင်ကျောင်းဝင်ရန် လွယ်ကူခြင်း
④ အသက်အာမခံကဒ် ၊ พ.ร.บ รถ ဝယ်ယူနိုင်ခြင်း
⑤ လူမှုဖူလုံရေးကဒ်ရှိသည့်မိဘတိုင်း ကလေး ထောက်ပံ့ကြေးရရှိခြင်း
⑥ ထိုင်းမှ ထုတ်ပေးသော ၁၀ နှစ်ခံကဒ် ၊ တောင်ပေါ်သားကဒ်ရှိသည့်မိဘများ ကလေးအတွက် ထိုင်းမှတ်ပုံတင်လျှောက်တင်နိုင်ခြင်း

ပြင်ဆင်ရန်စာရွက်စာတမ်း

❖ မိဘ၏နိုင်ငံသားမှတ်ပုံတင်မိတ္တူ အိမ်ထောင်စုစာရင်းမိတ္တူ ၊ အလုပ်လုပ်ခွင့်လက်မှတ်
❖ အလုပ်ရှင်မှတ်ပုံတင်မိတ္တူ ၊ အိမ်ထောင်စုစာရင်းမိတ္တူ
❖ ဆေးရုံတွင် မွေးဖွားလျှင် ထောလော ၁/၁ ပါရမည် မိဘအထောက်အထားမဲ့လျှင် (ထောလော – ၀၃၁)
❖ ပတ်စပို့စ်ရှိသည့် မိဘများအတွက် ဘာသာပြန် စာရွက်စာတမ်းနိုတြီ (Notary)
❖ ကလေးနာမည်မှည့်ထားခြင်း
❖ လက်မှတ်အထောက်အထားမရှိသည့် မိဘများလည်း ကလေးမီးဖွားလက်မှတ် လျှောက်တင်နိုင်ပါသည်။ (မိဘတစ်ယောက်ယောက်က ၁၀ နှစ်ခံကဒ် သို့မဟုတ် တောင်ပေါ်သားကဒ်ရှိခဲ့လျင် ထောက်ခံသူ ၂ ယောက် ရှာရမည်၊ သို့သော် တစ်ချို့မြို့နယ်တွေမှာ ထောက်ခံသူမလိုပါ)

ဆေးရုံတွင်လျှောက်ရန်စာရွက်စာတမ်း

- မိဘ၏နိုင်ငံသားမှတ်ပုံတင်မိတ္တူအိမ်ထောင်စု စာရင်းမိတ္တူ အလုပ်လုပ်ခွင့်လက်မှတ်
- အလုပ်ရှင်မှတ်ပုံတင်မိတ္တူ နှင့် အိမ်ထောင်စုစာရင်းမိတ္တူ
- ကလေးအပ်နှံခြင်း မှတ်တမ်းစာအုပ်
- ပတ်စပို့ရှိသည့်မိဘများအတွက် (ဘာသာပြန်စာရွက်စာတမ်း)
- ကလေးမီးဖွားထောက်ခံချက်လက်မှတ်ရရှိခြင်း

မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးရုံးသို့လျှောက်ရန်စာရွက်စာတမ်းများ

- ☺ မိဘ၏နိုင်ငံသားမှတ်ပုံတင်မိတ္တူအိမ်ထောင် စုစာရင်းမိတ္တူ ၊ အလုပ်လုပ်ခွင့်လက်မှတ်
- ☺ အလုပ်ရှင်မှတ်ပုံတင်မိတ္တူ အိမ်ထောင်စုစာရင်းမိတ္တူ
- ☺ ဆေးရုံမှရရှိထားသည့် ကလေးမီးဖွားထောက်ခံချက် လက်မှတ်
- ☺ ပတ်စပို့စ်ရှိသည့်မိဘများအတွက် (ဘာသာပြန် စာရွက်စာတမ်း)
- ☺ ထောက်ခံသူ ၂ ယောက် မိဘတစ်ယောက်ယောက်က (၁၀ နှစ်ခံကဒ် သို့မဟုတ် တောင်ပေါ်သားကဒ်ရှိခဲ့လျင်)
- ☺ ထိုင်းမြို့နယ် အုပ်ချုပ်ရေးရုံးကနေ မီးဖွားလက်မှတ် ထုတ်ပေးပါမည်။

ဝန်ကြီးဌာနစည်းမျဉ်းအမှတ် ၁၅ ဆိုတာဘာလဲ?

ဝန်ကြီးဌာန စည်းမျဉ်း အမှတ် ၁၅ ဆိုတာ ဘာလဲ ? အတူတူတကွ လေ့လာကြည့်ကြရအောင်။ ဝန်ကြီးဌာန စည်းမျဉ်း အမှတ် ၁၅ သည် အလုပ်သမား ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး အက်ဉပဒေ B.E 2541 ခရစ်သက္ကရာဇ် ၁၉၉၈ ခုနှစ်တွင်ပြဌာန်းထားသည့် ဥပဒေထဲက ထုတ်နှုတ်၍ အိမ်အကူအလုပ်သမားအဖြစ် လုပ်ငန်းရှင်အဖြစ် စာရင်းသွင်းထားခြင်းမရှိ စာရင်းမဝင်သည့် အလုပ်ရှင်ထံ အလုပ်လုပ်သည့် အလုပ်သမားကို အကာအကွယ်ပေးရန်ဖြစ်သည် ပုံမှန်အားဖြင့်ဆို အိမ်အကူအလုပ်သမားများအား အလုပ်သမားဥပဒေမှ အကာအကွယ်တစ်စုံတစ်ရာ ပေးထားခြင်းမရှိပေ။ ထို့ကြောင့် ၂၀၂၄ ခုနှစ် ၊ ဧပြီလ (၃၀) ရက်နေ့တွင် ဝန်ကြီးဌာနဆိုင်ရာ ဤစည်းမျဉ်းကို ထုတ်ပြန်ကြေညာခဲ့ပါသည်။

"အိမ်အကူအလုပ်သမားများအတွက်
မည်သို့သောအကြောင်းရာများ အကာအကွယ်ပေးပါသနည်း"

- ☺ လုပ်အားခသည် အခြေခံအနိမ့်ဆုံးလုပ်ခလစာနှုန်းထားထက် မနည်းရရှိစေရမည်။
- ☺ အလုပ်ချိန်သည် တစ်ရက်လျှင် ၈ နာရီဖြစ်ပြီး နေ့လည် အနားယူချိန်မှာ ၁ နာရီဖြစ်သည်။
- ☺ တစ်ပတ်လျှင် ၁ ရက် ပိတ်ရက်ရှိရမည်။
- ☺ ကမ္ဘာ့အလုပ်သမားနေ့အပါဝင် တစ်နှစ်လျှင် သိုးရာပိတ်ရက်အဖြစ် ၁၃ ရက်ရှိရမည်။
- ☺ တစ်နှစ်ပြည့် အလုပ်သမားအတွက် အပိုနားရက် ၆ ရက်ရှိရမည်။
- ☺ အမှန်တကယ်နာမကျန်းဖြစ်သည့်အတိုင်း နားခွင့်ရှိရမည် သို့သော် တစ်နှစ်လျှင် ရက် ၃၀ ထက်မပိုသော လုပ်အားခ ရရှိရမည်။
- ☺ အရေးပေါ် ရှောင်သခင်ခွင့်အတွက် တစ်နှစ်လျှင် ၃ ရက်ရရှိရမည်။
- ☺ မီးဖွားခွင့် ၉၈ ရက်ရရှိသော်လည်း ၄၅ ရက်ထက်မပိုသော လုပ်အားခရရှိရမည်။

မှတ်ချက် / အထက်ဖော်ပြပါ အခွင့်အရေးများနှင့်အညီ နားခွင့်တို့အတွက် အလုပ်ရှင်များသည် အလုပ်သမားများ၏ လုပ်ခလစာကို နှုတ်ယူခြင်းမပြုရ။

အလုပ်ရှင်များသည် အလုပ်သမားများအား အချိန်ပို OT လုပ်ခိုင်းခြင်း သို့မဟုတ် အားလပ်ရက်များတွင် အလုပ်စေခိုင်းခြင်း သို့မဟုတ် နားရက်တွင် အချိန်ပိုလုပ်ခိုင်းပါက အလုပ်ရှင်သည်အလုပ်သမားအား လုပ်အားခကို မည်ကဲ့သို့ပေးရမည်နည်း။

- ☞ အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမားအား ပုံမှန်အလုပ်ရက်တွင် အချိန်ပိုလုပ်ခိုင်းပါက၊ ၁.၅ ဆပိုပေးရမည်။
- ☞ အလုပ်ရှင်သည် နားရက်များတွင် အလုပ်လုပ်ခိုင်းပါက အလုပ်သမားကို လုပ်အားခ ၁ ဆ ပေးရမည်။
- ☞ ပုံမှန်လုပ်ရက်လုပ်အားခကိုအလုပ်ရှင်နဲ့အလုပ်သမားအချင်းချင်းသဘောတူညီမှုပြုလုပ်ပြီးပါက နားရက်များတွင် သဘောတူမှု ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ☞ အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမားအား နားရက်တွင် အချိန်ပို OT လုပ်ခိုင်းပါက လုပ်အားခ ၃ ဆ ပေးရမည်။
- ☞ အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမားအား အလုပ်မှထုတ်ပယ်လိုက်ပါက နှစ်စဉ်နားရက် လုပ်ခကို အချိုးကျကျ ဖြင့် တွက်ချက်၍ပေးဆောင်ရမည်ဖြစ်သည်။

မှတ်ချက် / အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမား အချိန်ပို OT စေခိုင်းခြင်း သို့မဟုတ် နားရက်တွင် အလုပ်စေခိုင်းခြင်း သို့မဟုတ် နားရက်တွင် အချိန်ပိုစေခိုင်းခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်မည်ဆိုပါက အလုပ်သမား၏ သဘောတူညီမှု ရယူဖို့လိုအပ်သည် အလုပ်ရှင်မှ အတင်းအကျပ်ပြုလုပ်၍ မရပါ။

အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမားအား ၁ လ ကြိုတင် အသိပေးအကြောင်း မကြားဘဲ အလုပ်ထုတ်ခဲ့ပါက အလုပ်သမားအတွက် မည်သည့်အခွင့်အရေးများ ရှိမည်နည်း။

- အလုပ်ရှင်သည် အလုပ်သမားအား ၁ လ ကြိုတင် အသိပေးအကြောင်း မကြားဘဲ အလုပ်ထုတ်ခဲ့ပါက ကြိုတင်အသိပေးခအဖြစ် အလုပ်သမား၏ နောက်ဆုံးလစာအတိုင်း လုပ်ခလစာ ၁ လစာပေးရမည်။

အမျိုးသမီး အလုပ်သမား အသုံးပြုရာတွင် မည်သည့်တားမြစ်ချက်များရှိပါသနည်း

- ✘ ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီးများအား ည ၁၀း၀၀ နာရီမှ နံနက် ၆း၀၀ နာရီအထိ အလုပ်ဆင်းခြင်းမပြုလုပ်ရ။
- ✘ အချိန်ပိုခိုင်းစေခြင်း ဒါမှမဟုတ် နားရက်တွင် အလုပ်ခိုင်းခြင်းနှင့် နားရက်တွင် အချိန်ပို OT ပြုလုပ်စေခိုင်းခြင်း မပြုလုပ်ရ။
- ✘ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ အလုပ်မှ ထုတ်ပယ်ခြင်း မပြုလုပ်ရ။
- ✘ နှောက်ယှက်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှောက်ယှက်ခြင်း မပြုလုပ်ရ။

ကလေးအလုပ်သမား အသုံးပြုရာတွင် မည်သည့်တားမြစ်ချက်များရှိပါသနည်း

- ✘ အသက် ၁၅ နှစ်အောက် ကလေးများကို အလုပ်သမားအဖြစ် ခန့်အပ်စေခိုင်းခြင်းမပြုလုပ်ရ။
- ✘ ကလေးကို အာမခံအဖြစ်ခေါ်ထားခြင်းမပြုလုပ်ရ။
- ✘ ကလေးလုပ်သား၏ လုပ်ခလစာကို အခြားသူအား ပေးချေခြင်းမပြုလုပ်ရ။
- ✘ အသက် ၁၆ နှစ်နှင့် ၁၈ နှစ်ထက်မကျော်သော ကလေးများအား အလုပ်ခန့်ထားမည်ဆိုပါက အလုပ်နှင့်နောက်ဆုံးမည်သည့်နေ့ရက်ထိခန့်ခြင်းကိုအလုပ်သမားကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးသုံးသို့ အသိပေးအကြောင်းကြားရမည်။
- ✘ အလုပ်သမားသည် တစ်နှစ်လျှင် ရက်ပေါင်း ၃၀ ထက်မပိုသော သင်တန်းတက်ရောက်ခွင့်နှင့် လုပ်အားခ ခံစားခွင့်ရရှိမည်ဖြစ်သည်။

အလုပ်ရှင်သည် ဝန်ကြီးဌာန၏ ချမှတ်ထားသည့် ဥပဒေစည်းမျဉ်းအမှတ် ၁၅ ကို လိုက်နာခြင်းမရှိပါက အလုပ်သမားများသည် မည်သည့်နေရာတွင် တိုင်ကြား၍ ရနိုင်မည်နည်း။

① အလုပ်သမားများ အလုပ်လုပ်သည့် ခရိုင်ဒေသတွင်ရှိသော အလုပ်သမားကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးသုံးတွင် တိုင်ကြားနိုင်ပါသည်။

② အလုပ်ရှင်သည် ကျူးလွန်သည့် အမှုအခင်းပေါ်မူတည်၍ ဖေါက်ဖျက်ခြင်း သို့မဟုတ် လိုက်နာရန် ပျက်ကွက်ပါက ၊ ငွေဒဏ် သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ် သို့မဟုတ် ဒဏ်နှစ်ရပ်လုံး ချမှတ်ခံရမည်။ အမှုအခင်းအပေါ်မူတည်၍ စီရင်ဆုံးဖြတ်ခြင်းဖြစ်သည်။

အချက်အလက်အသေးစိတ် စုံစမ်းမေးမြန်းလိုပါက သို့မဟုတ် တိုင်ပင်လိုပါက

③ ချင်းမိုင်ခရိုင်အလုပ်သမား ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးရုံးသို့ ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်သည်။
တယ်လီဖုန်း – ၀၅၃ ၈၉၀ ၄၇၂
နေ့ရက် – နင်္လာနေ့မှ သောကြာ
အချိန် – မနက် ၈း၃၀ မှ ညနေ ၄း၃၀

④ တိုင်းရင်းသားရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ ကျန်းမာရေးနှင့် အသိပညာပေးရေးအစီအစဉ် (MAP Foundation)
တယ်လီဖုန်း – ၀၅၃ ၃၂၈၁၃၄ /၀၉၉ ၁၃၉၁၂၁၂
နေ့ရက် – တနင်္လာမှ သောကြာ
အချိန် – မနက် ၉း၀၀ မှ ညနေ ၅း၀၀ အထိ ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

အမျိုးသမီးများအပေါ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုနှင့်နှိပ်စက်မှု

အမျိုးသမီးများအပေါ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် နှိပ်စက်မှုဆိုသည်မှာ အမျိုးသမီးများအား လုံခြုံမှုမရှိအောင်ခံစားစေခြင်း၊ အချင်းချင်း လေးစားမှုမရှိခြင်း၊ ခြိမ်းခြောက်ခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ချဉ်းကပ်ခြင်းနှင့် ၎င်းတွင်အပြုအမူဖြင့် သော်လည်းကောင်း နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုခြင်း သော်လည်းကောင်း ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကို ထိခိုက်စေသော အကြမ်းဖက်မှုများကိုဆိုလိုသည်။ ဤကဲ့သို့သော အကြမ်းဖက်မှုများသည်မည်သည့်နေရာနှင့် မည်သည့်အချိန်မဆို မိမိကိုယ်တိုင် သို့မဟုတ် မိသားစုဝင်များနှင့် မိမိပတ်ဝန်းကျင်များအပေါ်တွင်ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် အမျိုးသမီးများအပေါ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် နှိပ်စက်မှုများ ကြုံတွေ့လာသောအခါ အောက်ပါ အချက် (၅) ချက်ကို လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် လေ့လာသိရှိထားရန် အရေးကြီးပါသည်။

အမျိုးသမီးများအပေါ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုနှင့်နှိပ်စက်မှုများ ကြုံတွေ့ပါက လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက် (၅) ချက်

၁) အမျိုးသမီးများအပေါ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် နှိပ်စက်မှုများကို သတိထားပါ။ ထိရောက်စွာ အရေးယူပါ။ ၎င်းကို ကြုံတွေ့သောအခါသတိရှိစွာဖြင့် စိတ်အေးအေးထားကာ ဒေါသထွက်ခြင်းမပြုဘဲ တုံ့ပြန်ပါ။ မိမိတိုင်ပင်နိုင်သည့်နေရာ သို့မဟုတ် လုံခြုံရာနေရာကို ရှာပါ။

၂) သက်သေအထောက်အထားများ စုဆောင်းပါ။ ဥပမာ – မည်သူမည်ဝါ၊ မည်သည့်နေရာ၊ မည်သည့်အချိန် ၊ မည်သို့ဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း သို့မဟုတ် စကားပြောအသံ၊ ဓာတ်ပုံ၊ ဗီဒီယို၊ အီးမေးလ်စသည့် သက်သေအထောက်အထားများကို မှတ်တမ်းသိမ်းဆည်းထားပါ။

၃) ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် အခြေအနေဖြစ်ပါက ချက်ခြင်းငြင်းဆိုတုံ့ပြန်ခြင်း သို့မဟုတ် အနီးအနားရှိ လူများထံမှ အကူအညီတောင်းပါ။

၄) အရေးပေါ် ဖုန်းနံပါတ်များကို ဆက်သွယ်တိုင်ကြားပါ။ ဖုန်းနံပါတ် ၁၃၀၀ (အမျိုးသမီး၊ ကလေး နှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် လူမှုကူညီရေးအသင်း) ၊ ၁၉၁ ၊ ရဲစခန်းသို့ သွားရောက်တိုင်ကြားပါ။

၅) တစ်ယောက်တည်း ဖုံးကွယ်မထားပါနှင့် ၊ မိမိတိုင်ပင် ဖွင့်ပြောနိုင်သည့် နေရာရှာပါ။ MAP Foundation or မက်(ပ်)ဖောင်ဒေးရှင်း ဖုန်းနံပါတ် ၀၅၃ – ၃၂၈ ၁၃၄ ထံအကူအညီတောင်းပြီး ကိုယ့်အခွင့်အရေးကို ကြပ်ကြပ်မတ်မတ်ကာကွယ်ပါ။

လိမ်လည်လှည့်ဖြားရောင်းစားခံရခြင်း၊ ဖိနှိပ်စော်ကားခံရခြင်း တရားမျှတမှုမရှိခြင်း၊ စသည့်အလုပ်သမားတို့နဲ့ပတ်သက်ပြီး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးလိုရင် အောက်ပါအစိုးရမဟုတ်တဲ့ အဖွဲ့တွေဆီ ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်

ချင်းမိုင်နယ်မြေ အလုပ်သမားကူညီရေး အဖွဲ့အစည်း ဖုန်းနံပါတ်များ ဆက်သွယ်ရန်

(1) တိုင်းရင်းသားအလုပ်သမား ကျန်းမာရေး နှင့် အသိပညာပေးရေးအစီအစဉ် မက် (ပ်) ဖောင်ဒေးရှင်း (**MAP Foundation**)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	– မဲဆောက်	– ၀၆၅ ၇၄၆ ၁၇၃၇
– အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး	– ချင်းမိုင်	– ၀၅၃ ၃၂၈ ၁၃၄
– ကလေးအခွင့်အရေးနှင့် ကလေးပညာရေး		

(2) အမ်ပါဝါ (**EMPOWER**)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး	– ချင်းမိုင်	– ၀၅၃ ၂၈၂ ၅၀၄

(3) **BEAM Education Foundation (มูลนิธิ การศึกษาประกายแสง)**

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ပညာရေး	– ချင်းမိုင်	– ၀၅၃ ၂၀၀၀၂၄
– အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအစီအစဉ်		– ၀၈၁ ၉၉၃ ၈၂၂၇

(4) လူ့အခွင့်အရေးနှင့်ဖွံ့ဖြိုးရေးဖောင်းဒေးရှင် (**HRDF**)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	– ချင်းမိုင်	– ၀၈၁ ၅၉၅ ၇၅၇၈
– အလုပ်သမားဆွေးနွေးပွဲ	– မဲဆောက်	– ၀၅၅ ၅၃၅ ၉၉၄

(5) Suwannimit Foundation

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ဥပဒေပိုင်းဆိုင်ရာအကြံပေး	– မဲဆောက်	– ၀၉၅ ၆၄၃ ၆၂၂၆
– လူငယ်စွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေး		
– အမျိုးသမီးနှင့်ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး		

(6) SWAN Foundation (มูลนิธิเพื่อการพัฒนาศักยภาพเด็กและสตรี)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ပညာရေး	– ချင်းမိုင်	၀၈၁ ၉၉၂ ၁၁၂၁
– အမျိုးသမီးစွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေး		

(7) SEED Learning Center Chiang Mai

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ပညာရေး	– ချင်းမိုင်	၀၉၂ ၆၈၇ ၉၈၉၆
– အင်္ဂလိပ် ၊ ထိုင်း ၊ မြန်မာ ၊ တရုတ်		၀၈၃ ၇၆၅ ၀၇၁၉
– ကွန်ပြူတာ		

(8) World Vision

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ကလေးပညာရေးနှင့်ကျန်းမာရေး	– ဘန်ကောက်	၀၂၀ ၂၂၉ ၂၀၀–၂
		၀၂၀ ၂၂၉ ၂၀၀

(9) Child's Dream

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ကလေးပညာရေးပံ့ပိုးခြင်း	– ချင်းမိုင်	၀၅၃ ၂၀၁ ၈၁၁
– စွမ်းရည်မြှင့်တင်ခြင်း		

မဲဆောက်နယ်မြေ အလုပ်သမားကူညီရေး အဖွဲ့အစည်း ဖုန်းနံပါတ်များ ဆက်သွယ်ရန်

(1) ရောင်ခြည်ဦး အလုပ်သမားအခွင့်အရေးအစည်းအရုံး

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်းနံပါတ်
– အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	– မဲဆောက်	– ၀၈၆ ၉၃၈ ၂၇၅၇
– အလုပ်သမားသမဂ္ဂ		– ၀၈၃ ၄၁၁ ၇၈၇၀

(2) Labour Protection Network Foundation (LPN)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်းနံပါတ်
– အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	– ဆမုတ်ဆာခွန်း	– ၀၈၄ ၁၂၁ ၁၆၀၉
– ကျန်းမာရေး		– ၀၆၃ ၄၄၃ ၄၇၂၆

(3) Committee for Protectin and Promotion of Child Rights (CPPCR)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်းနံပါတ်
– ရွှေ့ပြောင်းမြန်မာကလေးငယ်များကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်း	– မဲဆောက် – ဖုတ်ဖ ၊ မယ်လမ	၀၈၉ ၉၆၀၆၂၀၁

(4) FED - Foundation for Education and Development

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	–	နေရာ	ဖုန်းနံပါတ်
– ကျောင်းတွင်းဘေးကင်းလုံခြုံရေးစီမံကိန်း	–	မဲဆောက်	၀၅၅ ၅၃၃ ၂၈၅
– ရွှေ့ပြောင်းသွားလာသောကလေးများစီမံကိန်း	–	ဖန်ငါး	၀၇၆ ၆၇၉ ၅၇၄
– အလုပ်သမားလှုံ့ဆော်မှုအတွက် စွမ်းရည်မြှင့်ခြင်း			၀၇၆ ၆၇၉ ၅၇၂

(5) Labor Law Clinic (LLC) အလုပ်သမားဥပဒေဆေးခန်း

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	–	နေရာ	ဖုန်းနံပါတ်
– အလုပ်သမားအခွင့်အရေးကိုမြှင့်တင်ခြင်း	–	မဲဆောက်	၀၅၅ ၅၃၅ ၉၉၄
– အလုပ်သမားဥပဒေနှင့်အညီကူညီပေးခြင်း			

ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း အရေးပေါ်အမြန်ဖုန်းနံပါတ်များ

- ☎ ၁၉၁ ရဲတပ်ဖွဲ့
- ☎ ၁၉၉ မီးသတ်ဖွဲ့
- ☎ ၁၁၉၂ မော်တော်ဆိုင်ကယ် နှင့် ယာဉ်ခိုးယူပြစ်မှုများ တိုင်းကြားရန်ရဲတပ်ဖွဲ့
- ☎ ၁၆၆၉ အရေးပေါ်သူနာပြုအဖွဲ့
- ☎ ၁၄၁၃ အရက်သေစာ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရန်စင်တာ
- ☎ ၁၅၅၆ ဆေးဝါးနှင့်ကုန်ပစ္စည်းအတုတိုင်းကြားရန် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန
- ☎ ၁၆၆၃ (AIDS) အေအိုင်တီအေတ် ရောဂါ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သည့်အဖွဲ့အစည်း
- ☎ ၁၃၂၃ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဌာန
- ☎ ၁၅၄၆ လူမှုဖူလုံရေး နှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဝန်ကြီးဌာန
- ☎ ၁၉၂ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်သတိပေးဌာန
- ☎ ၁၁၈၂ မိုးလေဝသ သတိပေးဌာန
- ☎ ၁၃၈၇ ကလေးကူညီရေးအဖွဲ့
- ☎ ၁၃၀၀ လူမှုကူညီရေးစင်တာ
- ☎ ၁၅၉၉ ကလေးညစ်ညမ်းမှုသတင်း
- ☎ ၁၄၂၂ ကိုဗစ်ရောဂါတိုင်ပင်ပေးသည့်စင်တာ

(10) မယ်တော်ဆေးခန်း

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု	– မဲဆောက်	– ၀၈၈ ၁၅၂၆၀၆၅
– ကလေးမွေးစာရင်း	– မဲဆောက်	– ၀၈၅ ၆၀၁၁ ၀၄၇
– အမျိုးသမီးနှင့်ကလေးသူငယ် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး	– မဲဆောက်	– ၀၉၁ ၆၁၈ ၉၀၉၇

မက်(ပ်)ဖောင်ဒေးရှင်း မာလ်တီမီဒီယာ

Facebook: MAP Radio

Youtube
www.youtube.com/@MAPRadiocm
www.youtube.com/@mapfoundationcm

Website https://www.mapradio.org/

Tiktok

Mobile App

Facebook: MIC

SUPPORTED BY

International Labour Organization

“တိုင်ကြားရန်”

အကယ်၍ မက်(ပ်)ဖောင်ဒေးရှင်း၏ဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် မက်(ပ်)၏ စေတနာ့ဝန်ထမ်းများ သင့်လျော်မှုမရှိသော လုပ်ရပ်များနှင့်ပတ်သက်ပြီးတွေ့ရှိပါက အောက်တွင်ပေးထားသည့် လိပ်စာအတိုင်း သင်တိုင်ကြားနိုင်ပါသည်။

Phone number: +053328134
email: complaint.mapfoundation@gmail.com
Facebook: MAP Foundation

Chiang mai Office:
9/34 Moo 1 Ing Doi Village, Chang Phueak,
Mueang, Chiang Mai 50300
Tel: 053 328 134

MAP FOUNDATION

Mae Sot Office:
1/5, Ameena Uthit Rd, T. Maesot
A. Mae Sot, Tak 63110
Tel: 055 536 685

Website: www.mapfoundationcm.org Listen online radio at www.mapradio.org