বাংলা

শ্রম মন্ত্রণালয়
বৈরুত-লেবানন

লেবাননে গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত শ্রমিকদের জন্য তথ্যবহুল একটি গাইড

শ্রম মন্ত্রণালয়
বৈরুত-লেবানন

লেবাননে গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত শ্রমিকদের জন্য তথ্যবহুল একটি গাইড

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Agency for Development and Cooperation SDC

Swiss Agency for Development and Cooperation SDC

আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা
আরব দেশগুলোর জন্য আঞ্চলিক অফিস

Project funded by the European Union

গ্রন্থস্বত্ত্ব (C) আর্ন্তজাতিক শ্রম সংস্থা ২০১২
ইংরাজিতে প্রথম প্রকাশনা: ২০১২

আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা কর্তৃক প্রকাশিত গ্রন্থসমূহ অবশ্যই আন্তর্জাতিক গ্রন্থস্বত্ত্ব সংবিধান কর্তক নির্ধারিত এবং প্রটোকল ২ এর আওতাধীন । তথাপি তা হতে উদ্বৃত অংশ অনুমতি ছাড়াই উপস্থাপনীয়। শর্ত থাকে যে উৎস উল্লেখ করতে হবে এবং পুনঃ প্রকাশ অথবা ভাষান্তর এর স্বত্ত্বাধিকারের জন্য অবশ্যই আবেদন পত্র দাখিল করতে হবে, বরাবর আই এল ও পাবলিকেশন (অধিকার ও অনুমতি) আন্তর্জাতিক শ্রম অফিস, CH - 1211, জেনেভা ২২ কিংবা Email: pubdroit@ilo.org. আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা এই ধরনের আবেদন পত্রকে স্বাগত জানায়।

লেবাননে গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত শ্রমিকদেও জন্য তথ্যবহুল একটি গাইড
বৈরুত, আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা ২০১২

Bangla edition
ISBN: 978-92-2-825843-1 (Print)
ISBN: 978-92-2-825844-8 (Web pdf)

আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা, ই. ইউ ও এস ডি সির প্রকাশনাসমূহে যেসব পদ পরিচিতি ব্যবহার করা হয়েছে তা জাতিসংঘের সাথে আদর্শগত মিলেরই বহিঃপ্রকাশ করে এবং উল্লেখিত তথ্যসমূহ কোন ক্রমেই আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা, ই. ইউ ও এস ডি সির মতামতের প্রতিফলন করে না। মতামতের জন্য কেবল লেখকবৃন্দ দায়ী এবং প্রকাশনা সমূহের জন্য আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা জবাবদিহিতা করতে বাধ্য নয়। উল্লেখিত প্রতিষ্ঠানের নামসমূহ, বানিজ্যিক পন্যসমূহ এবং পদ্ধতিসমূহের প্রতি আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা, ই. ইউ ও এস ডি সির কোনরূপ পক্ষবালম্বন নাই। তেমনি অন্যান্য অনুল্লেখিত প্রতিষ্ঠানের নামসমূহ বা পন্যসমূহের প্রতি উহাদের অনাস্থার স্বাক্ষর বহন করে না।

লেবাননের শ্রম মন্ত্রালয়ের সহযোগিতায় এই প্রকাশনা প্রকাশ করেছে আই এল ও রিজিওনাল অফিস ফর আরব স্টেটস। আর্থিক সহায়তা দিয়েছে ই. ইউ ও এস ডি সি।

যেসকল সীমানা, নাম ও পদবী এই প্রকাশনার মানচিত্রে উল্লেখ আছে তার প্রতি আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থার কোনরূপ স্বীকৃতি বুঝায় না।

আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থার প্রকাশনাসমূহ প্রখ্যাত বই বিক্রেতা কিংবা বিভিন্ন দেশের আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থার স্থানীয় কার্যালয় হতে সংগ্রহযোগ্য। অথবা সরাসরি আই এল ও পাবলিকেশনস্, আন্তর্জাতিক শ্রম অফিস, CH - 1211, জেনেভা ২২, সুইজারল্যান্ড অফিস হতে সংগ্রহ করা যাবে এবং এ ঠিকানা থেকে প্রকাশনাসমূহের তালিকা বিনা ব্যয়ে সংগ্রহ করা সম্ভব। Or email: pubvente@ilo.org. Website: ilo.org/publns.

আই এল ও রিজিওনাল অফিস ফর আরব স্টেটস এর প্রকাশনাসমূহের জন্য যোগাযোগ করুন:

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

বাংলাদেশে মুদ্রিত

ভূমিকা

শ্রম অভিবাসন ব্যবস্থাপনা যদি ভাল হয় তাহলে যে দেশ থেকে শ্রমিক কাজ করতে যায় এবং যে দেশ শ্রমিকদের কাজ দেয় উভয়ই উপকৃত হয়। কারন শ্রমিক প্রেরনকারী দেশের লক্ষ লক্ষ মানুষের বিদেশে কর্মসংস্থানের সৃষ্টি হয়। আর এসব শ্রমিক কাজের মাধ্যমে চাকরিদাতা দেশের অর্থনৈতিক উন্নয়নে সহায়তা করে। বর্তমানে সারা বিশ্বে ৯০ মিলিয়ন বিদেশি শ্রমিক কর্মরত আছে। এর অর্ধেক নারী। শ্রম আভিবাসনের ক্ষেত্রে নারী শ্রমিক ও পুরুষ শ্রমিকের কাজের ধারার মধ্যে সুনির্দিষ্ট পার্থক্য রয়েছে। নারীরা সেসব কাজেই নিয়োজিত হন যেগুলোকে মেয়েদের কাজ বলে বিবেচনা করা হয়। বিশেষ করে সেবাধর্মী কাজ। যেমন- গৃহস্থালি কাজ, শিশু লালন-পালন, অসুস্থ এবং বৃদ্ধ ব্যক্তির দেখাশোনা ইত্যাদি। দেশ ছেড়ে বিদেশে চাকরি করতে গেলে মহিলারা অনেক বেশি চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি হন তারপরও শ্রম অভিবাসন নারীদের আত্মনির্ভরশীল করে তোলে। তারা অর্থনৈতিকভাবেও স্বনির্ভর হয়ে ওঠেন।

লেবাননে আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা, লেবানন সরকার এবং সুশীল সমাজের সঙ্গে পারস্পারিক আলোচনার ভিত্তিতে গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত অভিবাসী নারী শ্রমিকদের জন্য সুন্দর কাজের পরিবেশ নিশ্চিত করতে কাজ করছে। ফলে এই গাইড হচ্ছে লেবাননে গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত নারী শ্রমিকদের সম্পর্কে ন্যাশনাল স্টিয়ারিং কমিটির সদস্যদের যৌথ প্রযোজনা। লেবাননের শ্রম মন্ত্রণালয়ের তত্ত্বাবধানে এই ন্যাশনাল স্টিয়ারিং কমিটি গঠিত হয় ২০০৭ সালের এপ্রিল মাসে।

২০১১ সালের জুন মাসে আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থার শততম অধিবেশনে গৃহস্থালি কাজের উপযুক্ত ক্ষেত্রের যেসব ত্রুটি-বিচ্চুতি রয়েছে তা দূরীকরনে একটি সুপারিশ গ্রহন করা হয়। গৃহস্থালি শ্রমিকদের জন্য নতুন আন্তর্জাতিক শ্রমিক মানদন্ড একটি ঐতিহাসিক পদক্ষেপ যা গৃহস্থালি কাজের শ্রমিকদের অধিকার অক্ষুন্ন রাখবে।

আমরা আশা করি লেবাননে গৃহস্থালি কাজের শ্রমিকদের মঙ্গলের জন্য এই তথ্যবহুল গাইডটি কাজে দিবে।

জনাবা নাদা আল-নাশিফ
আঞ্চলিক পরিচালক
আরব দেশগুলোর জন্য আঞ্চলিক অফিস
আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা

জনাব শারবেল নাহাস
মন্ত্রী
শ্রম মন্ত্রণালয়
লেবানন সরকার

কৃতজ্ঞতা স্বীকার

এই গাইডটি তৈরীতে যে সকল ব্যক্তি যুক্ত ছিলেন তাদের প্রতি আন্তরিক ধন্যবাদ জ্ঞাপন করছি। এরা হলেন- ইমানুয়েলা পোজজান, সিমেল এসিম, ডয়েট বেয়েল, রানা রায়েস, মেরি নোয়েলে আবি ইয়াগি, সানা আবু স্লেইমান এবং গিদা গানদুব। যারা তথ্য সংগ্রহ, খসড়া তৈরি, ভুল সংশোধনের কাজ করেছেন। এটি তৈরিতে গুরুত্বপূর্ণ মতামত দিয়েছেন ন্যাশনাল স্টিয়ারিং সদস্যরা। এরা হলেন- আবদালাহ রাজ্জাক, ফাওজি আল-হাজ হাসান, মে সাব, আদেল দুবিয়াল, মারলেই আতাল্লাহ, নাজহা শালিতা, নাবিল ইসবি এবং শ্রম মন্ত্রণালয় থেকে আলী বারো। বিচার মন্ত্রণালয় থেকে হালা আবু সামরা, সমাজ কল্যাণ মন্ত্রণালয় থেকে আবীর আবদ সামাদ, পররাষ্ট্র মন্ত্রণালয় থেকে সালিম বাদৌরা, অভ্যন্তরীণ নিরাপত্তা বাহিনীর এলি আসমার, জেনারেল সিকিউরিটি মহাপরিদপ্তর থেকে আমাল আল-ওয়েহবে, বৈরুত বার এসোসিয়েশন থেকে ইনস্টিটিউট অব হিউম্যান রাইটস এর এলিযাবেথ জাকারিয়া সিউফি, সিন্ডিকেট অব রিক্রুটমেন্ট অব রিক্রুটমেন্ট এজেন্সি থেকে আলী আমিন, কারিতাস লিবান মাইগ্রান্ট সেন্টার থেকে নাজলা চাহদা, পাসতোরাল কমিটি ফর আফ্রো-এশিয়ান মাইগ্রান্টস (পিসিসিএএম) থেকে ফাদার মারটিন ম্যাকডারমদ এবং রোনাল্ড ত্বাক, ইন্টারন্যাশনাল লেবার অরগানাইজেশন থেকে নাদা আল-নাশিফ, মধ্যপ্রাচ্যের জন্য আঞ্চলিক মানবাধিকার কার্যালয়ে জাতিসংঘের হাইকমিশনার অফিস থেকে নিদাল আল-জুরডি।

টেকনিক্যাল সহায়তার জন্য বিশেষ ধন্যবাদ প্রাপ্য নাজলা চাহদা, রানিয়া হকায়েম এবং ইসাবেল সাদেহ ফেগালি'র। আন্তর্জাতিক ও বেসরকারি সংস্থার সহকর্মীরা তাদের গুরুত্বপূর্ন মতামত দিয়েছেন। এসব সংস্থার মধ্যে রয়েছে- হিউম্যান রাইট ওয়াচ, ইন্টারন্যাশনাল অরগানাইজেশন ফর মাইগ্রেশন, ইউনিফেম আরব অঞ্চলের আঞ্চলিক অফিস এবং কেএএফএ, এবং ফিলিপাইন ও শ্রীলঙ্কার কুটনৈতিক মিশনের সহকর্মীরা। গাইড তৈরীতে সহায়তার হাত বাড়িয়ে দিয়েছেন আইএলও'র আঞ্চলিক, উপমহাদেশীয় এবং বিভিন্ন দেশের কার্যালয়। এদের মধ্যে রয়েছে : আইএলও-আদ্দিস আবাবা, আইএলও-ব্যাংকক, আইএলও-কলম্বো, আইএলও-হ্যানয়, আইএলও-কাঠমান্ডু, আইএলও-ম্যানিলা এবং আইএলও-নয়াদিল্লী। এছাড়াও রয়েছে আইএলও তুরিন ইন্টারন্যাশনাল ট্রেনিং সেন্টার এবং হেডকোয়ার্টার ডিপার্টমেন্টসমূহ। এগুলোর মধ্যে উল্লেখযোগ্য- ব্যুরো ফর জেন্ডার ইকুয়ালিটি, ব্যুরো ফর ওয়ার্কার্স একটিভিটিস, দ্যা ইন্টারন্যাশনাল মাইগ্রেশন প্রোগ্রাম, দ্যা ইন্টারন্যাশনাল লেবার স্ট্যান্ডার্ডস (এনওআরএমইএস), কনডিশনস অব ওয়ার্ক অ্যান্ড এমপ্লয়মেন্ট পোগ্রাম, ইনফোকাস অন প্রমোটিং দ্যা ডিকেয়ারেশন এবং স্কিলস অ্যান্ড এমপ্লয়াবিলিটি। বিশেষ ধন্যবাদ প্রাপ্য আইএলও'র কর্মকর্তারা যারা এই গাইড পড়েছেন , বিভিন্ন বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ মতামত দিয়েছেন। এরা হলেন- আইএলও ব্যাংকক এর নেলিয়েন হাসপেল, আইএলও মাইগ্রান্ট জেনেভার গ্লোরিয়া মরেনো-ফনটেস, আইএলও রিজিওনাল অফিস ফর এরাব স্টেটস এর ক্রিস্টিন বেহরেন্ত এবং নাজওয়া কসাইফি, আইএলও নরমেস জেনেভার ক্যাটরিন ল্যানডুইত, আইএলও ম্যানিলার হিলদা তিগালদো, আইএলও-কলম্বোর বিরাসেকেরা, আইএলও-আদ্দিস আবাবার ক্রিস্টিনা হমগ্রেন, আইএলও-তুরিনের নিলুফার মুখিফার। আমরা তাদের অনবদ্য ভূমিকার জন্য বিশেষ ধন্যবাদ জানাই।

সূচিপত্র

ভূমিকা.. ১
কৃতজ্ঞতা স্বীকার.. ২
প্রিয় শ্রমিক... ৫
এই গাইড পড়তে হবে যেভাবে ৬

চ্যাপ্টার ১ : গৃহস্থালী কাজের শ্রমিক হিসেবে লেবানন গমন ৭

১. **লেবাননে যাওয়ার আগে** ৮
- লেবাননে যাওয়ার আগে যেসব ইস্যু সম্পর্কে ধারণা থাকা প্রয়োজন ৮
- বক্স ১: মেডিকেল টেস্ট/রিপোর্ট : ৮
- যাত্রা করার আগের কিছু টিপস : ৯
- বক্স ২ : যেসব বিষয়ে প্রশ্ন করা যেতে পারে ৯

২. **লেবাননে পৌঁছার পর যা করতে হবে** ১০
- লেবাননে বৈধ হতে হলে... ১০
- আপনি কি জানেন ১১
- টিপস... ১১

৩. **লেবাননে পৌঁছার পর ৯টি ধাপ** ১২
৪. আপনি যখন লেবানন ছাড়বেন ১২

চ্যাপ্টার ২ : আপনার অধিকার ও দায়িত্ব ১৩

১. **আপনার কাজের চুক্তি : এখানে কি বলা আছে?** ১৪

চ্যাপ্টার ৩ : সমস্যায় পড়লে আপনি কি করবেন?...................................... ১৬

১. **আপনার লিগ্যাল রেসিডেন্স স্ট্যাটাস হারালে বুঝবেন আপনি সমস্যায় পড়েছেন.** ১৭
- আপনি লিগ্যাল রেসিডেন্স স্ট্যাটাস হারাবেন যখন ১৭
- লিগ্যাল রেসিডেন্স স্ট্যাটাস হারালে কি কি ঘটতে পারে? ১৭
- বক্স ৩: পালিয়ে যাওয়া ১৮
- টিপস: ১৮

২. **বিবাদে জড়িয়ে পরলে কি করবেন?** ১৮
৩. **শ্রমিক নির্যাতন কি?** ১৯
৪. **চাকরি বদল** ২০
৫. **আইনগত সহায়তা** ২০
- টিপস ২১

৬. আরো জানা প্রয়োজন ২১
কর্মক্ষেত্রে নিরাপত্তা ২১
বিয়ে ২১
সন্তান ধারণ ২২
মানব পাচার ২২

চ্যাপ্টার ৪: কিভাবে লেবাননের সংস্কৃতির সঙ্গে খাপ খাওয়াবেন........ ২৩

১. লেবানন দেশের বর্ণনা ২৪
২. সংস্কৃতিক ঐতিহ্য ২৫
৩. চাকরিদাতার পরিবারের সঙ্গে সৌহার্দ্য ২৬
৪. ধর্ম ২৬
৫. সামাজিক রীতি নীতি ২৭
৬. খাদ্যাভ্যাস ২৭
৭. পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ২৭
৮. আপনার পরিবারের সঙ্গে যোগাযোগ করবেন যেভাবে ২৮
♦ বক্স ৪ : বিভিন্ন দেশের টেলিফোন কোড ২৮
৯. আপনার বাড়িতে টাকা পাঠাবেন যেভাবে ২৯
১০. আপনি যাতায়াত করবেন যেভাবে ২৯
♦ টিপস ২৯
১১. কেনাকাটা ২৯
প্রিয় শ্রমিক ৩০

এনেক্স

১. আরবি ভাষা ৩১
২. সাহায্য কামনা ৩৭
৩. ব্যক্তিগত ক্যালেন্ডার ৪২
৪. ইউনিয়ন সম্পর্কে তথ্য, দেশ ত্যাগের আগে প্রশিক্ষণ কোর্স সম্পর্কে তথ্য এবং আপনার দেশে প্রবাসীদের সংগঠন ৪৩
৫. বাড়ির মেশিনপত্র এবং পরিষ্কার করার যন্ত্রপাতি সহজে ব্যবহার করার উপায়..... ৪৭
৬. গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত অনাবাসী শ্রমিকদের দক্ষতা ৪৮
৭. গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত অনাবাসী শ্রমিকের কাজের চুক্তি ৫০
৮. বেতনের রশিদ বই ৫৩
৯. এই গাইডটি পাবেন কিভাবে ৫৪

প্রিয় শ্রমিক,

আপনি একটি নতুন অভিজ্ঞতা শুরু করতে যাচ্ছেন যা আপনাকে লেবাননে নতুন চাকরিদাতার বাড়িতে নিয়ে আসবে। সেখানে আপনি কাজ করবেন এবং তাদের সঙ্গে আপনি বসবাস করবেন। আপনার সামাজিক ও সাংস্কৃতিক রীতিনীতি চাকরিদাতার মতো হবে না। দয়া করে মনে রাখবেন, ব্যক্তি হিসেবে এবং শ্রমিক হিসেবে আপনার অধিকারসমূহ আপনার চাকরিদাতার অনুধাবন করা উচিত এবং শ্রদ্ধা করা উচিত। ঠিক তেমনিভাবে আপনার উচিত আপনার চাকরিদাতার এবং তার পরিবারের অন্য সদস্যদের অধিকারগুলো অনুধাবন করা এবং শ্রদ্ধা করা।

এই গাইডটি তৈরি করা হয়েছে সাম্প্রতিক আইন ও নীতিমালার উপর ভিত্তি করে যেগুলো লেবাননে কার্যকর এবং গৃহস্থালী কাজে পুরুষ ও নারী শ্রমিকদের কাজের চুক্তি শ্রম মন্ত্রণালয় কর্তৃক অনুমোদিত হয়েছিল ২০০৯ সালের ১৬ মার্চ।

আপনার জন্য এই গাইড তৈরি করা হয়েছে নিম্নলিখিত উদেশ্যে:

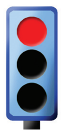
- আপনার দায়িত্ব ও অধিকার সম্পর্কে আপনাকে অবহিত করা এবং লেবাননে কাজ করার সময় এবং বসবাস করার সময় আপনি চাকরিদাতাকে সুরক্ষা করবেন এবং সন্তুষ্ট করবেন সে সম্পর্কে আপনাকে অবহিত করা।
- লেবাননের জীবনযাপন পদ্ধতি, এখানকার রীতিনীতি,মানুষ এবং দেশটির সঙ্গে মানিয়ে নিতে আপনাকে সহায়তা করা।

আমরা আশা করি লেবাননে আপনার কাজের অভিজ্ঞতা খুবই ভালো হোক।

মনে রাখবেন এই সহায়িকার ইংরেজি সংস্করণের জন্য আমরা লিঙ্গ-নিরপেক্ষ ভাষা গ্রহণ করিয়াছি, আমরা আশা করি নারী ও পুরুষ উভয় অভিবাসী কর্মীদের জন্য এটা একটা গুরুত্বপূর্ণ তত্ত্বের উৎস হতে পারে।

এই গাইড পড়তে হবে যেভাবে :

যখন আপনি দেখবেন :



সতর্ক থাকুন যে আপনি যা করছেন তার সঙ্গে কোনো ঝুঁকির সম্পর্ক থাকতে পারে অথবা আপনি কোন ঝুঁকির মধ্যে পড়তে পারেন।

সতর্ক থাকুন যে আপনি যা করবেন তা সাবধানতার সঙ্গে করবেন।

আপনি এগিয়ে যেতে পারেন, এটা নিরাপদ।

গাইডটি মনোযোগ দিয়ে পাঠ করুন। এটি আপনাকে কিছু ভালো পরামর্শ, ব্যাখ্যা বা ধারণা দিতে পারে।

আপনি মানবাধিকার সম্পর্কে কিছু তথ্য খুঁজে পাবেন যাতে আন্তর্জাতিক কনভেনশন এবং শ্রমের মানদণ্ড সম্পর্কে বলা আছে।

অত্যন্ত মনোযোগ দিয়ে পড়ুন, এই গাইড আপনাকে প্রয়োজনীয় ও গুরুত্বপূর্ণ তথ্য দিতে পারে যা আপনার কাজে লাগতে পারে।

মনে রাখবেন যে, এগুলো খুবই সাধারণ প্রশ্ন এবং আমরা এসব প্রশ্নের বাস্তবসম্মত উত্তর দেয়ার চেষ্টা করেছি।

চ্যাপ্টার ১

গৃহস্থালি কাজের জন্য লেবাননে অভিবাসী হিসেবে গমন

Photo taken from the video "Maid in Lebanon" by Carol Mansour

১. লেবাননে যাওয়ার আগে :

লেবাননে যাওয়ার আগে যেসব ইস্যু সম্পর্কে ধারণা থাকা প্রয়োজন :

গৃহস্থালি কাজের জন্য আপনি একজন বৈধ অভিবাসী হিসেবে লেবাননে যাওয়ার জন্য নিজেকে প্রস্তুত করছেন। তাই নিজ দেশ ত্যাগ করার আগে নিশ্চিত হোন যে নিম্ন তালিকাভুক্ত বিষয়গুলো চেক করেছেন।

যা করতে হবে	করা হয়েছে	করা হয়নি
১. আপনার কাছে ভ্রমণের জন্য বৈধ কাগজপত্র আছে • পাসপোর্ট • ভিসা • মেডিকেল রিপোর্ট (নিচে দেখুন) • কাজের চুক্তিপত্র	☒	☐
২. নিজ দেশে থাকতেই আপনি কাজের যে চুক্তি সই করেছেন তার শর্তগুলো মনোযোগ দিয়ে পড়েছেন এবং অনুধাবন করেছেন এবং শর্তে যা বলা আছে তা মেনে চলতে আপনি একমত।	☒	☐
৩. আপনার সকল কাগজপত্র ফটোকপি করেছেন এবং ওইসব কপি আপনার মূল ছবিসহ আপনার পরিবার বা বন্ধুর কাছে রেখে গেছেন।	☒	☐
৪. দেশের রিক্রুটমেন্ট এজেন্সি এবং লেবাননের এমপ্লয়মেন্ট এজেন্সির ঠিকানা এবং লেবাননের চাকরিদাতার ঠিকানা নিজ পরিবারের কাছে রেখে যাচ্ছেন	☒	☐
৫. লেবাননে আপনার দেশের দূতাবাসের ফোন নাম্বার এবং গাইডের শেষে উল্লেখিত হটলাইন নাম্বারগুলো মুখস্থ করেছেন।	☒	☐
৬. আপনি এই গাইডটি পড়েছেন এবং এর বিষয়গুলো বুঝতে পেরেছেন	☒	☐

বক্স ১: মেডিকেল টেস্ট/রিপোর্ট

মেডিকেল টেস্টের সময় সাধারণত গর্ভাবস্থার পরীক্ষা করতে বলা হয়। লেবাননে যাওয়ার আগে এছাড়াও যেসব পরীক্ষা করাতে বলা হয় যেগুলো হলো : ম্যালেরিয়া, যক্ষা রোগ এবং যৌনবাহিত রোগ।

আপনার জেনে রাখা দরকার :

এইচআইভি/এইডস : এটা সংক্রমিত হয় রক্ত এবং রক্ত আদান-প্রদানকারী সরঞ্জাম (ইঞ্জেকশান, সূচ ইত্যাদি), আক্রান্ত ব্যক্তির সঙ্গে অনিরাপদ যৌন মিলনের মাধ্যমে এবং আক্রান্ত মায়ের কাছ থেকে নবজাতক শিশু সংক্রমিত হয়। রক্তের সঙ্গে রক্তের মিশ্রণে যেমন চিকিৎসা চলাকালে আক্রান্ত ব্যক্তির দেহে ব্যবহৃত সূচ বা অন্যান্য চিকিৎসা যন্ত্রপাতির মধ্যে আক্রান্ত ব্যক্তির রক্ত অন্য রক্তের সঙ্গে মিশলে। লেবানন সরকার ভিসা ইস্যু করার আগে এইচআইভি পরীক্ষার নেতিবাচক রিপোর্ট দেখাতে বলে।

যক্ষা রোগ (টিবি) : যা খুবই সাধারণ এবং খুব বেশি সংক্রমন প্রবণ রোগ। অনতিবিলম্বে যথাযথ চিকিৎসা না করলে যক্ষা মৃত্যুর কারণ হতে পারে। এটি সাধারণত ফুসফুসকে ক্ষতিগ্রস্থ করে। তবে ফুসফুস ছাড়াও এই রোগ হাড়, শরীরের বিভিন্ন জয়েন্ট এমনকি ত্বকের ক্ষতি করতে পারে। সংক্রমিত হলেই সবার এই রোগ হয় না। যার ক্ষেত্রে সবচেয়ে সাধারণ হলো আস্যম্পতমাতিক লেটেনট। আপনি এ রোগের বাহক হতে পারেন। যা রোগের লক্ষণগুলো হচ্ছে তিন সপ্তাহের বেশি সময় ধরে কাশি, বুকের ব্যাথা এবং কফের সঙ্গে রক্ত পড়া। যা রোগের লক্ষণ হচ্ছে জ্বর, কাঁপুনি, রাতেরবেলা শরীরে ঘাম, ক্ষুধামন্দা, ওজন কমা, চেহারা ফ্যাকাশে হয়ে যাওয়া এবং অল্পতেই শরীর নিস্তেজ হয়ে পড়া।

যাত্রা করার আগের কিছু টিপস:

- নতুন দেশটিতে যাওয়ার আগে লেবানন বা আরব বিশ্বে ইতঃপূর্বে কাজ করেছে এমন কাউকে যদি আপনি চিনেন তাহলে তার সঙ্গে যোগাযোগ করুন এবং তাদের অভিজ্ঞতা সম্পর্কে বিস্তারিত জেনে নিন। যে এজেন্সির মাধ্যমে আপনি কাজ পেতে যাচ্ছেন তাদের ইমেজ সম্পর্কে আপনার দেশের শ্রম মন্ত্রণালয়ে খোঁজ নিন। কিছু এজেন্সি আছে যারা অবৈধ কাজের জন্য কালো তালিকাভুক্ত। লেবাননে আপনার কাজ সম্পর্কে রিক্রুটিং এজেন্সির কাছে বিস্তারিত জেনে নিন।
- আপনার দেশে যদি বিদেশে গৃহস্থালি শ্রমিকদের জন্য প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা থাকে আপনি সেই প্রশিক্ষণ নিন। (এনেক্স ৪ দেখুন)
- অভিবাসী শ্রমিক সংগঠন, গৃহস্থালি শ্রমিক ইউনিয়ন এবং আপনার দেশের সহায়ক সংস্থাগুলোর সঙ্গে যোগাযোগ করুন যারা অভিবাসী শ্রমিক এবং তার পরিবারকে সহায়তা করে।

বক্স ২ : যেসব বিষয়ে প্রশ্ন করা যেতে পারে

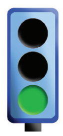
যেসব বন্ধু বা পরিচিত যারা ইতঃপূর্বে বিদেশে কাজ করেছেন তাদের কাছে প্রশ্ন:

- *আপনি কোন রিক্রুটিং এজেন্সির মাধ্যমে বিদেশে গিয়েছিলেন?*
- *কোন এজেন্সির সুনাম রয়েছে?*
- *আপনি যে বাড়িতে কাজ করেছেন তাদের সম্পর্কে ওই রিক্রুটিং এজেন্সি কি পরিষ্কার সঠিক এবং বিশ্বাসযোগ্য তথ্য সরবরাহ করেছিল?*

রিক্রুটিং এজেন্সির জন্য প্রশ্ন :

- *আমার চাকরিদাতা কি বিবাহিত?*
- *তার কি ছেলেমেয়ে আছে? যদি থাকে তাহলে কটি ছেলেমেয়ে? তাদের বয়স কত?*
- *ওই পরিবারে কি বৃদ্ধ/প্রতিবন্ধী/অসুস্থ সদস্য আছে?*
- *আমাকে কি প্রতি মাসে বেতন দেয়া হবে? মাসের প্রথম সপ্তাহেই কি বেতন দেয়া হবে? কত বেতন দেয়া হবে?*
- *চাকরির চুক্তির শর্তগুলো কি কি (আমাকে ঘুমাতে দেয়া হবে কোথায়, আমার কি কোনো সাপ্তাহিক ছুটি থাকবে...?) । আমাকে কি কি কাজ করতে হবে?*
- *আমার কোনো সমস্যা হলে কার সঙ্গে যোগাযোগ করবো?*

২. লেবাননে পৌঁছার পর যা করতে হবে



বিদেশি শ্রমিক হিসেবে লেবাননে প্রবেশ করতে, থাকতে এবং বৈধভাবে কাজ করতে আপনার বৈধ কাজের এবং বসবাসের/রেসিডেন্স নিবন্ধন থাকতে হবে। আপনি যতদিন লেবাননে থাকবেন পুরো সময়ের জন্য নিবন্ধন করতে হবে। তা না হলে আপনি ঝুঁকির মধ্যে থাকবেন বা আপনাকে লেবানন থেকে বের করে দেয়া হতে পারে।

লেবাননে বৈধ হতে হলে :

বিদেশি শ্রমিক হিসেবে বৈধভাবে প্রবেশ এবং কাজ করতে হলে :

১. আপনার একজন স্পন্সর থাকতে হবে: স্পন্সরশিপ বা কাফালা পদ্ধতিতে আপনাকে লেবাননে আসতে হবে। আপনার স্পন্সর বা কাফিল আবার আপনার চাকরিদাতা। যিনি লেবাননে আপনার কাজকর্মের জন্য দায়বদ্ধ থাকবেন। লেবাননের বর্তমান আইন অনুযায়ী বিদেশি গৃহস্থালি শ্রমিক হিসেবে কাজ করার জন্য এবং বসবাসের জন্য এটিই হচ্ছে একমাত্র বৈধ উপায়।

২. আপনার অবশ্যই বৈধ অনুপ্রবেশ ভিসা এবং পাসপোর্ট থাকতে হবে : নিশ্চিত করুন যে আপনার ব্যক্তিগত কাগজপত্র (ভিসা, পাসপোর্ট, রেসিডেন্স ও ওয়ার্ক পারমিট) সময়মতো নবায়ন করা হয়েছে। এটা আপনার চাকরিদাতার দায়িত্ব। এই কাজ করতে আপনার চাকরিদাতা যদি ভুলে যায় তাহলে তাকে মনে করিয়ে দিন। কাজটি আরো সহজ করতে কাগজপত্র নবায়নের গুরুত্বপূর্ণ তারিখগুলো ক্যালেন্ডারের পাতায় টুকে রাখুন। এনেক্স ৩ এ সম্পর্কে বিস্তারিত বলা আছে।

আপনি কি জানেন :

- আপনি কি জানেন মেয়াদ শেষ হওয়ার ৬ মাস আগে প্রতি ৫ বছর পর পর আপনার পাসপোর্ট নবায়ন করতে হবে। সে কারণে পাসপোর্টের মেয়াদ ৬ মাস থাকতেই আপনার চাকরিদাতার সাহায্য নিয়ে পাসপোর্ট নবায়নের জন্য আপনার দেশের দূতাবাসের সঙ্গে যোগাযোগ করা উচিত।
- লেবাননে পৌঁছার দশ দিনের মধ্যে আপনাকে আপনার চাকরিদাতার সাহায্য নিয়ে লেবাননের শ্রম মন্ত্রণালয়ে ওয়ার্ক পারমিটের জন্য আবেদন করতে হবে।
- লেবাননে পৌঁছার ৩ মাসের মধ্যে আপনার রেজিডেন্স পারমিট করতে হবে এবং কোনো কারণে দেরি হলে আপনাকে জরিমানা দিতে হবে। অতএব এটা অগ্রাধিকারের বিষয় যে, লেবাননে পৌঁছার ২ মাস পর থেকে রেজিডেন্স পারমিটের জন্য কাজ শুরু করতে হবে।
- প্রতি বছর আপনার ওয়ার্ক এবং রেসিডেন্স পারমিট নবায়ন করতে হবে।

টিপস :

- মনে রাখবেন চাকরির চুক্তির মূল কপিসহ আপনার পাসপোর্ট এবং সকল বৈধ ব্যক্তিগত কাগজপত্র আপনার নিজের কাছে রাখার এখতিয়ার আছে।
- আপনার চাকরিদাতা চুক্তি এবং পাসপোর্টের ফটোকপি তার কাছে রাখতে পারেন।
- মনে রাখবেন ভুয়া কাগজপত্র আপনাকে বিপদে ফেলতে পারে এবং এ কারণে আপনাকে জেলে পাঠাতে পারে।

৩. লেবাননে পৌঁছার পর ৯টি ধাপ

১ আপনি বৈরুত আন্তর্জাতিক বিমান বন্দরে পৌঁছেছেন

২ জেনারেল সিকিউরিটি বিভাগের পোশাক পরিহিত এক বা একাধিক কর্মকর্তার সঙ্গে আপনার সাক্ষাৎ হয়েছে।

৩ এই কর্মকর্তারা পাসপোর্ট কন্ট্রোল এবং ব্যাগেজ সংগ্রহে নের্তৃত্ব দিবেন।

৪ আপনার ব্যাগ হাতে পাওয়ার পর বিমানবন্দরের একটি কক্ষে আপনাকে নিয়ে যাওয়া হবে যেখানে আপনার চাকরিদাতার সঙ্গে আনপার সাক্ষাৎ হবে।

৫ বিমানবন্দরে পৌছার সময় এবং তারিখ অনুযায়ী আপনি এবং আপনার চাকরিদাতা সোজা তার বাড়ি যেতে পারেন অথবা চাকরিদাতা এজেন্সিতে যেতে পারেন।

৬ আপনার চাকরিদাতার সঙ্গে আপনি চিকিৎসকের কাছে যাবেন। তিনি আপনার শরীর পরীক্ষা করবেন। (পৃষ্ঠা ৯ এ বক্স ১ দেখুন)

৭ এর পর আপনি এবং আপনার চাকরিদাতা যাবেন নোটারি পাবলিক এর কাছে যেখানে আপনার কাজের চুক্তি হবে।

৮ লেবাননে পৌছার ১০ দিনের মধ্যে আপনার চাকরিদাতা আপনার ওয়ার্ক পারমিটের জন্য শ্রম মন্ত্রণালয়ে যাবেন।

৯ লেবাননে পৌছার ৩ মাসের মধ্যে আপনার রেসিডেন্স পারমিটের জন্য আপনার চাকরিদাতাকে অবশ্যই জেনারেল সিকিউরিটি বিভাগে যেতে হবে।

৪. আপনি যখন লেবানন ছাড়বেন

লেবানন ছাড়তে হলে আপনার প্রয়োজন :

১. বৈধ পাসপোর্ট ;

২. বৈধ রেসিডেন্স পারমিট (ইকামা); এবং

৩. আপনার দেশে ফেরত যাওয়ার একটি টিকেট।

৪.চাকুরীদাতার অনুমোদন / অনুমতি।

চ্যাপ্টার ২

আপনার অধিকার ও দায়িত্ব

Photo taken from the video "Maid in Lebanon" by Carol Mansour

১. আপনার কাজের চুক্তি : এখানে কি বলা আছে?

গৃহস্থালি কাজে বিদেশি শ্রমিক হিসেবে আপনার কাজের শর্ত ও নিয়মকানুন সম্পর্কে কাজের চুক্তিপত্রে বিস্তারিত উল্লেখ থাকে। যে চুক্তিপত্র নোটারি পাবলিকের সামনে আপনার চাকরিদাতা (প্রথম পক্ষ) এবং আপনি (দ্বিতীয় পক্ষ) স্বাক্ষর করেন। চুক্তিপত্রে কি কি উল্ল্যেখ আছে তা আপনার ভাষায় তুলে ধরা হয়েছে এনেক্স ৭ এ।

- **কাজের ধরন :** গৃহস্থালি কর্মী হিসেবে আপনাকে নিয়োগ দেয়া হয়েছে (ভূমিকা)।
- **কাজের স্থান :** আপনার চাকরিদাতার বাড়ি (আর্টিকেল ২)
- **কাজের মেয়াদ:** এক (১) বছর। তবে আপনার চাকরিদাতার মাধ্যমে এ চুক্তি বাৎসরিকভাবে নবায়ন করা যাবে (আর্টিকেল ৪)।
- **কাজ শুরুর তারিখ:** আপনি এবং আপনার চাকরিদাতা যে সময়ে নোটারি পাবলিকের সামনে চুক্তি সই করেছেন। এ চুক্তির মধ্যে তিন (৩) মাসের অস্থায়ী মেয়াদ অন্তর্ভুক্ত (আর্টিকেল ৫)।
- **মাসিক বেতন :**
  ১. চুক্তিপত্রে যে পরিমাণ বেতন উল্লেখ আছে ঠিক প্রতি মাসে সে পরিমান অর্থ পাওয়ার অধিকার আপনার আছে; এবং
  ২. প্রতি কর্ম মাসের শেষে পূর্ণ বেতন পাওয়ার অধিকার আপনার আছে। কোনো যুক্তিতেই দেরিতে বেতন দেয়ার সুযোগ নেই।
- **আচার-আচরণ :** চুক্তিতে আপনার জন্য যেসব কাজের তালিকার কথা উল্লেখ আছে তার সবই আপনার করা উচিত। নিশ্চিত করার চেষ্টা করুন যে, আপনি এমন কোনো আচরণ করবেন না যার কারণে চাকরিদাতার বাসায় এবং ছুটির দিনে বাসার বাইরে আপনি বা আপনার চাকরিদাতা কোন সমস্যায় পড়েন (আর্টিকেল ৭)।

> কোন কারণে আপনার চাকরিদাতা অন্য কোন বাড়ীতে আপনাকে কাজ করতে বলতে পারেন না বা চুক্তিতে যে কাজের উল্লেখ আছে তার বাইরে অন্য কোন কাজ করতে বলতে পারেন না। (আর্টিকেল ৩) সে কারণে, চুক্তির বাইরে কোন কাজ করতে বললে সে কাজ করতে অপারগতা প্রকাশ করার অধিকার আপনার আছে। একই সঙ্গে চাকরিদাতা ছাড়া অন্য কারো কাজ করে আপনি চুক্তি লঙ্ঘন করতে পারেন না।

> আপনার চাকরিদাতা নগদ অর্থ দিয়ে বা ব্যাংকের মাধ্যমে আপনার বেতন দিতে পারেন। উভয় ক্ষেত্রেই আপনাকে এবং আপনার চাকরিদাতাকে লিখিত চুক্তি করতে হবে। এ বিষয়টি সহজ করতে এই গাইড বইয়ে একটি রিসিট বই সংযোজন করা হয়েছে।

> অপরিচিত কোনো ব্যক্তিকে খুব সহজে বিশ্বাস করবেন না। কারণ অপরিচিত ব্যক্তি আপনাকে অনিরাপদ পরিস্থিতিতে ফেলে দিতে পারে। আপনার কাছ থেকে কাউকে কোনো বাড়তি সুবিধা নিতে দিবেন না। আপনার চাকরিদাতার এবং তার পরিবারের অন্য ব্যক্তিগত জীবনকে শ্রদ্ধা করে চলার চেষ্টা করুন। চাকরিদাতার গোপন বিষয় নিয়ে বাড়ির বাইরে আলোচনা করবেন না। চাকরিদাতা এবং তার পরিবারের অন্য সদস্যদের ধর্মীয় বিশ্বাসকে শ্রদ্ধা করুন। তারও উচিত আপনার বিশ্বাসকে শ্রদ্ধা করা।

> আপনি চাইলে নিজের অর্থ থেকে বাড়তি পোশাক কিনতে পারেন। কোন কোন বাসায় আপনার চাকরিদাতা তার কিনে দেয়া ইউনিফর্ম পরা পছন্দ করতে পারেন।

- **উপকারিতা :**
  ১. বিশ্রাম করার জন্য এবং আপনার গোপনীয়তা রক্ষার জন্য পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন একটি জায়গা পাওয়ার অধিকার আপনার রয়েছে।
  ২. বিভিন্ন মৌসুমে এবং নিয়মিত ব্যবহারের জন্য যথেষ্ট পরিমাণ পোশাক পাওয়ার এবং চাহিদা অনুযায়ী পর্যাপ্ত খাবার পাওয়ার অধিকার আপনার রয়েছে।
- **চিকিৎসা সুবিধা :** আপনার প্রয়োজন অনুযায়ী চিকিৎসা সুবিধা পাওয়ার অধিকার আপনার রয়েছে। এর অর্থ হচ্ছে যখন আপনার চিকিৎসকের কাছে যাওয়া প্রয়োজন, আপনার চাকরিদাতার উচিত আপনাকে চিকিৎসকের কাছে নিয়ে যাওয়ার ব্যবস্থা করা। আপনার চিকিৎসা খরচ, হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার দরকার হলে তার খরচ আপনার চাকরিদাতার মেডিকেল ইন্সুরেন্সের আওতায় বহন করা উচিত। আপনার চাকরিদাতা ভালো কোনো ইন্সুরেন্স কোম্পানির মাধ্যমে বাৎসরিক ভিত্তিতে আপনার চিকিৎসার জন্য খরচ করে থাকেন। দাঁত ও চোখের চিকিৎসা অবশ্য মেডিকেল ইন্সুরেন্সের আওতায় পড়ে না (আর্টিকেল ৯)।

- **ওয়ার্ক এবং রেসিডেন্স পারমিট :** আপনি পৌঁছার পর আপনার বৈধ ওয়ার্ক ও রেসিডেন্স পারমিট নিয়মিতভাবে নবায়ন করার দায়িত্ব আপনার চাকরিদাতার। নবায়নের খরচও বহন করবেন আপনার চাকরিদাতা (আর্টিকেল ১০)। (বিস্তারিত জানতে চ্যাপ্টার ১ দেখুন)

- **কর্মঘন্টা :** দিনের বেলা বিরতিসহ সর্বোচ্চ দশ (১০) ঘন্টা কাজ করার এবং রাতের বেলা একটানা আট (৮) ঘন্টা বিশ্রামের অধিকার আপনার আছে (আর্টিকেল ১১)।

এর অর্থ হচ্ছে আপনি দিনের বেলায় কাজের মধ্যে বিরতি নিতে পারেন এবং রাতে নূন্যতম ৮ ঘন্টা বিশ্রাম নিতে পারবেন। আপনার চাকরিদাতা যদি সন্ধ্যার সময় এবং/সাপ্তাহিক ছুটির দিনে আপনাকে কাজ করতে বলেন এবং আপনি তাতে রাজি হন তাহলে আপনার কাজের মেয়াদ বিরতিসহ ১০ ঘন্টার বেশি হওয়া ঠিক হবে না। নিশ্চিত করুন যে, বিরতিসহ এবং সাপ্তাহিক ছুটিসহ আপনি কাজ করছেন। সাপ্তাহিক ছুটির দিনে ভুল বোঝাবুঝি এড়াতে আপনার চাকরিদাতাকে জানিয়ে রাখুন ঠিক কোন সময়ে আপনি বাড়িতে ফিরবেন।

- **সাপ্তাহিক বিশ্রাম :** সপ্তাহের এক (১) দিন টানা চব্বিশ (২৪) ঘন্টা সাপ্তাহিক ছুটি পাওয়ার অধিকার আপনার রয়েছে। এই এক দিন আপনার যাবতীয় কর্মকাণ্ডের জন্য আপনি নিজেই দায়ী থাকবেন। আপনার চাকরিদাতার সম্মতিক্রমে নির্ধারণ করা উচিত সপ্তাহের কোন দিন আপনি ছুটি নিবেন এবং ছুটির দিনে আপনি কি করছেন তাও আপনার চাকরিদাতার জানা থাকা উচিত (আর্টিকেল ১২)।
- **বাৎসরিক ছুটি :** বছরে ৬ দিন বাৎসরিক ছুটি পাওয়ার অধিকার আপনার আছে। আপনার চাকরিদাতার সঙ্গে আলোচনা করে ঠিক করে নিন আপনি কবে এই ছুটি কাটাবেন। ছুটির সময়ে আপনি কি করবেন তাও আপনার চাকরিদাতাকে জানিয়ে রাখুন।
- **যাতায়াত খরচ :** চুক্তির মেয়াদ শেষে দেশে ফেরার জন্য ফিরতি টিকিট পাওয়ার অধিকার আপনার আছে। গাইডের পরের অংশে 'চুক্তি বাতিল' থেকে আপনি জানতে পারবেন যে ফিরতি টিকিট পাওয়ার ক্ষেত্রে কিছু ব্যতিক্রম আছে (আর্টিকেল ১৩)।
- **আপনার পরিবারের সঙ্গে যোগাযোগ :** টেলিফোন বা চিঠিপত্রের মাধ্যমে আপনার পরিবারের সঙ্গে যোগাযোগ করার অধিকার আপনার আছে। আপনার চাকরিদাতার উচিত আপনার পরিবারের সঙ্গে যোগাযোগ করতে আপনাকে সহযোগিতা করা এবং মাসে একবার ফোনে কথা বলার খরচ বহন করা। এর বাইরেও আপনি ফোনে কথা বললে আপনার নিজেরই সেই খরচ বহন করা উচিত (আর্টিকেল ১৪)। (এ বিষয়ে ব্যাখ্যা জানতে চ্যাপ্টার ৪.৮ দেখুন)

  অসুস্থতার ছুটি : আপনি যদি অসুস্থ হয়ে পড়েন এবং কাজ করার সময় আহত হন তাহলে অর্ধেক মাসের পুরো বেতন এবং অর্ধেক মাসের অর্ধেক বেতন পাওয়ার অধিকার আপনার আছে। তবে মেডিকেল রিপোর্টের মাধ্যমে আপনার অসুস্থতার প্রমাণ করতে হবে (আর্টিকেল ১৫)।
- **চুক্তি বাতিল :**
  ১. আপনার কোনো কাজের জন্য যদি আপনার চাকরিদাতা কোনো সমস্যায় পড়েন অথবা আপনি যদি লেবাননের কোনো আইন ভঙ্গ করেন তাহলে আপনার চাকরিদাতা চুক্তি বাতিল করতে পারেন। এক্ষেত্রে দেশে ফেরত যাওয়ার টিকিটের খরচ আপনাকেই দিতে হবে (আর্টিকেল ১৬)।

  ২. আপনি নিজে চুক্তি বাতিল করতে পারেন যদি একটানা তিন (৩) মাস আপনাকে বেতন না দেয়া হয় বা কম বেতন দেয়া হয়; মেডিকেল রিপোর্টে আপনাকে শারীরিক বা মানসিকভাবে নির্যাতনের উল্লেখ থাকে; গৃহস্থালি কাজের বাইরের কোনো কাজ করতে আপনাকে বাধ্য করা হয়। এসব কারণে চুক্তি বাতিল করতে আপনার দেশে ফেরার টিকিটের খরচ দিবেন আপনার চাকরিদাতা (আর্টিকেল ১৭)।
- **বিরোধ :** যদি চুক্তিতে উল্লেখিত অধিকার ও দায়িত্ব নিয়ে আপনি বা আপনার চাকরিদাতা কোনো বিরোধে জড়িয়ে পড়েন তাহলে আপনি বা আপনার চাকরিদাতা শ্রম মন্ত্রণালয়ে অভিযোগ করতে পারেন। তারা উদ্ভূত সমস্যার সমাধান করতে পারেন (আর্টিকেল ১৮)। এর পরও সমস্যার সমাধান না হলে বিষয়টি লেবাননের আদালতে হস্তান্তর করা হবে (আর্টিকেল ১৯)। (চ্যাপ্টার ৩.২ দেখুন)
- **অফিসিয়াল কাগজপত্র :** আপনার কাজের চুক্তি আরাবি ভাষায় প্রস্তুত তবে এটাকে ভালোভাবে আপনার মাতৃভাষায় নিয়ে আসার চেষ্টা চলছে। নিশ্চিত করুন, আপনি চুক্তিতে সই করেছেন, চুক্তির কপি সংগ্রহ করেছেন এবং সংরক্ষণ করেছেন।

চ্যাপ্টার ৩

সমস্যায় পড়লে আপনি কি করবেন ?

Photo taken from the video "Maid in Lebanon" by Carol Mansour

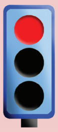
১. আপনার লিগ্যাল রেসিডেন্স স্ট্যাটাস হারালে বুঝবেন আপনি সমস্যায় পড়েছেন।

আপনি লিগ্যাল রেসিডেন্স স্ট্যাটাস হারাবেন তখনই যখন :

- আপনার ওয়ার্ক পারমিট এবং/অথবা রেসিডেন্স পারমিট এর মেয়াদ শেষ হয়েছে।
- আপনি আপনার চাকরিদাতার বাড়ি ত্যাগ করেছেন (পালিয়ে গেলে) এবং চুক্তি অনুযায়ী যৌক্তিক বা আইনসম্মত কোনো কারণ ছাড়া আপনাকে বরখাস্ত করা হয়েছে।
- অবৈধভাবে কাজ করলে (ওয়ার্ক পারমিট ছাড়া)।
- কোনো অপরাধ করলে যেমন চুরি, হত্যা, পতিতাবৃত্তি, প্রতারণা, ভুয়া কাগজপত্র দেখানো, ক্ষতিকর কর্মকাণ্ড ইত্যাদি।

লিগ্যাল রেসিডেন্স স্ট্যাটাস হারালে কি কি ঘটতে পারে ?

- আপনি লেবাননে বসবাস করা এবং কাজ করার অধিকার হারাবেন। অন্য লোকেরা আপনার এই পরিস্থিতির সুযোগ নিতে পারে বা আপনার অমর্যাদা করতে পারে।
- আপনি প্রতারণার (অর্থ, সেবা, দাসত্ব) হুমকির মধ্যে থাকতে পারেন এবং আপনাকে (শারীরিক, যৌন ইত্যাদি) নির্যাতন করা হতে পারে।
- আপনি গ্রেফতার, আটক হওয়া লেবানন থেকে বিতাড়িত হওয়ার ভীতির মধ্যে থাকতে পারেন।
- লেবাননের আইন অনুযায়ী আপনাকে জিজ্ঞাসাবাদ করা হতে পারে এবং লেবাননের বাইরে পাঠিয়ে দেয়া হতে পারে। স্পন্সরশিপ পদ্ধতির বিবেচনায় আপনি অভিবাসন এবং রেসিডেন্স আইন লঙ্ঘন করেছেন বলে ধরে নেয়া হতে পারে।
- আপনার জন্য আইনের আশ্রয় গ্রহণ করা, স্বাস্থ্য সেবা ও অন্য সেবা পাওয়া কঠিন হয়ে যেতে পারে। যে সুবিধা বৈধ শ্রমিকরা পেয়ে থাকেন।
- আপনাকে যদি গ্রেফতার করা হয় তাহলে আপনার অবৈধ অবস্থানের কারণে আপনাকে কারাগারে পাঠানো হতে পারে। এমনকি আপনার মামলা নিস্পত্তি না হওয়া পর্যন্ত আনপাকে লেবাননী কর্তৃপক্ষ আটক রাখতে পারে।
- আপনার বিরুদ্ধে আনা অভিযোগ (চুরি, পতিতাবৃত্তি) যদি প্রমাণিত হয় তাহলে ক্রিমিনাল কোর্টে আপনার বিচার হবে এবং আপনার কারাদণ্ড হবে। এ জন্য আপনাকে যে কোনো অপরাধ সংঘঠন থেকে দূরে থাকার শপথ করতে হবে।
- অপরাধ সংঘটনের দায়ে আপনাকে জেলে পাঠানো হলে সেটা আপনার জন্য ভয়াবহ হতে পারে। দয়া করে সতর্ক হোন যাতে আপনি কোনো অপরাধে জাড়িয়ে না যান। কোনোভাবে অপরাধ কর্মের সঙ্গে জড়িয়ে পড়লে আপনার কারাদণ্ড হবে।



বক্স ৩ : ‘পালিয়ে যাওয়া’

গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত বিদেশি শ্রমিকের ক্ষেত্রে চাকরিদাতার বাড়ি ত্যাগ করে যাওয়ার ‘পালিয়ে যাওয়া’র ঘটনাটি হরহামেশাই ঘটে কারণ :

- খারাপ আচরণ
- বেতন না পাওয়া
- অন্য কোথাও কাজ করে বাড়তি আয় করার প্রবণতা
- কাজ পছন্দ না হওয়া

মনে রাখতে হবে :

- চাকরিদাতার বাড়ি থেকে পালিয়ে যাওয়ার কারণে আগের চেয়ে খারাপ পরিস্থিতিতে বা বিপদে পড়তে পারেন।
- প্রথম অবলম্বন বা আশ্রয়ের জায়গা (আপনার চাকরিদাতার বাড়ি) ছেড়ে যাবেন না।
- প্রথম আপনার সমস্যা নিয়ে চাকরিদাতার সঙ্গে আলোচনা করার চেষ্টা করুন। বিশেষ করে চাকরির চুক্তি অনুযায়ী প্রাপ্য অধিকার নিয়ে সমস্যায় পড়লে।
- আলোচনায় যদি আপনি সফল না হোন এবং চাকরিদাতার বাড়ি ত্যাগ করার সিদ্ধান্তনেন তাহলে এই গাইডে উল্লেখিত ব্যক্তিদের (এদের সম্পর্কে জানা যাবে এনেক্স ২ : সাহায্য প্রার্থনা) সঙ্গে যোগাযোগ করার পরই বাড়ি ত্যাগ করবেন।
- নিশ্চিত হোন যে আপনি বুঝতে পেরেছেন:
  - আপনার সামনে কি কি বিকল্প পথ রয়েছে;
  - আপনাকে কি কি পরামর্শ দেয়া হয়েছে;
  - আপনার কর্মকাণ্ডের প্রতিক্রিয়া কি হতে পারে।

টিপস :

- কোন সমস্যায় পড়লে মোকাবেলা করবেন কীভাবে:
  - “শান্ত থাকুন!”
  - “আতঙ্কিত হবেন না!”
  - “দ্বিধান্বিত আচরণ করবেন না এবং হতাশ হবেন না!”
  - “রাগ এবং ভয়ের বশবর্তী হয়ে এমন কিছু করবেন না যাতে পরবর্তীতে আপনাকে পস্তাতে হয়!”
  - “এ পরিস্থিতিতে আপনার জন্য নিরাপদ এবং সবচেয়ে ভাল সমাধান কি হতে পারে তা চিন্তা করে ঠিক করুন!”
  - “এমন কিছু করবেন না যাতে আপনার নিরাপত্তা হুমকির মধ্যে পড়ে!”
  - “অন্য কারো সহায়তা কামনা করুন, মনে রাখবেন আপনি একেবারেই একা নন।”
  - “আপনাকে সাহায্য করার মানুষ আপনার আশেপাশেই আছে।”

- গাইডে 'সাহায্য প্রার্থনা' সেকশনে যেসব টেলিফোন নাম্বার দেয়া আছে প্রথমে সেসব নাম্বারে কল করুন। (আপনার দূতাবাস, হেল্প হটলাইন, শ্রম মন্ত্রণালয়, জেনারেল সিকিউরিটি বিভাগ ইত্যাদি)
- সততার সঙ্গে আপনার সমস্যা বা পরিস্থিতি পরিষ্কারভাবে ব্যাখ্যা করুন এবং আপনার সামনে কি কি বিকল্প পথ খোলা আছে তা শুনে নিন।
- আপনি যদি ফোন করতে না পারেন তাহলে :
  - "প্রতিবেশীর সঙ্গে যোগাযোগ করার চেষ্টা করুন"।
  - "গৃহস্থালী কাজে আপনার বিশ্বস্ত সহকর্মীর সাহায্য প্রার্থনা করুন"।

২. বিবাদে জড়িয়ে পড়লে কি করবেন ?

আমরা আশা করি কর্মী হিসেবে চাকরিদাতার সঙ্গে আপনার সম্পর্ক ভাল হবে। যাহোক, সমস্যা হতেই পারে। কাজের ক্ষেত্রে উভয়ের ভিন্ন ধরণের আকাংখা এবং ভুল বোঝাবুঝির কারণে আপনাদের উভয়ের মধ্যে বিতর্ক/বিবাদ হতেই পারে। যখন আপনারা বিবাদে জড়িয়ে পড়েন তখন প্রথমে ছোটখাট সমস্যা সমাধানে বন্ধুত্বপূর্ন পরিস্থিতে দুজনে আলোচনা করুন।

চাকরিদাতার সঙ্গে ভালভাবে যোগাযোগ করতে পারা খুবই গুরুত্বপূর্ন। এক্ষেত্রে ভাষা একটি প্রতিবন্ধকতা হিসেবে দেখা যায়। ভাষার প্রতিবন্ধকতার কারণে আপনি নিজেকে যেভাবে প্রকাশ করতে চান সেভাবে সবসময় প্রকাশ করা সম্ভব হয় না। অন্যদিকে আপনার চাকরিদাতা কী বলতে চাচ্ছেন তাও সবসমসয় ভালভাবে বুঝতে পারেন না।

এক্ষেত্রে আপনার কাজের জায়গায় আরবী ভাষা শেখার জন্য আমরা উৎসাহিত করে থাকি। অথবা আপনার কোন বন্ধু যদি দীর্ঘদিন লেবাননে কাজ করে থাকেন তাহলে তার কাছে আরবী ভাষা শেখার পরামর্শ দিই। এ কারণে আমরা গাইডে (এনেক্স ১) আরবী ভাষার কিছু শব্দ আপনার জন্য তুলে ধরেছি। আমরা আরো পরামর্শ দিই যে, আপনি আপনার চাকরিদাতাকে এবং তার যাবতীয় কর্মকান্ড ধীরস্থিরভাবে এবং ধৈর্য্যের সঙ্গে পর্যবেক্ষণ করুন।

আপনি সাহায্যের জন্য যোগাযোগ করলে বুঝতে হবে সোজাভাবে আপনাদের মধ্যকার বিবাদ সমাধান করা সম্ভব না। আপনি এবং আপনার চাকরিদাতা উভয়েই একে অপরের বিরুদ্ধে শ্রম মন্ত্রণালয়ে অভিযোগ করতে পারেন। শ্রম মন্ত্রণালয়েও যদি সমস্যার সমাধান না হয় তাহলে বিষয়টি লেবাননের আদালতে হস্তান্তর করা হবে। এনেক্স ২- এ যেসব প্রতিষ্ঠানের কথা উল্ল্যেখ করা হয়েছে আপনি সেসব জায়গায়তেও সহায়তা চাইতে পারেন।

৩. শ্রমিক নির্যাতন কি ?

আপনার চাকরিদাতা বা তার পরিবারের কোনো সদস্য আপনার সঙ্গে সঠিক আচরণ না করলে বা অন্যায় আচরণ করলে সেটাকে নির্যাতন হিসেবে বিবেচনা করা হবে। নির্যাতনের ঘটনা ঘটলে অবশ্যই ৪৮ ঘন্টার মধ্যে ওই ঘটনা সম্পর্কে জেনারেল সিকিউরিটি বিভাগে জানাতে হবে। নির্যাতনের ঘটনা বিভিন্ন রকম হতে পারে :

১. অর্থনৈতিক নির্যাতন : চাকরিদাতা আপনার সঙ্গে চুক্তির যে কোন শর্ত ভঙ্গ করলে যেমন- আপনাকে ঠিক সময়ে বেতন না দিলে বা কম দিলে বা আদৌ বেতন না দিলে, আপনাকে চিকিৎসা সুবিধা না দিলে এবং আপনার থাকা, খাওয়ার সুব্যবস্থা না করলে তা অর্থনৈতিক নির্যাতন হিসেবে বিবেচিত।

২. মানসিক নির্যাতন : চাকরিদাতা যদি আপনার পরিবারের সঙ্গে যোগাযোগ করতে নিষেধ করেন, অবসরে আপনার অবাধ চলাফেরায় বাধা দেন, আপনার পাসপোর্ট ও অন্যান্য কাগজপত্র আটকে রাখেন এবং আপনার ইচ্ছার বিরুদ্ধে আপনাকে একটি কক্ষে বা বাড়িতে আটকে রাখেন তাহলে তা মানসিক নির্যাতন হিসেবে বিবেচিত হবে।

৩. মৌখিক নির্যাতন : চাকরিদাতা আপনার সঙ্গে গালিগালাজ করলে, আপনাকে কটা, তুচ্ছতাচ্ছিল্য করলে, আপনার ধর্ম বা বর্ণ নিয়ে উপহাস করলে বা আপনার কোন অঙ্গভঙ্গি নিয়ে উপহাস করলে তা মৌখিক নির্যাতন হিসেবে বিবেচিত হবে।

৪. শারীরিক নির্যাতন : শারীরিক আঘাত, আগুনের ছ্যাঁকা দেয়া ইত্যাদি (এই নির্যাতনের তালিকা অনেক লম্বা হতে পারে!)

৫.যৌন নির্যাতন : আপনাকে যখন ইচ্ছার বিরুদ্ধে যৌন সম্পর্ক স্থাপনে বাধ্য করা হয় অথবা কেউ আপনার সঙ্গে যৌন সম্পর্ক স্থাপনের চেষ্টা করে ইত্যাদি যৌন নির্যাতন হিসেবে বিবেচিত হবে।

উপরে উল্লেখিত কোনো নির্যাতনের ঘটনা ঘটে থাকলে আপনার কাজের চুক্তি আপনি যৌক্তিকভাবে বাতিল করতে পারেন।

**** মনে রাখতে হবে আপনার চাকরিদাতা বা তার পরিবারের কোনো সদস্য আপনার সঙ্গে সঠিক আচরণ না করলে বা অন্যায় আচরণ করলে সেটা কাজের চুক্তি বাতিলের ক্ষেত্রে যৌক্তিক কারণ হিসেবে বিবেচিত হবে। আপনার উপর নির্যাতনের ধরন সাপেক্ষে লেবাননী আইনের আওতায় আপনাকে জিজ্ঞাসাবাদ করা হতে পারে।**

৪. চাকরি বদল

নতুন চাকরি শুরু করার প্রথম তিন মাস আপনার জন্য সবচেয়ে কঠিন হতে পারে। কারণ এ সময়ে আপনি নতুন জায়গায় নিজেকে মানিয়ে নেয়ার চেষ্টা করেন। কাজ করতে আপনার ভালো নাও লাগতে পারে। কাজ করা আপনার জন্য অনেক কঠিন হতে পারে। কাজটি আপনার জন্য অনেক কষ্টসাধ্য এবং বিরক্তিকর হতে পারে। চাকারিদাতা আপাকে ভুল বুঝতে পারেন, আপনার সঙ্গে খারাপ আচরণ করতে পারে এবং নিজেকে একাকী মনে হতে পারে।

- এ পরিস্থিতিতে বড় কোন সিদ্ধান্ত নেয়ার আগে, চাকরি পাল্টানোর কথা বলার আগে আপনার উচিত প্রথমে আপনার চারকিদাতার সঙ্গে খোলামেলা আলোচনা করা। আপনার সমস্যার কথা বিবেচনা করে চাকরিদাতা কোন সমাধান বের করতে পারেন।
- পরিস্থিতির কোনো উন্নতি না হলে আপনি চাকরিদাতা পাল্টানোর আবেদন করতে পারেন। কাজের প্রথম তিন মাসের মধ্যে প্রয়োজন হলে লেবাননের এমপ্লইমেন্ট এজেন্সিগুলো বা আপনার স্পন্সর আপনার চাকরি পরিবর্তনে সহায়তা করবে। কাজের প্রথম তিন মাস পর কাজ পাল্টানোর প্রয়োজন হলে আনপাকে সহায়তা করবে জেনারেল সিকিউরিটি বিভাগ।

৫. আইনগত সহায়তা

আইনগত কোনো ঝামেলা দেখা দিলে আদালতে উপস্থাপনের জন্য আপনাকে আইনজীবী দিয়ে সহায়তা করা হতে পারে। আইনগত সহায়তার বিষয়টি যথেষ্ট ব্যয়সাপেক্ষে এবং আইনজীবীর খরচ বহন করার মতা আপনার নাও থাকতে পারে। যাহোক বেশ কিছু বেসকারী প্রতিষ্ঠান আপনাকে আইনগত সহায়তা দিতে পারে (এনেক্স ২তে এ সম্পর্কে বলা আছে)। চাকরিদাতার সঙ্গে বিবাদের কারণে আপনাকে আদালতে হাজির হতে হলে আপনি ট্রান্সলেটরের সহায়তা চাইতে পারেন। কোনো কোনো ক্ষেত্রে আপনার দূতাবাস বা বেসরকারি সংস্থাগুলো আপনাকে সাহায্য করতে পারে। যেকোনো ঝামেলায় আপনার দূতাবাস বা কনসুলেটের সাহায্য চাওয়ার অধিকার আপনার রয়েছে।

টিপস :

- প্রয়োজনীয় ফোন নাম্বারগুলো মুখস্থ রাখুন। যদি আপনার এবং চাকরিদাতার মধ্যে কোনো ঝামেলা তৈরি হয় সেক্ষেত্রে তাৎক্ষণিকভাবে সমাধানের জন্য ওই নাম্বারগুলোতে ফোন করুন।
- পুলিশ এবং অ্যাম্বুলেন্সের নাম্বারও মুখস্থ রাখুন। আপনি যে বাসায় চাকরি করেন সেখানে বা তার আশেপাশে কোনো ঘটনা ঘটলে যাতে আপনি তাৎক্ষণিকভাবে জানাতে পারেন।

৬. আরো জানা প্রয়োজন :

কর্মক্ষেত্রে নিরাপত্তা :

- গরম পানিতে ক্লোরক্স ব্যবহার করবেন না। বাড়িতে রাসায়নিক দ্রব্য পরিষ্কার করার সময় হাতে হাতমোজা পরে নিন। কেমিকেলের গন্ধ না নিতে আপনি মুখে মুখোশ পরে নিতে পারেন। ভেজা মেঝেতে কাজ করার সময় পায়ে জুতা পরে নেয়া উচিত।
- আপনাকে জানালা বা বরান্দা/ব্যালকনি পরিষ্কার করতে বলা হলে সাবধানে কাজ করবেন যাতে বাইরের দিকে কাজ করার সময় আপনার ভারসাম্য (ব্যালান্স) ঠিক থাকে। তা না হলে আপনি পড়ে যেতে পারেন।
- খুব বেশি সময় ভেজা পোশাক পরে থাকবেন না। আপনি যাতে অসুস্থ হয়ে না পড়েন সে দিকে খেয়াল রেখে যত দ্রুত সম্ভব শুকনা পোশাক পরে নিবেন।
- চাকরিদাতা আপনাকে কি কি কাজ করতে বলেছেন তা বুঝতে না পারলে দ্বিতীয়বার জিজ্ঞেস করে নিন।

বিয়ে :

- বিদেশি কর্মী হিসেবে লেবাননে কর্মরত অবস্থায় বিয়ে করলে বা সন্তান ধারণ করতে চাইলে আইনের দিক দিয়ে তার কি কি প্রভাব পড়তে পারে তা আপনার জেনে নেয়া উচিত।
- লেবাননে সাধারণ নিয়মে বিয়ের কোনো বিধান নেই। যাহোক, দেশের বাইরের সাধারণ বিয়ের বিষয়কে স্বীকৃতি দিয়ে থাকে।
- লেবাননের সংবিধান অনুযায়ী, যে কেউ বিয়ে করলে তা বৈধ। তারপরও লেবাননী নাগরিকের সঙ্গে বিদেশি নাগরিকের বিয়ে উৎসাহিত করা হয় না। বিশেষ করে যখন ওই বিদেশি নাগরিক স্পন্সরশিপ/কাফিল ভিসায় লেবাননে অবস্থান করছেন। এরকম পরিস্থিতিতে স্পন্সরশিপ/কাফিল ভিসায় অবস্থানরত ওই বিদেশি নাগরিককে বিয়ের বিষয়ে দূতাবাসের সঙ্গে কথা বলার পরামর্শ দেয়া হয় (এনেক্স ২ 'সাহায্য কামনা' দেখুন)।

সন্তান ধারণ :

- লেবাননে যাওয়ার আগে এবং লেবাননে পৌঁছার পর আপনার প্রেগন্যান্সি পরীক্ষা করতে বলা হবে।
- লেবাননে 'নো প্রেগন্যান্সি পলিসি' (গর্ভধারণ নয় নীতিমালা) কার্যকর। এই নীতিমালা অভিবাসী গৃহস্থালি কর্মীদের ক্ষেত্রে কার্যকর।
- আপনি যদি গর্ভবতী হন তাহলে আপনি লেবাননে অবস্থান করতে পারবেন না। যদি আপনি গর্ভবতী হন তাহলে লেবাননে যাওয়ার তিন মাসের মধ্যে চাকরিদাতা সংস্থা আপনাকে দেশে ফেরত পাঠানোর ব্যবস্থা করবে।
- পরিস্থিতি পরিবর্তনের চেষ্টা থাকলে আপনাকে সে সম্পর্কে সচেতন থাকতে হবে।
- প্রবাসী মহিলা শ্রমিকদের জন্য হেলথ ইন্সুরেন্সে সন্তান জন্মদানের খরচের বিষয়টি উল্লেখ নেই। তাছাড়া কাজের চুক্তিতেও মাতৃত্বকালীন ছুটি অন্তর্ভুক্ত করা নেই।
- প্রেগন্যান্সি পরীক্ষা রিপোর্ট ভুল দিলে তা আপনার জন্যই বিপদ ডেকে আনবে।
- মনে রাখবেন লেবাননের আইন অনুযায়ী, কোন নারি তার নাগরিকত্ব তার সন্তানকে হস্তান্তর করতে পারেন না।

মানব পাচার :

- শ্রম অভিবাসন এবং পাচারের মধ্যকার পার্থক্য সম্পর্কে আপনার পরিষ্কার ধারণা থাকা ভালো।
- পাচারের মতো পরিস্থিতিতে পড়লে তা এনেক্স ২ তে উল্লেখিত ফোন নাম্বারে অবহিত করা উচিত।

আন্তর্জাতিকভাবে মানব পাচারের যে সংজ্ঞা নির্ধারণ করা হয়েছে তা হলো :

"মানুষ পাচার" অর্থ হলো হুমকি দিয়ে বা বলপ্রয়োগ করে বা অপহরণ করে বা প্রতারণা করে বা ক্ষমতার অপব্যবহার করে, ক্ষমতার অপব্যবহার করে নির্যাতনের মাধ্যমে বা ক্ষমতার অপব্যবহার করে ঠিকমতো বেতন না দিয়ে বা সুবিধা বঞ্চিত করে ঝুঁকির মধ্যে ঠেলে দিয়ে বা ঝুঁকিপূর্ণ/অসহায় অবস্থায় কোনো ব্যক্তির উপর নিয়ন্ত্রণ আরোপ করে কোনো ব্যক্তিকে স্থানান্তর, পরিবহন, পাঠানো, গ্রহণ।"

নির্যাতনের মধ্যে রয়েছে পতিতাবৃত্তি বা অন্য কোনো ধরনের যৌন নির্যাতন, বাধ্যতামূলক শ্রম বা সেবা, দাসত্ব বা দাসত্বমূলক আচরণ বা অঙ্গহানি।*

* জাতিসংঘের পালেরমো চুক্তি, ২০০০।

চ্যাপ্টার ৪

কিভাবে লেবাননের সংস্কৃতির সঙ্গে খাপ খাওয়াবেন

Photo by Carol Mansour

লেবাননের সংস্কৃতির সঙ্গে খাপ খাওয়াবেন কীভাবে অভিবাসী শ্রমিক হিসেবে চাকরিদাতা, তার পরিবারের সদস্যদের এবং তার দেশের সংস্কৃতি সম্পর্কে ভালো ধারণা থাকলে আপনি চাকরিদাতার সঙ্গে ভুল বোঝাবুঝি এড়াতে পারেন এবং লেবাননে আপনার জীবন এবং অভিজ্ঞতাকে উন্নত করতে পারেন।

১. লেবানন দেশের বর্ণনা

- লেবাননের অবস্থান ভূমধ্যসাগরের পূর্ব উপকূলে।
- এটি একটি পাহাড়ি দেশ কিন্তু এর কিছু অংশ ভূমধ্যসাগরের দীর্ঘ উপকূল সমান্তরালে সমুদ্রপৃষ্ঠের সমতলে অবস্থিত।
- দেশটির জনসংখ্যা প্রায় ৪০ লাখ।
- বৈরুতের পর গুরুত্বপূর্ন শহরগুলো হচ্ছে বালবেক, বাতরুন, বেইতেদিন, জাজিন, জেবিল, জোনিয়েহ, সিডন, ত্রিপলি, টিরে এবং জাহলে। দেশটির মোট জনসংখ্যার প্রায় অর্ধেক বসবাস করে রাজধানী বৈরুতে।
- লেবাননের জাতীয় মুদ্রার নাম লেবাননি লিরা (এলএল) বা (এলবিপি)। এক মার্কিন ডলার সমান এলএল ১,৫০০ (মুদ্রার বিনিময় মূল্য পরিবর্তন হতে পারে)। মার্কিন ডলার প্রতিদিনের লেনদেনেও ব্যবহৃত হয়।
- লেবাননের আবহাওয়া বিভিন্ন রকম। দেশটির এক জায়গার সঙ্গে আরেক জায়গার তাপমাত্রার তারতম্য লক্ষ্য করা যায়। কোথাও গরম, কোথাও অল্প ঠান্ডা আবার কোথাও বেশি ঠাণ্ডা। এখানে গরমকাল থাকে জুন থেকে সেপ্টেম্বর পর্যন্ত এবং শীত এবং বর্ষাকাল অক্টোবরে শুরু হয়ে শেষ হয় এপ্রিলে।
- দেশটি মাঝারি তাপমাত্রা থাকে এপ্রিল এবং মে মাসে। পাহাড়ি অঞ্চলের তুলনায় সমুদ্রের পাশের অঞ্চল সারা বছরই তুলনামূলকভাবে বেশি উষ্ণ।
- গরম/উষ্ণ অঞ্চলের জন্য আপনার প্রয়োজন গরমকালের পোশাক অর্থাৎ সুতি বা হালকা কাপড়।
- শীতকালের জন্য আপনার প্রয়োজন ভারি পোশাক যেমন- গরম জ্যাকেট, গরম মোজা, বন্ধ জুতা, স্কার্ফ এবং সম্ভব হলে মাথার হ্যাট।
- দেশটিতে বিভিন্ন ধর্ম ও জাতিগোষ্ঠীর মানুষ বাস করে এবং বিভিন্ন দেশের মানুষ এখানে কাজ করে। সব মানুষ মিলিতভাবে বসবাস করতে এসব ধর্ম-জাতি-গোষ্ঠীর মানুষের মধ্যে সৌহার্দ্য প্রয়োজন। এ লক্ষ্যে একে অন্যকে শ্রদ্ধা করা প্রয়োজন এবং বিভিন্ন জনের মধ্যকার বিভিন্নতাও স্বীকার করে নেয়া উচিত।
- রাজনৈতিক, অর্থনৈতিক এবং সামাজিক পরিস্থিতি কোনো কোনো সময়ে অস্থিতিশীল হতে পারে। এরকম পরিস্থিতি নিরাপত্তার জন্য হুমকি হয়ে দেখা দিতে পারে। দেশটির রাজনীতিতে কি কি পরিবর্তন ঘটছে সেটা সম্পর্কে সর্বশেষ তথ্য জেনে রাখুন। নিরাপত্তার খাতিরে আপনি মৌলিক কিছু নীতি মেনে চলতে পারেন। যেমন- অস্থিতিশীলতা দেখা দিলে আপনি বাড়ির বাইরে যাওয়া থেকে বিরত থাকুন এবং জনবহুল স্থান এড়িয়ে চলুন।

২. সংস্কৃতিক ঐতিহ্য

- লেবাননে কোন কোন সময় সাধারন মানুষ উচ্চস্বরে কথা বলেন। তার অর্থ এই নয় যে তারা সব সময় রাগান্বিত থাকেন বা তারা আপনাকে পছন্দ করেন না। এটা আসলে যোগাযোগ করার ভিন্ন একটি পথ যার সঙ্গে আপনি অভ্যস্ত নন।
- এমনও হতে পারে একসঙ্গে সবাই কথা বলতে শুরু করেন। আর আপনাকে পরিবারের কয়েকজন সদস্য বিভিন্ন জায়গা থেকে একসঙ্গে অনেক কাজের নির্দেশ দিতে পারেন। যখন এরকম ঘটনা ঘটে তাহলে আপনার চাকরিদাতাকে সবিনয়ে জিজ্ঞেস করে নিন কোন কাজটা আগে করবেন।
- লেবাননে মানুষ অনেক সময় ভুরু উচিয়ে, ডানে-বামে মাথা দুলিয়ে বা মাথা উচিয়ে আপনাকে ‘না’ বলতে পারেন।
- লেবাননী নাগরিকরা হরহামেশাই মধ্যরাত পর্যন্ত অনেক বেশি সংখ্যক অতিথি আপ্যায়ন করে থাকেন।

৩. চাকরিদাতার পরিবারের সঙ্গে সৌহার্দ্য

- আপনার উচিত চাকরিদাতার পরিবারের সদস্যদের সঙ্গে পরিচিত হয়ে নেয়া। চাকরিদাতার সামাজিক, সাংস্কৃতিক এবং ধর্মীয় ঐতিহ্য অনুধাবন করার চেষ্টা করুন। চাকরিদাতার পরিবারের সদস্যরা কি কি নিয়ম-কানুন মেনে চলেন তা জেনে নিয়ে সেগুলো অনুসরণ করুন যাতে আপনি ওই পরিবারের সঙ্গে সহজেই খাপ খাওয়াতে পারেন।

Photo by Carol Mansour

৪. ধর্ম

- লেবাননে একটি সংবিধান রয়েছে যার বিধান আপনার মতো বিদেশি শ্রমিকসহ লেবাননের সকল নাগরিকের ক্ষেত্রে সমানভাবে প্রযোজ্য।
- লেবাননে ধর্ম একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। দেশটিতে প্রধান ধর্ম দুটি। দুই ধর্মের মধ্যে বিভিন্ন বিভাগ রয়েছে।
- লেবাননে খ্রিস্ট ধর্মাবলম্বীদের মধ্যে রয়েছে ক্যাথলিক, ম্যারোনিট, গ্রিক অর্থডক্স, প্রটেস্টান এবং অন্যান্য বিভাগ।
- মুসলিম ধর্মাবলম্বীদের মধ্যে রয়েছে সিয়া, সুন্নি, আলাউই এবং দ্রুজ।
- প্রত্যেক সম্প্রদায়ের আলাদা আলাদা রীতি-নীতি রয়েছে। পারিবারিক বিয়ে, উত্তরাধিকার সম্পর্কে আলাদা বিধান রয়েছে।

আপনার চাকরিদাতার ধর্ম আপনার ধর্ম থেকে ভিন্ন হতে পারে। এক্ষেত্রে আপনার এবং আপনার চাকরিদাতার কর্তব্য হচ্ছে একে অন্যের ধর্মকে এবং ধর্মীয় আচার-আচরণকে শ্রদ্ধা করা।

৫. সামাজিক রীতি-নীতি

আপনার নিজের দেশে যেসব আচরণ ভালো বলে বিবেচিত সেগুলো লেবাননে আপনার চাকরিদাতার কাছে ভালো মনে নাও হতে পারে। তাই নিম্নলিখিত বিষয়গুলো আপনার চাকরিদাতার সঙ্গে খোলামেলা আলোচনা করা প্রয়োজন।

- আপনি বাড়ির ভেতরে এবং বাড়ির বাইরে কি ধরনের পোশাক পরবেন তা আপনার চাকরিদাতার সঙ্গে আলোচনা করা উচিত। আপনি কাজের সময় চাকরিদাতার দেয়া ইউনিফর্ম পরতে পারেন। কাজের সময় শর্টস বা শর্ট স্কার্ট, আঁটোসাঁটো জামা বা পোষাক পরলে তা ভালোভাবে গ্রহণ করা হবে না।
- আপনি যখন মানুষের সঙ্গে কথা বলবেন তখন তারা আপনাকে সাংস্কৃতিক ভিন্নতার কারণে ভুল বুঝতে পারেন। যে আচরণকে আপনি নিরাপদ, বন্ধুত্বসুলভ মনে করছেন, সেটা নাও হতে পারে। চাকরিদাতার পরিবারের সদস্যদের সঙ্গে বেশি অন্তরঙ্গ সম্পর্ক গড়তে গেলে তিনি আপনাকে ভুল বুঝতে পারেন। আপনি খেয়াল করে দেখবেন লেবাননের পুরুষ এবং নারী একে অপরের সঙ্গে কেমন করে কথা বলেন। যাতে আপনার আচরণ দেখে কেউ ভুল না বোঝেন।

৬. খাদ্যাভ্যাস

লেবাননের খাবার-দাবার সুষম পুষ্টিগুণ হিসেবে বিবেচিত। এখানকার খাবার তালিকায় বড় অংশ জুড়ে থাকে রুটি, ফল, শাকসজি, টাটকা মাছ এবং সিফুড (সামুদ্রিক মাছ)। লেবাননের বিশ্ববিখ্যাত খাবারগুলোর মধ্যে অন্যতম হচ্ছে 'মেজ'। জলপাই, মাখন, দধি, সস, সবজি, মটরদানা দিয়ে এই মেজ তৈরি করা হয়।

বিভিন্ন সংস্কৃতিতে খাদ্যাভাস, রীতি-নীতিও ভিন্ন। ধরা যাক কোন কোন পরিবার শূকর খায় না এমনকি শূকরের তৈরি কোন খাবার ওই বাড়িতে প্রবেশও নিষিদ্ধ। আবার অন্য বাড়িতে কারো হাতের খাবার ভালোভাবে গ্রহণ করা নাও হতে পারে। কোন কোন বাড়িতে মদ প্রবেশ নিষিদ্ধ।

সেকারণে, চাকরিদাতার কাছে জেনে নেয়া উচিত, তার বাড়িতে খাদ্য নিয়ে কি কি বিধিনিষেধ রয়েছে।

চাকরিদাতাকে আপনার খাদ্যাভ্যাস সম্পর্কে জানানো উচিত। যেমন-ভাত আপনার প্রধান খাবার কি না। যাতে আপনারা উভয়ে আপনাদের খাবারের পছন্দ-অপছন্দ সম্পর্কে জানতে পারেন।

৭. পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা

- আপনার কাছে যেটা পরিচ্ছন্নতা, আপনার চাকরিদাতার কাছে তা নাও হতে পারে। কারণ একেক সংস্কৃতিতে পরিচ্ছন্নতা একেক রকম।
- যেহেতু আপনি এবং আপনার চাকরিদাতা একই বাড়িতে অবস্থান করবেন এবং কাজ করবেন সেহেতু উভয়েরই পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা সম্পর্কে বিস্তারিত জেনে নেয়া উচিত।

- পোশাক ধোয়া, বাসনপত্র পরিষ্কার করা, মেঝে পরিষ্কার করা এবং জানালা-দরজা পরিষ্কার করা এমনকি নিজের পরিচ্ছন্নতা নিয়েও উভয়ের মধ্যে বিস্তারিত আলোচনা করে নেয়া উচিত।
- চাকরিদাতার চাহিদা অনুযায়ী আপনার খাবার-দাবার তৈরি অভ্যাস রপ্ত করা উচিত।
- ব্যক্তিগত পরিচ্ছছন্নতাও গুরুত্বপূর্ন। বিশেষ করে চাকরিদাতার সন্তান দেখাশোনার ক্ষেত্রে। ঠাণ্ডা-কাশির সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে সাবান এবং পানি দিয়ে ঘন ঘন হাত পরিষ্কার করা উচিত।

৮. আপনার পরিবারের সঙ্গে যোগাযোগ করবেন যেভাবে

***ফোন করার খরচ বাড়তে পারে, নিয়মিত জেনে রাখুন ফোন কল রেট পরিবর্তন হয়েছে কি না।**

- ফোন কলের জন্য লেবাননে সরাসরি ডায়ালিং পদ্ধতি ব্যবহার করা হয়। বিভিন্ন জায়গায় ফোন বুথ রয়েছে যেখান থেকে আপনি ফোন কার্ড ব্যবহার করে আপনি লোকাল বা ইন্টারন্যাশনাল কল করতে পারেন। 'টেলিকার্ড' নামে আপনি টেলিফোন কার্ড কিনতে পারেন। এই কার্ড ফোন বুথে ব্যবহার করা যাবে। আপনি সরকারি ফোন অফিসেও যেতে পারেন। আরবিতে যাকে বলে ('সেন্ত্রাল') যেখানে আপনি নগদ অর্থ দিয়ে লোকাল ও ইন্টারন্যাশনাল কল করতে পারেন।
- আপনি লেবাননে অভ্যন্তরীণ এবং আন্তর্জাতিক ডাক সেবা পেতে চিঠি পাঠানোর স্ট্যাম্প এবং অন্যান্য সেবা গ্রহণ করতে পারেন।

বক্স ৪ : বিভিন্ন দেশের টেলিফোন কোড :

দেশ	কোড
বাংলাদেশ	০০৮৮০, ঢাকা : ০০৮৮০-২-যে নাম্বারে আপনি ফোন করবেন
ইরিত্রিয়া	০০২৯১, আসমারাত : ০০২৯১-১- যে নাম্বারে আপনি ফোন করবেন
ইথোপিয়া	০০২৫১, আদ্দিস আবাবা : ০০২৫১-১-যে নাম্বারে আপনি ফোন করবেন
ভারত	০০৯১, দিল্লীতে : ০০৯১-১১-যে নাম্বারে আপনি ফোন করবেন
মাদাগাসকার	০০২৬১, আনতানানারিভো : ০০২৬১-২-যে নাম্বারে আপনি ফোন করবেন
ফিলিপাইন	০০৬৩, ম্যানিলায় : ০০৬৩-২-যে নাম্বারে আপনি ফোন করবেন
সুদান	০০২৪৯, খার্তুমে : ০০২৪৯-১১-যে নাম্বারে আপনি ফোন করবেন
শ্রীলঙ্কা	০০৯৪, কলম্বো : ০০৯৪-১-যে নাম্বারে আপনি ফোন করবেন

৯. আপনার বাড়িতে টাকা পাঠাবেন যেভাবে

- লেবাননে অবস্থানকালে, ইন্টারন্যাশনাল মানি ট্রান্সফার সার্ভিসের মাধ্যমে আপনি বাড়িতে টাকা পাঠাতে পারেন। আপনি কোন দেশে টাকা পাঠাবেন তার উপর নির্ভর করে, আপনার টাকা পাঠাতে কেমন খরচ পড়বে। সাধারণত ১০০ ডলার থেকে এক হাজার ডলার পর্যন্ত পাঠাতে খরচ হয় ১৫ ডলার।
- ব্যাংকের মাধ্যমেও টাকা পাঠাতে পারেন। সেক্ষেত্রে আপনার চাকরিদাতার একাউন্ট থেকে আপনার দেশের আপনার নিজের একাউন্টে টাকা পাঠাতে পারেন। টাকা পাঠানোর সুবিধার্থে দেশ ছাড়ার আগে আপনি নিজের নামে একটি ব্যাংক একাউন্ট করতে পারেন। দয়া করে মনে রাখবেন, লেবাননে যে ব্যাংক থেকে টাকা পাঠাবেন এবং দেশে যে ব্যাংকে টাকা পৌছাবে, উভয় ব্যাংকই প্রতিবার টাকা লেনদেন করতে ফি নিতে পারে। কোন পদ্ধতিতে টাকা পাঠাবেন তা ঠিক করার আগে এ বিষয়গুলো বিস্তারিতভাবে চিন্তা করে নেবেন।
- আপনি যদি কারো হাতে হাতে বেতনের টাকা পাঠাতে চান তাহলে ওই ব্যক্তি যথেষ্ট বিশ্বাসযোগ্য কি না এবং তিনি আপনার কথামতো কাজ করবেন কি না তা বুঝে নিন।

১০. আপনি যাতায়াত করবেন যেভাবে

বৈরুত এবং লেবাননের অন্যান্য অংশে যাতায়াতের জন্য বিভিন্ন ধরনের যাতায়াত ব্যবস্থা রয়েছে।

- লেবাননের বেশিরভাগ শহরে যাতায়াতের জন্য বাস এবং মিনিবাস সার্ভিস রয়েছে। এসব বাসে এক শহর থেকে আরেক শহরে যাওয়া যায়।
- প্রাইভেট ট্যাক্সিতে করেও শহরের ভেতরে এবং এক শহর থেকে আরেক শহরে যাওয়া যায়। একটি ট্যাক্সিতে আপনি অন্য যাত্রীর সঙ্গে শেয়ার করে যেতে পারেন। বেশি দূরত্বে যাওয়ার খরচ দ্বিগুণ হতে পারে, যাকে বলা হয় 'সারভিসাইন'। ট্যাক্সি এবং সার্ভিস প্লেটগুলো থাকে লাল রঙের।

টিপস :

- ট্যাক্সিতে ওঠার পর আপনি নিশ্চিত হয়ে নিন কোন পদ্ধতিতে যাচ্ছেন, সার্ভিস নাকি ট্যাক্সি। আপনি যেখানে যাচ্ছেন তার দূরত্ব অনুযায়ী ভাড়া মিটিয়ে নিন।
- যাতায়াত খরচ ক্রমশ বাড়ছে। তাই ভাড়া সবসময় চেক করে নেয়া এবং মিটিয়ে নেয়া উচিত।
- আপনি যে জায়গায় বসবাস করছেন সে এলাকা সম্পর্কে বিস্তারিত ধারণা রাখুন যাতে আপনি কোনো সময় হারিয়ে না যান।
- আপনি যেখানে থাকেন সে জায়গার সবচেয়ে কাছের উল্লেখযোগ্য স্থাপনা চিহ্নিত করুন। এটি একটি দোকান, জাদুঘর, ভবন, মন্ত্রণালয় এমনকি সিনেমাহলও হতে পারে।
- কারো কাছে পথের ঠিকানা জানতে চাওয়ার সময় এবং বাইরে যাওয়ার সময় ইংরেজি ও আরবি ভাষায় লেখা আপনার চাকরিদাতার ঠিকানা সঙ্গে রাখুন।

১১. কেনাকাটা

প্রধান শহরগুলোতে, অনেক জায়গা রয়েছে যেখানে আপনি কেনাকাটা করতে পারেন। সেটা পোশাক বা খাবার যেকোনো কিছুই হতে পারে। যাহোক, দামটা আগে জেনে নিন। আমদানিকৃত জিনিসের দাম অনেক বেশি হতে পারে।

প্রিয় শ্রমিক,

আমরা আশা করি এই গাইড আপনাকে কিছু গুরুত্বপূর্ণ তথ্য দিয়েছে। লেবাননে কাজ করতে এবং এখানকার জীবনযাত্রার সঙ্গে মানিয়ে নিতে আপনাকে এসব তথ্য সহায়তা করবে। সবশেষে, আমরা আপনাকে নিশ্চিত করতে চাই যে, আপনার নিরাপত্তা নিশ্চিত করতে এবং সকলের জন্য উন্নততর কাজের পরিবেশ নিশ্চিত করতে লেবানন সরকার জাতীয় ও আন্তর্জাতিক এজেন্সিগুলোর সঙ্গে সহযোগিতায় যৌথভাবে কাজ করছে। এরপরও গাইডে উল্লিখিত অধিকার ঠিকমতো পূরণ নাও হতে পারে। আপনি সমস্যায় পড়তে পারেন। যেমন আপনার পাসপোর্ট আপনি নিজের কাছে রাখতে পারছেন না। প্রথম মাস থেকে আপনি বেতন পাচ্ছেন না, বাড়তি সময় কাজ করার জন্য আপনি পারিশ্রমিক পাচ্ছেন না, আপনি সাপ্তাহিক ছুটি পাচ্ছেন না, বাইরে যাওয়ার সুযোগ পাচ্ছেন না। আমরা সকলে লেবানন সমাজে এসব বিষয়ে সচেতনতা বাড়াতে কাজ করছি এবং আমরা আশা করছি আপনাকে সহায়তা করতে আমরা সফল হবো।

Photo by Carol Mansour

এনেক্স ১ : আরবি ভাষা

লেবাননের সরকারি ভাষা আরবি। কিন্তু ইংরেজি এবং ফরাসি ভাষাও এখানে চালু আছে। আরবি ভাষায় যে শব্দগুলো বেশী ব্যবহৃত হয় সেগুলো নিচে উল্লেখ করা হলো-

শুভেচ্ছা বিনিময়

হাই	মারহাবা
হাই (প্রতিউত্তরে)	মারহাবতাইন
বিদায়	মা' সালামা/আলাহ মা'ক
শুভ সকাল	সাবাহ আল-খাইর
শুভ সকাল (প্রতিউত্তরে)	সাবাহ আল-নূর
শুভ সন্ধ্যা	মাসা' আল-খাইর
শুভ সন্ধ্যা (প্রতিউত্তরে)	মাসা' আল- নূর
শুভ রাত্রি	তিসবাহ 'আল-খাইর
শুভ রাত্রি (প্রতিউত্তরে)	ওয়া ইনতা মিন আহলু
হ্যাঁ	না'আম/আইওয়া
হ্যাঁ (Yeah)	আয়
না	লা
অনুরোধ (প্লিজ)	ইজা বিত্রিদ/ইজা বিত্রিদি (পুরুষ/স্ত্রী)
বিনয় (প্লিজ)	লা সামাহ্ত/লা সামাহতি (পুরুষ/স্ত্রী)
ভেতরে আসুন (প্লিজ)	তফাদ্দাল/তফাদ্দালি (পুরুষ/স্ত্রী)
ধন্যবাদ	শুকরান/মারসি
আপনাকে অনেক ধন্যবাদ	শুকরান কিতীর
আপনাকে স্বাগত	আহ্লান ওয়াসাহ্লান (পুরুষ/স্ত্রী)
দয়া করে এক মিনিট অপেক্ষা করুন	লাহজা মিন ফাদলাক/ফাদলাকি (পুরুষ/স্ত্রী)
মা করুন/এক্সকিউজ মি	'আফওয়ান
দুঃখিত	আসিফ/আসিফা (পুরুষ/স্ত্রী)
কোনো সমস্যা নেই	মাফি মুশকিলি
কিছু মনে করবেন না	মা'আলেশ
একটু অপেক্ষা করুন	লাহজা
অভিনন্দন	মাবরুক
কেমন আছেন?	কিফাক?/কিফিক (পুরুষ/স্ত্রী)
ভাল আছি, ধন্যবাদ	বিখার আল-হামদু লিল্লাহ
আপনার নাম কি?	শু-ইসমাক?/শু-ইসমিক? (পুরুষ/স্ত্রী)
আমার নাম ...	ইসমি....
আপনার সঙ্গে পরিচিত হয়ে আমি আনন্দিত	তশাররাফনা
আপনি কোন দেশ থেকে এসেছেন?	মিন ওয়াইন ইনতা?/ইনতি (পুরুষ/স্ত্রী)
আমি এসেছি...	আনা মিন
আপনি কি পছন্দ করেন?	আনতা বিতহাব?/ ইনতি বিতহেবি? (পুরুষ/স্ত্রী)
আমি পছন্দ করি ...	আনা বিহাব...
আমি পছন্দ করি না...	আনা মা বিহাব...

নির্দেশনা :

আমি কিভাবে যেতে পারি...?	কীফ বুসাল আলা...?
এই পথ দিয়ে	মিন হোন
এখানে/সেখানে	হোন/হোনীক
সামনে (ইন ফ্রন্ট অফ)	ইদ্দাম
কাছে	কারিব
দূরে	বা'ইদ
উত্তর	শিমা'ল
দক্ষিণ	জানুব
পূর্ব	শারক
পশ্চিম	ঘারব

জরুরি অবস্থায় :

আমাকে সাহায্য করুন!	সা'ইদুনি
আমি অসুস্থ	আনা মারীদ/মারীদা (পুরুষ/স্ত্রী)
পুলিশকে ডাকুন	ইত্তাসিল বিল বোলীস
ডাক্তার	দাকতুর
হাসপাতাল	আল-মুসতাশ-ফা
পুলিশ	আল বোলীস
চলে যান!	ইমশী!/রুহ মিন হোন!
লজ্জা!	আইব!

সংখ্যা :

০	সিফর
১	ওয়াহিদ (ওয়াহাদ)
২	ইতনাইন/তিনতাইন
৩	তালাতা
৪	আরাবা'আ
৫	খামসা
৬	সিত্তা
৭	সাবা'আ
৮	তামানিয়া
৯	তিস'আ
১০	'আশারা
১১	ইয়েহদা'শ
১২	ইয়েতনা'শ
১৩	তালাতা'শ
১৪	আরবাতাশ
১৫	খামাসতাশ
১৬	সিত্তাশ
১৭	সাবাতাশ
১৮	তামানতাশ
১৯	তাসাতাশ

২০	আশরীন
২১	ওয়াহিদ (ওয়াহাদ) ওয়া'আশরীন
৩০	তালাতীন
৪০	আরবাঈন
৫০	খামসিন
৬০	সিতীন
৭০	সাবাঈন
৮০	'তামানীন
৯০	তিস'ঈন
১০০	মিইয়া
২০০	মিইয়াতাইন
১,০০০	'আলফ
২,০০০	'আলফাইন
৩,০০০	তালাত-আলাফ

সময় এবং বার :

এখন ক'টা বাজে?	আদ্দাইশ এসা'আ?
কখন?	এমতা?
এখন	হাল্লা'
পরে	বাদাইন
ঠিক সময়ে	'আল ওয়াকেত
আগে	বাক্কীর
দেরিতে	মা'কার (মা'খার)
প্রতিদিন	কিল ইউম
আজ	আল-ইউম
আগামীকাল	বুকরা
আগামী পরশু	বা'দ বুকরা
গতকাল	ইমবারিহ
মিনিট	দাকীকা
ঘণ্টা	সা'আ
দিন	ইউম
সপ্তাহ	উসবু'
মাস	শাহ্‌র
বছর	সানা
সকাল	সুবেহ
বিকাল	বা'দ দেহের
সন্ধ্যা	মাস্‌সা
রাত	লাইল
সোমবার	আল-তেনাইন
মঙ্গলবার	আত-তালাতা
বুধবার	আল-আরবা'আ
বৃহস্পতিবার	আল-খামীস

- শুক্রবার — আল-জুম'া
- শনিবার — আস-সাবত
- রোববার — আল-আহাদ

কেনাকাটা ও অন্য সেবা:

- আমি খুঁজছি... — আনা আভাথ ... আ'ন
- .... কোথায় — ওয়াইন ....?
- দূতাবাস — সাফ্‌ফারা
- বিমানবন্দর — মাতার
- চার্চ — কিনীসা
- মসজিদ — জেমী
- প্রবেশ পথ — আল-মাদখাল
- বাহির হওয়ার পথ — আল-খুরুজ
- লন্ড্রি — আল ঘাসীল
- সুপারমার্কেট — সুপারমারকেট
- মার্কেট (দোকান) — দিককেনে (মাহাল)
- পোস্ট অফিস — মকতাব আল-বারীদ
- রেস্টুরেন্ট — আল-মাতা'ম
- আমি পরিবর্তন করতে চাই.. — বাদী সারেফ...
- অর্থ/টাকা — মাসারি
- এটি কখন খুলবে..? — এমতা বিয়েফতাহ?
- এটি কখন বন্ধ হয়...? — এমতা সাককির?
- এটা কি? — শু হাইদা?/শু হাদা?
- কতগুলো? — আদদাইশ?
- কয়টা? — কাম ওয়াহিদ?
- এটার কত দাম? — বি'আদদাইশ?
- অনেক বেশি দাম — হাইদা কতীর গা'লী
- সেখানে ...? — ফি..?
- বড়/অনেক বড় — কবীর/আকবার
- ছোট/অনেক ছোট — সাগীর/আসগার
- কম দাম/অনেক কম দাম — রখীস/আরখাস
- চড়া দাম — গা'লী
- বন্ধ — মসাককার
- খোলা — মাফতুহ

ব্যক্তিগত তথ্য :

- জন্ম তারিখ — তারিখ আল-মেলাদ/-উইলাদা
- জন্মস্থান — মাকান আল-মেলাদ/-উইলাদা
- জাতীয়তা — আল-জেনসিয়া
- নাম — আল-ইসম
- পাসপোর্ট — জাওয়াজ আল-সাফার (বা পাসপোর)
- ভিসা — ভিসা/তা'শিরা

অন্যান্য :

আমি	আনা
আপনি	ইনতা/ইনতি (পুরুষ/স্ত্রী)
সে (পুরুষ)	হুয়া
সে (স্ত্রী)	হিয়া
আমরা	নিহ্না
তোমরা/আপনারা	ইনতো
তারা	হিননে
আমাকে এনে দাও	জিবলি
আমাকে দাও	ইতিনি
আমি চাই	বাদদী
বাড়ি	বেইত
স্থানীয়	বালাদি
পাহাড়	জাবাল

যাতায়াতের পদ্ধতি :

ট্যাক্সি	ট্যাক্সি
বাস	বাস
সার্ভিস	সার্ভিস
গাড়ি	সায়ারা
বিমান	আততায়ারা

ছুটির দিন :

ক্রিসমাস	ঈদ এল মিলাদ
নববর্ষ	রাস এল সেনে
ইস্টার	ঈদ এল ফেঅসেহ-পাকুয়েস
ফ্রাইডে সেইনট	জোম'া আল-'আজিমেহ
পামস ডে	চা'নিনে

রমজান : চন্দ্র বর্ষের নবম মাস, যে মাসে মুসলমানরা সূর্যোদয় থেকে সূর্যাস্ত পর্যন্ত রোযা রাখেন।

আজহা : রমজান শেষে ৭০ দিন পর এটি হয় (কোরবানী ঈদ)। এদিন মুসলিমরা আল্লাহর নামে কোরবানী দেন।

খাবার :

ব্রেড/রুটি	খুবেজ
পানি	মাই
লবন	মেলেহ
চিনি	সুককার
কফি	গাহওয়াহ

এনেক্স ১

- মাংস লাহমে
- ফল ফুয়াকি
- সবজি খোদরা
- মিষ্টি হেলোউ

রান্নাঘরের তৈজসপত্র :

- গ্লাস কুববায়া
- কাপ ফিনজান
- প্লেট সাহহান
- কাঁটা চামচ শাউকি
- ছুরি সুককিন
- চামচ মালাকা
- চুলা ফুরেন
- ফ্রিজ বাররাদ
- টেবিল তাওলে
- চেয়ার/চেয়ারস কুরসা/কারাসেহ

বাড়ির জিনিসপত্র :

- মই সেললোম
- সিড়ি দারাজ/দ্রাজ
- ঝুড়ি সাললা
- ডাস্টবিন সাললেত জুবাললা
- ছাইদানি মানফাদা
- আয়রন মেকেওহে
- ওয়াশিং মেশিন গাসসালা
- বিছানা স্রির-তাখত
- বিছানার চাদর শারশাফ
- ভ্যাকুয়াম ক্লিনার ভ্যাকুয়াম/হুভার
- পর্দা বারাদি
- মেঝে আর্দ
- কার্পেট/কার্পেটগুলো সাজজেদেহ/সেজজেদ
- জানালা/জানালাগুলো শেববাক/শবেবিক
- বারান্দা বালকন
- সাটার সতারা
- প্লাগ পরেসে
- গ্যাস গাজ
- বিদ্যুৎ কাহরাবা
- দরজা বাব
- বাতি লামবা
- আয়না মরাইয়েহ
- ছবি/ছবিগুলো সোউরা/সোয়ার

এনেক্স ২: সাহায্য কামনা

আপনার চাহিদা অনুযায়ি নিম্নলিখিত ছকের সর্বশেষ বিষয়গুলো অনলাইনে পাবেন :
www.mdwguide.com

নাম	দায়িত্ব	যোগাযোগের ঠিকানা
সাধারণ সেবা/সরকারি সেবা		
শ্রম মন্ত্রণালয়- প্রবাসী শ্রম শক্তি বিভাগ	বিদেশিদের লাইসেন্স বা অনুমতি দেয়ায় দায়িত্বপ্রাপ্ত। অবৈধ বিদেশি শ্রমিকদের পর্যবেক্ষণ করে	**০১/৫৫৬৮২৯**
অভ্যন্তরীণ মন্ত্রণালয়- জেনারেল সিকিউরিটি বিভাগের মহাপরিচালক- প্রবাসীদের বিভাগ	'ওয়ার্ক এনট্রি ভিসা' ইস্যু করে এবং রেসিডেন্স পারমিট দিয়ে থাকে। লেবাননে অবস্থানরাত বিদেশিদের মনিটর/পর্যবেক্ষণ করে। বিদেশিদের ফেরত পাঠানো এবং নিরাপত্তা হুমকী হতে পারে এমন ঘটনা সম্পর্কে সংশ্লিষ্ট বিভাগগুলোর সঙ্গে যোগাযোগ রক্ষা করে। বিদেশিদের রেসিডেন্স পারমিট সম্পর্কে তথ্য আপডেট করে। বিদেশিদের ফেরত যেতে এবং বিভিন্ন দেশ থেকে যারা লেবাননে আসছে তাদের যাওয়া- আসায় সহায়তা করে এবং নিয়ন্ত্রণ করে।	বিদেশি শ্রমিকরা কোনোভাবে মানসিক, শারীরিক, যৌন নির্যাতনের শিকার হলে অনুগ্রহ করে জেনারেল সিকিউরিটি বিভাগের মহপরিচালকের সঙ্গে যোগাযোগ করুন। এখানে প্রথমে অবহিত করবেন 'সিকিউরিটি রুম'-এ। নির্যাতনের ঘটনার **৪৮ ঘণ্টার মধ্যে অবহিত করতে হবে : ০১/৬১২৪০১ ০১/৬১২৪০২ ০১/৬১২৪০৫**
অভ্যন্তরীণ মন্ত্রণালয়- পুলিশ ফোর্স	অবৈধ বিদেশি শ্রমিকদের পর্যবেক্ষণ করে এবং বিদেশিদের পাসপোর্ট, রেসিডেন্স কার্ড, ওয়ার্ক পারমিট এবং অন্যান্য কাগজপত্রের বৈধতা নিরীক্ষণ করে। এসব কাজে তারা সংশ্লিষ্ট অন্যান্য দপ্তরের সঙ্গে যোগাযোগ রক্ষা করে।	কোনো ধরনের অপরাধকর্ম ঘটলে তা পুলিশকে অবহিত করতে হবে **১১২ নাম্বারে**

নাম	দায়িত্ব	যোগাযোগের ঠিকানা
দূতাবাস/কনসুলেট লেবাননের সরকারি প্রতিষ্ঠানগুলো ছাড়াও আপনার প্রয়োজন হলে আপনার দেশের দূতাবাস বা কনসুলেট আপনাকে সহায়তা করতে পারে। আপনার দেশের দূতাবাস/কনসুলেটই লেবাননে আপনার দেশের কূটনৈতিক প্রতিনিধি। আপনার দেশের স্বার্থ দেখা এবং লেবাননে আপনার অধিকার সুরা করা এর দায়িত্ব।		
বাংলাদেশ কনসুলেট	কনসাল জেনারেল: জনাব মোহাম্মদ দানদান	দান্দান টেলিফোন : ০১-৩২২-০০৫ অবস্থান : বৈরুত-আল সাইফি বি-শারা আল খুরী-দামাস্কাস রোড ইশ্মউন ভবন-১ম তলা। ই-মেইল : info@bangcons.com
ইরত্রিন কনসুলেট	কনসাল জেনারেল : হুম্মাদ হালী	০১/৩৬৩৩১৯ ঠিকানা : সামি জানেই বিল্ডিং ২য় তলা বিজ স্ট্রিট, বৈরুতে অ্যামেরিকান ইউনিভার্সিটির কাছে
ইথোপিয়া কনসুলেট	কনসাল জেনারেল : আদম নূরহোসেইন আদম	০১/৩৮৮৭৮৬ জেইন বিল্ডিং ১ম তলা, তাইয়ুন এলাকা
ভারতীয় দূতাবাস	রাষ্ট্রদূত : নেংচা লোভান	০১/৩৭৩৫৩৯ সাহমারানি বিল্ডিং, ২য় তলা কানতারি স্ট্রিট, এন. ৩১ বুরজ আল মুর। ই-মেইল: indembei@dm.net.lb
মাদাগাসকার কনসুলেট	কনসাল : মারসেল আবু ছাদিদ	০৯/৪৪৪৩৩৩ নিউ সেন্টার তেরেসা বিচ, লেবানন
ফিলিপাইন দূতাবাস এবং ফিলিপাইন ওভারসীস লেবার অফিস	বিভিন্ন বিরোধ নিষ্পত্তিতে শ্রমিকদের সহায়তা করে POLO চার্জ দ্যা অ্যাফেয়ার্স : মারিয়ানো দুমিয়া ওয়েলফেয়ার এটাচি : মারিয়ো আর. এন্টনিয়ো	০১/২১২০০১ আকরাফিয়েহ, চার্লস মালেক এভিনিউ রোডস্টার রেস্টুরেন্টের কাছে পি.ও.বক্স নং ১৩৬৬৩১, বৈরুত ই-মেইল: beirutpe@dfa.gov.ph হটলাইন: +৯৬১৩ ৮৫৯৪৩০ বা +৯৬১৩৯৮৮২০৭ বিদেশ থেকে এবং ০৩/৮৫৯৪৩০ এবং ০৩/৯৮৮২০৭ লেবানন থেকে

নাম	দায়িত্ব	যোগাযোগের ঠিকানা
শ্রীলঙ্কা দূতাবাস	রাষ্ট্রদূত: রাঞ্জিথ জুনারাত্নে	০৫/৯২৪৭৬৯/৬৪ লুইয়েজ, জমহুর এর কাছে ১ম এবং ২য় তলা ই-মেইল: slemblbn@cyberia.net.lb
সুদান দূতাবাস	কনসাল জেনারেল: সৈয়দা মারওয়া কামাল হামাদ	০১/৩৫৩২৭০ বা ০১/৩৫০০৫৭ মিংকারা বিল্ডিং, ৭ম তলা ব্রিস্টল হোটেলের সামনে হামরা
তোগো কনসুলেট	কনসাল : জর্জ বুসতানি	০৯-৯৩৭১৩৭ জুনিয়েহ
অনারারি কনসুলেট জেনারেল, নেপাল	কনসাল: জো লেসা আল কুরি	টেলিফোন এবং ফ্যাক্স ০১/৩৮৬৬৯০। সড়ক, Nadim Comair Bldg বৈরুত, লেবানন ই-মেইল: elkouryi@dm.net.lb
ইন্দোনেশিয়া দূতাবাস	রাষ্ট্রদূত : জনাব দিমাস সামুদ্রা	এভিনিউ প্যালেস রাষ্ট্রপতি অনুতাপ নং ৬৮ সেক্টর ৩ পি ও বক্স ৪০০৭ বাআব্দা। ফোন: +৯৬১-৫-৯২৪-৬৮২ +৯৬১-৫-৯২৪-৬৮৩ +৯৬১-৫-৯২৪-৬৭৬ ফ্যাক্স: +৯৬১-৫-৯২৪-৬৭৮ ই-মেইল: indobay@cyberia.net.lb www.welcome.to/indobey

লেবাননে গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত শ্রমিকদের সহায়তার জন্য বেশ কিছু বেসরকারি এবং অন্যান্য সংস্থা রয়েছে

নাম	তারা কি করে	যোগাযোগের ঠিকানা
কারিতাস লেবানন মাইগ্রান্ট সেন্টার	আইনগত এবং সামাজিক সহায়তা দেয়া হয়। বিদেশি শ্রমিক ও শরণার্থীদের হেলথ ইন্সুরেন্স সম্পর্কে পরামর্শ দিয়ে থাকে এবং এটি পেতে সহায়তা করে। বিদেশি শ্রমিকদের সন্তানদের শিক্ষার সুযোগ দেয় এবং লেবাননে মানিয়ে নিতে সহায়তা করে। লেবাননে নতুন আসা শ্রমিকদের দেশটি সম্পর্কে ধারণা দেয় এবং নিজেদের সুরা সম্পর্কে ধারণা দেয়। পাচারকৃত নারীদের এবং বিদেশি শ্রমিকদের সহায়তা করে এবং কারাগারে আটক বিদেশিদের সহায়তা করে।	০১/৫০২৫৫০। এটি বৈরুতের সিন আল ফিল-এ অবস্থিত। **হটলাইন :** **+৯৬১ ৩/০৯২৫৩৮ বিদেশ থেকে** **০৩/০৯২৫৩৮ লেবানন থেকে**
দ্যা প্যাস্টোরাল কেয়ার অব অ্যাফ্রো-এশিয়ান মাইগ্রান্টস (পিসিএএএম)	ধর্মীয় যাজক, সিস্টার যারা বিদেশি শ্রমিকদের সহায়তা করেন তাদের সঙ্গে যোগাযোগ রা করেন। বিদেশি শ্রমিকদের ধর্মীয় সহায়তা এবং লেবাননে সমাজ সম্পর্কে ধারণা দিয়ে থাকে। পিসিএএএম মাসে একবার এএমসিতে বৈঠক করে।	০১/৩৩৭৬৫৫। পিসিএএএম এর সভাপতি বিশপ এন্টোনি-নাবিল আন্দ্রেই; এটির সমন্বয় করেন ফাদার মার্টিন ম্যাকডারমট, বৈরুতে সেন্ট জোসেফ চার্চ বিশ্ববিদ্যালয়ের ধর্মীয় যাজক। এটি বৈরুতে তাবারিস এর কাছে।
দ্যা আফ্রো-এশিয়ান মাইগ্রান্ট সেন্টার (এএএমসি)	গৃহপরিচারিকাদের সাপ্তাহিক ছুটির দিনে বেড়ানোর জায়গা ঠিক করে দেয় রোববার সন্ধ্যায় রেডিও প্রোগ্রাম এবং চ্যারিটি রেডিও স্টেশনের মাধ্যমে ধর্মীয় বিষয়ে নির্দেশনা দিয়ে থাকে। (সম্প্রতি এটি প্রচারিত হয় সন্ধ্যা ৮টা থেকে ৯টার মধ্যে এবং শুক্রবার বিকাল ৪টায়) রেডিও স্টেশনগুলো হচ্ছে- ৮৭.৫ এফএম, ১০৫.৮ এফ এবং ১০৬.২ এফএম। এসব অনুষ্ঠানে পবিত্র ধর্মগ্রন্থ পাঠ করে শোনানো হয়। শ্রোতাদের নিজস্ব ভাষায় বিভিন্ন খবর শোনানো হয় এবং পরামর্শ দেয়া হয়। বিদেশি শ্রমিকদের সহায়তায় সলিডারিটি নামে একটি ত্রৈমাসিক পত্রিকা প্রকাশ করা হয়।	০১/৩৩২৬০১ সেন্ট জোসেফ চার্চ এর কাছে প্রথম তলা, তাবারিস এর কাছে, বৈরুত
বৈরুত বার এসোসিয়েশন (ইনস্টিটিউট অব হিউম্যান রাইটস)	লিগ্যাল এইড কমিটির মাধ্যমে আইনগত সহায়তা দিয়ে থাকে।	০১ ৪৮০৫৫১/০১ ৪২৩৯৪৩। ইনস্টিটিউট অব হিউম্যান রাইটস কাসর আল আদেল বৈরুত-লেবানন
লেবাননে রিক্রুটিং এজেন্সিগুলোর সিন্ডিকেট	লেবাননের চাকরীদাতা এজেন্সিগুলোতে আইনের আচরণবিধি এবং সদাচারণ সম্পর্কে প্রশিক্ষণ দেয়।	০১/৬১২৮০৮। বাদারো স্ট্রিট, ত্রাবুলসি বিল্ডিং ৪র্থ তলা, বৈরুত।

নাম	তারা কি করে	যোগাযোগের ঠিকানা
KAFA	KAFA (পর্যাপ্ত) নির্যাতন এবং শোষণ হলো একটি অলাভজনক সংগঠন যা লেবাননে নারী নির্যাতনের বিরুদ্ধে কাজ করে। KAFA'S শুনা এবং পরামর্শ কেন্দ্র (LCC) নির্যাতিতদের সাহায্য করে, গৃহস্থালি কাজে বিদেশি শ্রমিকরা ও এর অন্তর্ভুক্ত। যারা শারীরিক এবং যৌন নির্যাতনের স্বীকার হবেন। LCC সামাজিক এবং আইনি পরামর্শ দেয়, আইনি প্রতিনিধিত্ব করে, বিচারকার্যে আদালত কর্তৃক গৃহীত ডাক্তারি অভিমত অর্পণ করে (নির্যাতনের আইনি প্রমাণ), এবং নিরাপদ আশ্রয় দিয়ে থাকে।	সহিংসতার শিকার যোগাযোগ করতে পারেন KAFA ২৪/৭ at ০৩ ০১৮ ০১৯ টেলিফোন : ০১ ৩৯২২২০-১ ঠিকানা : 43, Beydoun building, 1st FL, Badaro St, বৈরুত, লেবানন
অভিবাসী কর্মীদের টাস্ক ফোর্স (MWTF)	অনাবাসী শ্রমিকদের টাস্ক ফোর্স (MWTF)- এর লক্ষ্য হচ্ছে বিদেশি শ্রমিকদের কাজের পরিবেশ উন্নত করার জন্য এর মূল উপাদানগুলো নিয়ে কাজ করা। এছাড়া বৈরুতের সানাইয়ায় অবস্থিত ঝিকু হাউসে প্রতি রবিবার বেলা ১২ টা থেকে ২ টা পর্যন্ত বিদেশি শ্রমিকদের আরবি, ইংলিশ এবং ফরাসি ভাষা শিক্ষা দিয়ে থাকে।	ওয়েবসাইট : http://mwtaskforce.wordpress.com টেলিফোন : ০০৯৬১ ৭০ ০৬৬৮৮০ ই-মেইল : farahsalka@gmail.com
বর্ণবাদ-বিরোধী আন্দোলন (ARM)	বর্ণবাদ বিরোধী আন্দোলন (ARM)- এর মূল লক্ষ্য হচ্ছে বিশেষ করে লেবাননে বিদেশি শ্রমিকদের বিরদ্ধে সব ধরনের বর্ণবাদী অপরাধ পর্যবেক্ষণ করে, প্রমাণ হাজির করে এবং ব্যবস্থা নেয়। অতএব যেকোনো স্থানে (সমুদ্রতীরে, রেস্তরায় বা এজেন্সিতে) সংঘটিত কোনো বর্ণবাদী অপরাধ জানা থাকলে অথবা বিদেশি গৃহপরিচারিকাদের কোনো মৃত্যুর ঘটনা আমাদের সাথে শেয়ার করতে চাইলে নিম্নলিখিত ঠিকানায় লিখে পাঠাতে পারেন, farah@nasawiya.org. এছাড়াও লেবাননে যদি কোনো অনাবাসী শ্রমিক সম্প্রদায় কোনো ধরনের সংস্কৃতিক সভার আয়োজন করতে চান তাহলে অজগ- এর সদস্যগণ তাদেরকে সাহায্য এবং সমর্থন দিয়ে থাকেন।	ওয়েবসাইট : http://antiracismmovement.blogspot.com টেলিফোন : ০০৯৬১ ৭১ ৪২১৫৯৩

এনেক্স ৩ : ব্যক্তিগত ক্যালেন্ডার

ব্যক্তিগত কাগজপত্রের ক্যালেন্ডার প্রথম বছর					
	ওয়ার্ক এন্ট্রি ভিসা (পাসপোর্টে)	রেসিডেন্স পারমিট	ওয়ার্ক পারমিট	পাসপোর্ট নবায়ন	এক্সিট ভিস
শুরুর তারিখ					
শেষ হওয়ার তারিখ					
শেষ হওয়ার তারিখ					

ব্যক্তিগত কাগজপত্রের ক্যালেন্ডার দ্বিতীয় বছর					
	ওয়ার্ক এন্ট্রি ভিসা (পাসপোর্টে)	রেসিডেন্স পারমিট	ওয়ার্ক পারমিট	পাসপোর্ট নবায়ন	এক্সিট ভিস
শুরুর তারিখ					
শেষ হওয়ার তারিখ					
শেষ হওয়ার তারিখ					

রেড ক্রস : ১৪০

ফায়ার ব্রিগেড
দমকল অফিস : ১২৫

পুলিশ : ১১২

এনেক্স ৪ :
ইউনিয়ন সম্পর্কে তথ্য, দেশ ত্যাগের আগে প্রশিক্ষণ কোর্স সম্পর্কে তথ্য এবং আপনার দেশে প্রবাসীদের সংগঠন

আপনার চাহিদা অনুযায়ি নিম্নলিখিত ছকের সর্বশেষ বিষয়গুলো অনলাইনে পাবেন :
www.mdwguide.com

ফিলিপাইন :

POEA : দ্যা ফিলিপাইন ওভারসীজ এমপ্লয়মেন্ট অ্যাডমিনিস্ট্রেশন হচ্ছে একটি সরকারি এজেন্সি। বিদেশে কাজের বিভিন্ন কর্মসূচীর সুবিধাসমূহ কীভাবে কাজে লাগানো যায় তা দেখার দায়িত্ব এই এজেন্সির। 'প্রবাসে ফিলিপিনো নাগরিকদের কাজের সুন্দর পরিবেশ নিশ্চিত' করা এই এজেন্সির ম্যানডেট। এই এজেন্সি 'টেকনিক্যাল এডুকেশন অ্যাণ্ড স্কিলস ডেভেলপমেন্ট অথরিটি (টিইএসডিএ)'র সঙ্গে নিবিড় যোগাযোগ রেখে কাজ করে। এই দুটি সংস্থা যৌথভাবে বিদেশ যাওয়ার আগে প্রশিক্ষণ দিয়ে থাকে। এ সম্পর্কে বিস্তারিত জানতে যোগাযোগ করুন: http://www.poea.gov.ph/

টিইএসডিএ: দ্যা 'টেকনিক্যাল এডুকেশন অ্যাণ্ড স্কিলস ডেভেলপমেন্ট অথরিটি হচ্ছে একটি সরকারি প্রতিষ্ঠান। এটি ফিলিপিনো নাগরিকদের কারিগরি প্রশিক্ষন এবং দতা বৃদ্ধির বিষয়গুলো তদারকি করে। গৃহস্থালি কাজের শ্রমিকদের প্রশিক্ষণ কেন্দ্রগুলোর মান নিয়ন্ত্রণ এবং শ্রমিকদেরকে দতার সনদ দেয়ার বিষয়টি নিয়ন্ত্রণ করে এই সংস্থা। বিদেশি গৃহস্থালি শ্রমিকদের দতা বৃদ্ধির প্রশিক্ষন এবং জ্ঞানভিত্তিক ওরিয়েন্টেশনে সহায়তা করে এই সংস্থা।
ঠিকানা : ডিপার্টমেন্ট অব লেবার অ্যাণ্ড এমপ্লয়মেন্ট, মুরাল্লা স্ট্রিটইনত্রামুরস, ১০০২ ম্যানিলা, ফিলিপাইন। হটলাইন: +৬৩২ ৮৮৭ ৭৭৭৭, ট্রাংকলাইন: +৬৩২ ৮১৭ ৪০৭৬ থেকে ৮২।

OWWA : দ্যা ওভারসীজ ওয়ার্কারস ওয়েলফেয়ার এডমিনিস্ট্রেশন শ্রম ও কর্মসংস্থান বিভাগের সঙ্গে সংযুক্ত। ওভারসীজ ফিলিপিনো ওয়ার্কারদের (ওএফডব্লিউ) ভাল-মন্দ দেখাশোনার জন্য এ বিভাগ সরকারি সংস্থাগুলোর নের্তৃত্ব দেয়। অভিবাসী এবং নারী নির্যাতন সম্পর্কে এই বিভাগ তথ্য দিয়ে থাকে। বিদেশে কর্মরত ফিলিপিনো নাগরিকদের এই বিভাগ কাউন্সেলিং করে, সমস্যা সমাধানে সহায়তা করে।
ঠিকানা : এসএমইএফ সেন্টার ফর ওভারসীজ ওয়ার্কার, ১০৪৩ অররা ব্লভদ, কোয়েজন সিটি, ১১০৮ ফিলিপাইন, টেলিফোন: +৬৩২ ২ ৯১৩ ৬৪৩৯, ফ্যাক্স : +৬৩২ ২ ৯১৩ ৬৪৩৮, http://www.owwa.gov.ph/

ডিওএলই: লাভজনক কাজের সুযোগ খুজে বের করা, মানব সম্পদ উন্নয়ন, শ্রমিকদের অধিকার নিশ্চিত করা ও তাদের স্বার্থ রায় কাজ করে **ডিপার্টমেন্ট অব লেবার অ্যাণ্ড এমপ্লয়মেন্ট**। ঠিকানা: হটলাইন +৬৩২ ৫২৭ ৮০০০; http://www.dole.gov.ph/

ইউনাইটেড ফিলিপিনো সিফারারস : এটি ফিলিপিন ভিত্তিক শ্রমিক ফেডারেশন। এর উদ্দেশ্য হচ্ছে এর সদস্যদের ভাল-মন্দ দেখাশোনা করা এবং তাদের নৈতিক, সামাজিক এবং অর্থনৈতিক সহায়তা দেয়া। ২০০০ সালের ২ অক্টোবর ফিলিপাইনের শ্রম ও কর্মসংস্থান বিভাগ এটির সনদ দেয়। সনদ নাম্বার ১১৮৬৩।
ঠিকানা : ৪ এফ ক ৪০২ গেডিসকো টেরাস ১১৪৮ রক্সাস ব্লভদ , আরমিটা, ম্যানিলা বা টেলিফোন : +৬৩২ ৫২৪ ২৩৩৬, ৫২৪ ৪৮৮৮।

KAKAMMPI : এটি কমিউনিটি ভিত্তিক একটি সংগঠন। প্রবাসী ফিলিপিনো শ্রমিকদের পরিবারগুলো এবং দেশে ফেরত আসা শ্রমিকরা এই সংগঠন গড়ে তুলেছে। প্রবাসী ফিলিপিনো শ্রমিকদের স্বার্থ রক্ষায় এই সংগঠন গড়ে তোলা হয়। শ্রমিকরা কোনো সমস্যায় পড়লেও তা সমাধানে উদ্যোগী হয় এই সংগঠন। প্রবাসীদের সংগঠিত করা, এডভোকেসি করা, মামলা করা এবং প্রাতিষ্ঠানিক নেটওয়ার্কিং এর কাজ করে এই সংগঠন। প্রবাসীদের পরিবার কোনো সমস্যায় পড়লে এটি সহায়তা করে এবং পরিবারকে সহয়তার পদ্ধতি উন্নত করতে ও পরিবারের মতায়নে এই সংগঠন কাজ করে।
ঠিকানা: P.O. Box SM ১৯৩-১০০৮ Sta. Mesa Manila, Philippines
টেলিফোন: +৬৩২ ৪৩৫ ৪৫৮৪; টেলিফ্যাক্স+৬৩২৯২১ ৫৮১০, ই-মেইল : kakammpi@skyinet.net

ফিলিপাইন মাইগ্রান্টস রাইটস ওয়াচ: এটি নিবন্ধিত সিভিল সোসাইটি নেটওয়ার্ক। এটি প্রতিষ্ঠিত হয় ১৯৯৫ সালে। প্রবাসী ফিলিপিনোদের স্বীকৃতি, নিরাপত্তা নিশ্চিত করতে এটি কাজ করে। দেশের ভেতর যেমন তেমনি প্রবাসেও অভিবাসন প্রক্রিয়ায় এটি সহায়তা করে। এই সেন্টার শিক্ষা, নিরাপত্তার বিষয়ে দেশের বাইরে যাওয়ার আগে এবং ফেরত আসার পর সহায়তা দিয়ে থাকে।
ঠিকানা: ৭২ মাতাহিমি স্ট্রিট টিচার্রস ভিলেজ কোয়েজন সিটি, ফিলিপাইন;
টেলিফোন/ফ্যাক্স : +৬৩২ ৪৩৩ ০৬৮৪; ৯২০৫০০৩ ই-মেইল : cma@tri-isys.com
ওবেসাইট : http://www.pmrw.gov.ph/

গ্যাবরিয়েলা কমিশন অন ওভারসীজ ফিলিপিনাস :
ঠিকানা: ৩৫ স্কাউট ডেদগাদো স্ট্রিট, রোক্সস ডিসট্রিক্ট, কোয়েজন সিটি,
টেলিফোন: +৬৩২ ৩৭৪ ৩৪৫২; ফ্যাক্স: +৬৩২ ৩৭৪ ৪৪২৩, যোগাযোগ করবেন: রোজারিও পাদিলা।

স্কালাবরিনি মাইগ্রেশন সেন্টার:
ঠিকানা: ৪, ১৩ স্ট্রিট নিউ ম্যানিলা, ১১১২ কোয়েজন সিটি, পোস্ট বক্স ১০৩৪১ ব্রডওয়ে সেন্ট্রাম;
টেলিফোন: +৬৩২ ৭২৪-৩৫১২, ফ্যাক্স: +৬৩২ ৭২১-৪২৯৬ ই-মেইল: smc@smc.org.ph

ASILO DE SAN VICENTE DE PAUL:
ঠিকানা: প্যাকো, ম্যানিলা, টেলিফোন: +৬৩২ ৫২৩ ৫২৬/৫২২ ১৬৪৩
ফ্যাক্স: +৬৩২ ৫২২ ৮৬৯৬; ই-মেইল: asilomla@.yahoo.com

DIOCESE OF SAN FERNANDO OF LA UNION:
ঠিকানা: সানতিয়াগো, বাউয়ান, টেলিফোন: (০৭২) ৭০৫-০৫৫৩; ফ্যাক্স: ০৯১৮ ৯২০ ৩৫৭৮
ই-মেইল: ezrazre@.yahoo.com

COLEGIO DEL SAGRADA DE JESUS:
ঠিকানা: জেন. হাগেস স্ট্রিট, ইলোইলো সিটি, টেলিফোন: (০৩৩) ৩৩৬ ৯৪০৮
ফ্যাক্স: (০৩৩) ৩৩৭ ৪৬৫৪, ই-মেইল : srbecca@.yahoo.com

শ্রীলঙ্কা :

দ্যা শ্রীলঙ্কান ব্যুরো অব এমপ্লইমেন্ট: মধ্যপ্রাচ্যের দেশগুলোতে গমনেচ্ছু গৃহস্থালি কাজের শ্রমিকদের দেশ ছাড়ার আগে বিভিন্ন ওরিয়েন্টেশন প্রোগ্রামে প্রশিক্ষণ দিয়ে থাকে। এ প্রশিক্ষণের মেয়াদ ১২ দিন।
ঠিকানা : ২৩৪, দেনজিল কোবেকাদুয়া মাওয়াথা, কোসওয়াত্তা, বাত্তারামুল্লা শ্রীলঙ্কা।
টেলিফোন : +০৯৪ ১১ ২৮৬৪১০১

মাইগ্রান্ট সার্ভিস সেন্টার : প্রবাসী শ্রমিকদের সহায়তায় গঠিত ট্রেড ইউনিয়ন।
ঠিকানা : ১০, কাউন্সিল লেন, দেহিওয়ালা, টেলিফোন: +৯৪ ৭১৩ ৩৮৬

সেটিক-কারিতাস ক্যান্ডি : কাতুগাসতোতা রোড, ক্যান্ডি। টেলিফোন: +৯৪ ৭৭ ৩৫১ ৩০১৫-
+৯৪ ৮১ ৪৪৭ ১৬১৩; ফ্যাক্স: +৯৪ ৮১ ২২২ ২৭৭৫, ই-মেইল: setik@sltnet.lk

গুড শেফার্ড কনগ্রেগেশান: ১৩৩, আনান্দারাজাকরুনা মাওয়াথা কলোম্বো ১০।
টেলিফোন: +৯৪ ১১ ২৯৩ ০২৫৫; +৯৪ ১১ ২৯৩ ২৫৭৫

সেডেক-কারিতাস শ্রীলঙ্কা: ১৩৩, কিনসে রোড কলোম্বো ০৮; টেলিফোন: +৯৪ ১১ ২৬৯ ১৮৮৫;
ই-মেইল: kathflem12@yahoo.com

শ্রীলঙ্কা ক্যাথলিক ন্যাশনাল কমিশন ফর মাইগ্রান্টস: ১১, বোরেল্লা ক্রস রোড কলম্বো ৮।
ই-মেইল: slcncmigrants@sltnet.lk

ইথোপিয়া :

গুড শেফার্ড সিস্টারস : বোলে রোড আদ্দিস আবাবা। টেলি/ফ্যাক্স: +২৫১ ১ ৫৫১৩০৬২

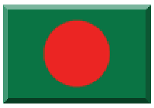
কারিতাস ইথোপিয়া : আদ্দিস আবাবা, ইথোপিয়া। ফোন: +২৫১ ১ ৫৫ ০৩ ০০;
ই-মেইল: ecs@telecom.net.et

ভারত :

কারিতাস ইন্ডিয়া : সিবিসিআই সেন্টার নয়াদিল্লী ১১০০১, গোলেদাক্খানার উল্টো দিকে।
ই-মেইল : director@caritasindia.org

ইরিত্রা :

কারিতাস ইরিত্রা : আসমারা, ইরিত্রা। ফোন : +২৯১ ১ ১৫ ১২ ৭৪/১২ ৫০ ০০;
ফ্যাক্স: +২৯১ ১ ১৫ ১১ ৮৬। ই-মেইল : ercsec@eol.com.er বা kimehret@gemel.com.er



বাংলাদেশ :

ব্যুরো অব ম্যান পাওয়ার, এমপ্লইমেন্ট অ্যণ্ড ট্রেনিং (BMET) : ৮৯/২ কাকরাইল, ঢাকা- ১০০০।
টেলিফোন : +৮৮ ০২ ৯৩৫৭৯৭২; ই-মেইল: bmet@bmet.org.bd; ওয়েবসাইট : www.bmet.gov.bd

বাংলাদেশ ওভারসিজ এমপ্লইমেন্ট অ্যণ্ড সার্ভিসেস লিমিটেড : (BOESL) ৭১-৭২ ইস্কাটন গার্ডেন (৫ম তলা)
প্রবাসী কল্যাণ ভবন, ঢাকা-১০০০, টেলিফোন : +৮৮ ০২ ৯৩৩৬৫০৮, +৮৮ ০২ ৯৩ ৬২৫১৫;
ই-মেইল : info@boesl.org.bd, ওয়েবসাইট : www.boesl.org.bd

OKUP **অভিবাসী কর্মী উন্নয়ন প্রোগ্রাম :** ৫৪২, মৃধা প্লাজা, দক্ষিণ দনিয়া, ঢাকা- ১২৩৬।
টেলিফোন: +৮৮ ০২ ৭৫৫৩৭৩৭; সেল : +৮৮ ০১৮১৯২২৪৩০৮, মোবাইল : +৮৮ ০১৮৪২৭৭৩৩০০;
ই-মেইল : okup.ent@gmail.com, ওয়েবসাইট : www.okup.org.bd

ওয়ারব ডেভালপমেন্ট ফাউন্ডেশন : বাড়ি নং বি ১৫৫ (৫ম তলা), সড়ক নং ২২, নিউ ডিওএইচ এস,
মহাখালী, ঢাকা-১২০৬। টেলিফোন : +৮৮ ০২ ৮৭৫৩৬১২, + ৮৮০২৯৮৮৫৪৩৬,
মোবাইল : +৮৮ ০১৮১৮৪২৭৭৩৯, ই-মেইল : warbe@bangla.net, ওয়েবসাইট : www.warbe.org

নেপাল :

কারিতাস নেপাল : ধোবিঘাট, ললিতপুর কাঠমান্ডু; টেলিফোন: +৯৭৭ ১ ৫৫৩৮১৭২/৯৭৭
+৯৭৭ ১, ৫৫৪৩৭২৬। ই-মেইল : caritas@mail.com.np

পুরাখি : চন্দল, কাঠমান্ডু, পোস্ট বক্স: ৭৬৪৭, কাঠমান্ডু নেপাল। টেলিফোন: +৯৭৭ ১ ৪৭২০৫৭৩
+৯৭৭ ১ ২০৮১৬৪৪, ফ্যাক্স: +৯৭৭ ১ ৪৭২০৫৭৩, ই-মেইল: pourakhi@mail.com.np

নেপালিজ ইনস্টিটিউট ফর ডেভেলপমেন্ট স্টাডিজ (এনআইডিএস): চন্দল, কাঠমান্ডু,
পোস্ট বক্স:৭৬৪৭, কাঠমান্ডু নেপাল। টেলিফোন: +৯৭৭ ১ ৪৪২১৫১১, +৯৭৭ ১ ৪৪১০৭৫৬,
ফ্যাক্স: +৯৭৭ ১ ৪৪২৭৩০৬, ই-মেইল : spluitel@graduate.hku.hk

নেপালিজ এসোসিয়েশন ফর ফরেন এমপ্লয়মেন্ট এজেন্সিজ : লাজিমপাত, কাঠমান্ড,
টেলিফোন: +৯৭৭ ১ ৪২৩০৩০, +৯৭৭ ১ ৪৪২৬৭১৭, ফ্যাক্স : +৯৭৭ ১ ৪৪২৬৭২০

পাকিস্তান :

কারিতাস পাকিস্তান : ২৩/৩ রেস কোর্স রোড লাহোর। টেলিফোন: ০০৯২-৪২-৬৩১৫৫৮৪/৫
ফ্যাক্স : ০০৯২-৪২-৬৩৬৮৭০৪, ই-মেইল : caritasred@yahoo.com

এনেক্স ৫ :

বাড়ির মেশিনপত্র এবং পরিস্কার করার যন্ত্রপাতি সহজে ব্যবহার করার উপায়

বাড়ির মেশিনপত্র এবং পরিস্কার করার যন্ত্রপাতি সহজে ব্যবহার করার উপায় যখন আপনি নতুন কাজ শুরু করবেন এই নতুন কাজের পরিবেশের সঙ্গে মানিয়ে নিতে আপনার ন্যূনতম ৩ মাস সময় লাগবে। কাজ শুরু করে বাড়ির জিনিসপত্র, যন্ত্রপাতি এবং পরিচ্ছন্নতার যন্ত্র কীভাবে নিরাপদে চালাতে হয় তা শিখে নিতে হবে। প্রত্যেক কর্মীর ভিন্ন ধরণের চাহিদা এবং অভ্যাস রয়েছে। সেকারণে, আপনার চাকরিদাতার কাছ থেকে বাড়ির জিনিসপত্র চালানোর কৌশল শিখে নিতে পারেন।

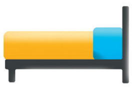
আপনি চাকরিদাতার কাছে কি কি যন্ত্র চালনা শিখতে পারেন সে সম্পর্কে নীচে গুরুত্বপূর্ন কিছু পরামর্শ দেয়া হলো-

বাড়ির জন্য :

- বৈদ্যুতিক প্লাগ নিরাপদে কীভাবে ব্যবহার করতে হয়
- জানালা, বারান্দা, সার্টার কীভাবে বন্ধ করতে হয়
- দরজায় তালা দিতে হয় কীভাবে
- গ্যাস, বিদ্যুৎ ও পানি সরবরাহ লাইন বন্ধ করতে হয় কীভাবে
- পানি কীভাবে গরম করতে হয়
- পরদা, মেঝে, কারপেট এবং জানালা কিভাবে ধুতে হয়
- কোণ পণ্য কীভাবে ব্যবহার করতে হয়
- আসবাবপত্র পরিষ্কার করতে হয় কীভাবে
- ভ্যাকুয়াম কিনার ব্যবহার করতে হয় কীভাবে

রান্নাঘর :

- খাবার সংরক্ষণ করতে হয় কীভাবে
- ময়লা ফেলতে হবে কোথায়
- ডিপফ্রিজ ব্যবহার করতে হয় কীভাবে এবং পরিষ্কার করতে হয় কীভাবে
- ওভেন, মাইক্রোওয়েভ, ব্লেন্ডার, কেতলি, মিক্সার, টোস্টার, কফি মেশিন ইত্যাদি ব্যবহার করতে হয় কীভাবে



শোবার ঘর :

- বিছানা পরিষ্কার করতে হয় কীভাবে
- বিছানার চাদর পাল্টাতে হবে কখন

পোশাক :

- কাপড় ধুতে হবে কীভাবে (হাত দিয়ে নাকি ওয়াশিং মেশিন দিয়ে)
- ওয়াশিং মেশিন ব্যবহার করতে হয় কীভাবে
  (প্রোগ্রাম, টেম্পারেচার, পাউডারের পরিমাণ)
- রঙিন কাপড় আলাদাভাবে ধুতে হয়
- ভেজা কাপড় শুকানোর জন্য কোথায় রাখতে হবে
- আয়রন ব্যবহার করতে হবে কীভাবে
- আয়রন করা কাপড় কীভাবে ভাঁজ করতে হবে এবং সেগুলো কোথায় রাখতে হবে

এনেক্স ৬ :
গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত অনাবাসী শ্রমিকদের দক্ষতা

সময়ের সর্বোচ্চ ব্যবহার :

টিপস : আপনার কাজের সময়ের সর্বোচ্চ ব্যবহার করুন; চিন্তা করে নিন কোন কাজটা আগে করবেন; কোন কাজটা করতে বেশি সময় লাগবে এবং শক্তি খরচ হবে। কোনটা আগে করবেন কোনটা পরে করবেন তা নিয়ে যদি আপনি দ্বিধান্বিত হয়ে পড়েন তাহলে আপনার চাকরিদাতার কাছে জেনে নিন কোনটা আগে করবেন। কাজের ফাকে অল্প সময়ের জন্য বিশ্রাম নিয়ে নিন।

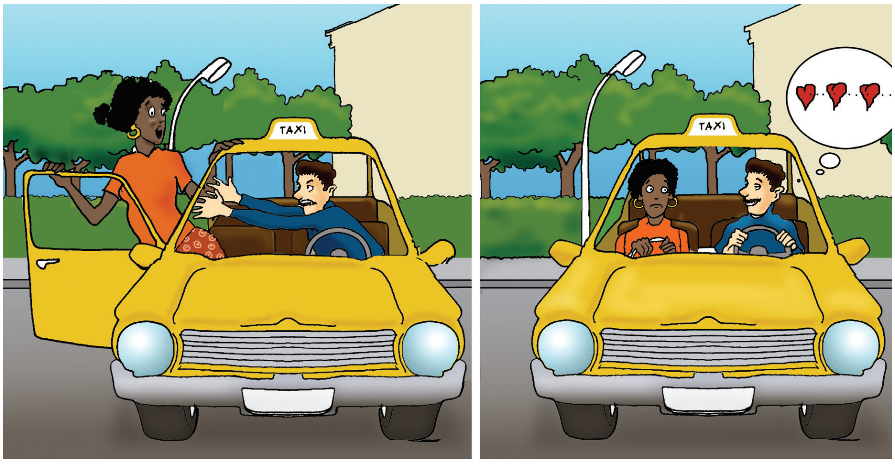
ভুল বোঝাবুঝি এড়িয়ে চলুন :

টিপস : আপনাকে যদি পরস্পরবিরোধী নির্দেশনা দেয়া হয় তাহলে চাকরিদাতার কাছে জেনে নিন তারা আসলে কোনটা চান। বিচলিত হবেন না হতাশ হবেন না। শান্তভাবে আপনার নিজের কথা পরিষ্কার করে বুঝিয়ে বলুন।

জটিল পরিস্থিতি মোকাবেলা :

টিপস : যেকোন জটিল পরিস্থিতি মোকাবেলা করার সবচেয়ে ভালো উপায় হলো, চাকরিদাতাকে চুক্তির শর্তগুলো মনে করিয়ে দেয়া। যেমন- প্রতি মাসে সঠিক সময়ে বেতন দেয়া, পূর্ন বেতন দেয়া। আপনি যদি নিশ্চিত হন যে, চাকরিদাতা বেতন দেবেন না বা দিতে পারবেন না তাহলে সহায়তা কামনা করুন।

বিপদে পড়লে কি ধরণের আচরণ করবেন :



টিপস : কাউকে অনাকাংখিত সুবিধা নেয়ার সুযোগ দেবেন না। অপরিচিত কারো সঙ্গে বন্ধুত্বপূর্ণ আচরণ করবেন না। ছবিতে দেখানো পরিস্থিতির মতো কোনো অবস্থায় পড়লে আগ্রাসী ব্যক্তির সঙ্গে আপনি দূরত্ব বজায় রাখুন। ট্যাক্সি থেকে নেমে পড়ুন এবং সাহায্য প্রার্থনা করুন।

এনেক্স ৭:
গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত অনাবাসী শ্রমিকদের কাজের চুক্তি

গণপ্রজাতন্ত্রী লেবানন
শ্রম মন্ত্রণালয়

গৃহস্থালি কাজে নিয়োজিত অনাবাসী শ্রমিকদের কাজের চুক্তি

চুক্তিকারী পক্ষ :

প্রথম পক্ষ (চাকরিদাতা) : নামঃ .... জাতীয়তা :......................
জন্মস্থান :........................ বাসস্থান : ....
বৈবাহিক অবস্থা :................ রেজিস্টারের ঠিকানা : ....
আইডি, ব্যক্তিগত নিবন্ধন সনদ :..
ঠিকানা : .... টেলিফোন :...............................

এবং

দ্বিতীয়প : (চাকরিপ্রার্থী) : নাম.................................. জাতীয়তা :... ....
পাসপোর্ট নাম্বার :................ ইস্যুর তারিখ :...................... মেয়াদ শেষ হওয়ার তারিখ....
জন্মস্থান :......................... বৈবাহিক অবস্থা : ....
বাসস্থানের ঠিকানা : ....

যেহেতু প্রথম পক্ষ তার জন্য একজন নারী/পুরুষ শ্রমিক নিয়োগ করতে চান যে গৃহস্থালি কাজে যোগ্য, অভিজ্ঞ এবং দক্ষ, যেহেতু দ্বিতীয় পক্ষ কাংখিত দক্ষতাসম্পন্ন, এবং যেহেতু দুই পক্ষ লেবাননের পারিবারিক রীতি-নীতি এবং মূল্যবোধের ভিত্তিতে কাজের চুক্তি করতে সম্মত হয়েছেন, পারস্পরিক প্রতিশ্রুতির ভিত্তিতে উভয় পক্ষ আইনগতভাবে নিম্নলিখিত শর্ত মেনে চলতে বাধ্য:

১) এই চুক্তির ভূমিকায় যা উল্লেখ করা হয়েছে চুক্তির অবিচ্ছেদ্য অংশ।
২) প্রথম পক্ষ সম্মত হয়েছেন যে, দ্বিতীয় পক্ষ তার বাড়ীতে গৃহস্থালী কাজ করবেন। বর্তমান চুক্তিতে যেসব শর্তের কথা উল্লেখ করা হয়েছে দ্বিতীয় প সেসব দতার অধিকারী এবং শর্ত অনুযায়ী কাজ করতে সম্মত।
৩) প্রথম পক্ষ দ্বিতীয় পক্ষকে এমন কোনো কাজ করতে বলবেন না যার কথা চুক্তিতে উল্লেখ নেই। চুক্তির বাইরে অন্য কোনো জায়গাতেও কাজ করতে বলবেন না।
৪) কাজের চুক্তির মেয়াদ তিন বছরের বেশি হতে পারবে না। আর প্রতি বছর এ চুক্তি নবায়ন করতে হবে।
৫) নোটারি পাবলিকের সামনে দুই পক্ষ যেদিন চুক্তি করবেন সেদিন থেকেই তা কার্যকর হতে হবে। এর মধ্যে তিন মাস ধরা হবে পরীক্ষামুলক হিসেবে।

৬) প্রথম পক্ষ দ্বিতীয় পক্ষকে প্রতি মাস শেষে চুক্তিতে উল্লিখিত বেতন দিবেন। বিলম্বের জন্য কোন যুক্তি বিবেচনায় ধরা যাবে না। নগদ অর্থ দিয়ে দ্বিতীয় পক্ষকে বেতন দিতে হবে। প্রতি মাসের বেতনের রশিদ থাকতে হবে যেখানে দুই পক্ষের স্বাক্ষর থাকবে। ব্যাংকের মাধমে বেতন দেয়া হলে তার রশিদেও দুই পরে স্বাক্ষর থাকতে হবে।

৭) দ্বিতীয় পক্ষ মনোযোগ দিয়ে আন্তরিকতার সঙ্গে দ্বিতীয় পক্ষের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করবেন। কাজ করার সময় কাজের নিয়ম, প্রথম পরে পরিবারের মূল্যবোধ, রীতি-নীতি এবং গোপনীয়তা মেনে চলতে হবে।

৮) প্রথম পক্ষ কাজের সুন্দর পরিবেশ নিশ্চিত করবেন এবং দ্বিতীয় পক্ষের চাহিদা পূরণ করবেন। এর মধ্যে রয়েছে খাবার, পোষাক এবং বাসস্থান। দ্বিতীয় পক্ষের গোপণীয়তা রক্ষার নিশ্চয়তাও দিতে হবে।

৯) প্রথম পক্ষ দ্বিতীয় পরে চিকিৎসা সুবিধাও নিশ্চিত করবেন। লেবাননের শ্রমমন্ত্রণালয় নির্দেশিত শর্ত অনুযায়ী মন্ত্রণালয়ের অনুমোদনপ্রাপ্ত ইন্সুরেন্স কোম্পানী থেকে দ্বিতীয় পক্ষকে ইন্সুরেন্স পলিসি করাতে সহায়তা করবেন প্রথম পক্ষ।

১০) প্রথম পক্ষ দ্বিতীয় পক্ষকে ওয়ার্ক পারমিট পেতে এবং লেবাননে বসবাসে অনুমতি পেতে সহায়তা করবেন। প্রথম পক্ষ এগুলো করবেন নিজের খরচে। প্রতি বছর এগুলো নবায়নও করবেন প্রথম পরে খরচে।

১১) প্রথম পক্ষ দ্বিতীয় পক্ষকে কর্ম ঘন্টা ঠিক করে দিবেন। এই কর্মঘন্টা বিরতিসহ ১০ ঘন্টার বেশী সময় হতে পারবে না। আর কর্মঘন্টা হবে নূন্যতম ৮ ঘন্টা। রাতে দ্বিতীয় পক্ষকে বিশ্রাম নিতে দিতে হবে।

১২) প্রথম পক্ষ দ্বিতীয় পক্ষকে সাপ্তাহিক ছুটি দিবেন। এই ছুটি নূন্যতম ২৪ ঘন্টা হতে হবে। এই শর্ত উভয় পরে চুক্তিতে উল্লেখ থাকতে হবে। দ্বিতীয় পক্ষ বছরে ৬ দিনের ছুটিও পাবেন। শর্ত প্রয়োগ এবং সুবিধা পেতে উভয় পক্ষ মিলে সময় নির্ধারণ করবেন।

১৩) প্রথম পক্ষ দ্বিতীয় পক্ষের দেশে ফেরার টিকিটের টাকাও জমা করে রাখবেন। তবে এর ব্যতিক্রম হতে পারে যদি চুক্তির ১৬ নাম্বার শর্ত প্রযোজ্য হয়।

১৪) প্রথম পক্ষ নিজের খরচে মাসে একবার দ্বিতীয় পক্ষের অভিভাবকের সঙ্গে টেলিফোনে কথা বলার সুযোগ দিবেন এবং চিঠি আদান-প্রদানের অনুমতি দিবেন। এর বাইরেও দ্বিতীয় পক্ষ কথা বলতে চাইলে নিজের খরচে কথা বলবেন।

১৫) কাজ করতে যেয়ে এবং কাজ করার সময় আহত হলে দ্বিতীয় পক্ষ বেতনসহ ১৫ দিনের ছুটি পাবেন এবং অর্ধেক বেতনসহ ১৫ দিন।

১৬) নিম্নলিখিত ঘটনা ঘটনা ঘটলে প্রথম পক্ষ আপনার সঙ্গে চুক্তি বাতিল করতে পারেন :

ক. দ্বিতীয় পক্ষ ইচ্ছাকৃতভাবে কোন ভুল করলে, অবজ্ঞা করলে, নির্যাতন করলে বা হুমকী দিলে বা প্রথম পক্ষের বা তার পরিবারের কোনো সদস্যের কোনো ক্ষতি সাধন করলে।

খ. দ্বিতীয় পক্ষ লেবাননের আইন অনুযায়ী কোন অপরাধ সংঘটিত করলে।উপরে উল্লিখিত পরিস্থিতিতে দ্বিতীয় প লেবানন ছাড়তে বাধ্য এবং লেবানন থেকে নিজ দেশে ফেরত যাওয়ার খরচ অর্থাৎ টিকেটের টাকা দ্বিতীয় পক্ষকেই দিতে হবে।

১৭) প্রথম পক্ষকে নিজ দায়িত্বে দ্বিতীয় পক্ষের সঙ্গে চুক্তি বাতিল করতে হবে নিম্নলিখিত পরিস্থিতিতে :

ক. প্রথম পক্ষ যদি একটানা তিন মাস দ্বিতীয় পক্ষকে বেতন না দেন।

খ. প্রথম পক্ষ বা তার পরিবারের কোন সদস্য দ্বিতীয় পক্ষকে শারীরিকভাবে পেটায় এবং যৌন নির্যাতন করে এবং নির্যাতনের ঘটনার পর শারীরিক পরীক্ষার পর এবং পুলিশ বা শ্রম মন্ত্রণালয় থেকে তদন্ত করবেন।

গ. প্রথম পক্ষ যদি দ্বিতীয় পক্ষকে চুক্তিতে উল্লিখিত পরিস্থিতির চেয়ে খারাপ পরিস্থিতিতে রাখেন। এসব ক্ষেত্রে প্রথম পক্ষ নিজের খরচে দ্বিতীয় পক্ষকে দেশে যেতে দিতে বাধ্য।

১৮) চুক্তি নিয়ে উভয় পক্ষের মধ্যে কোন মতবিরোধ দেখা দিলে শ্রম মন্ত্রণালয়ে বিরোধ মেটানোর অভিযোগ করতে হবে।

১৯) বিরোধ নিষ্পত্তিতে ব্যর্থ হলে যে কোনো পক্ষ লেবাননের আদালতের শরণাপন্ন হতে পারেন।

২০) এই চুক্তি নোটারি পাবলিকের কাছে আরবি, ইংরেজি এবং ফরাসি ভাষায় হতে হবে এবং চুক্তিতে উভয় পক্ষ সই করবেন। চুক্তির কপি উভয় পক্ষের কাছে সংরক্ষিত থাকবে।

প্রথম পক্ষ	**দ্বিতীয় পক্ষ**

নোটারি পাবলিকের ব্যবহারের জন্য

বেতনের রশিদ বই

টাকার পরিমান	স্থানীয় মুদ্রা ($ or L.L)	তারিখ

এই গাইডটি ব্যবহার করবেন কিভাবে ?

এই তথ্য গাইড মোট বারটি ভাষায় প্রস্তুত করা হয়েছে আমহারিক, বাংলা, ইন্দোনেশিয়ান বাহাসা, মালাগাসি, তামিল, আরবি, ইংরেজি, ফরাসি, নেপালি, সিংহলি, তালাগাস এবং ভিয়েতনামী। এ তত্ত্ব গাইড লেবাননে গৃহস্থালী কাজে নিয়োজিত বিভিন্ন দেশের শ্রমিকদের মধ্যে পরীক্ষা করা হয়েছে।

এই তথ্য গাইড সরবরাহ করা হবে নিম্নলিখিত আইএলও অফিসগুলো থেকে।

আইএলও রিজিওনাল অফিস ফর আরব স্টেটস

আইএলও অফিস	ঠিকানা	টেলিফোন	কোন ভাষার গাইড	যোগাযোগ পদবী	ই-মেইল
আইএলও রিজিওনাল অফিস ফর আরব স্টেটস (বৈরুত)	এরিস্কো সেন্টার জাস্টিনিন স্ট্রিট পি.ও. বক্স ১১-৪০৮৮ রিয়াদ এল সোলহ ১১০৭-২১৫০ বৈরুত লেবানন	+৯৬১১ ১৭৫২৪০০	ইংরেজি, আরবি এবং ফরাসি	রিহাম রশিদ তথ্য ও যোগাযোগ সহকারী তানিয়া মাশাদ প্রজেক্ট সহাকারী	rached@ilo.org massad@ilo.org

আইএলও এশিয়া এবং পেসিফিক রিজিয়নের স্থানীয় প্রতিনিধি

আইএলও অফিস	ঠিকানা	টেলিফোন	কোন ভাষার গাইড	যোগাযোগ পদবী	ই-মেইল
আইএলও স্থানীয় প্রতিনিধি নেপাল (কাঠমান্ডু)	ইউ এন হাউস, পুলচক জিপিও বক্স ১০৭ কাঠমান্ডু, নেপাল	+৯৭৭ ১ ৫৫৫৫৭৭৭ -এক্সটেনশন ১১৩	নেপালি	সেলোমান রাজবংশী প্রোগ্রাম অফিসার	saloman@ilo.org
আইএলও স্থানীয় প্রতিনিধি শ্রীলংকা (কলম্বো)	বৌদ্ধালোকা মাওয়াথা কলম্বো ৭	+৯৪ ০ ১১ ২৫৯২৫২৫ -এক্সটেনশন : ২৯৩	সিংহলি তামিল	প্রামো ওয়েরাসিকারা প্রোগ্রাম অফিসার অভিবাসী ফোকাল পয়েন্ট	Pramo@ilo.org
আইএলও স্থানীয় প্রতিনিধি বাংলাদেশ (ঢাকা)	বাড়ি নং-১২, সড়ক নং- ১২ ধানমন্ডি, আ/এ ঢাকা-১২০৯ বাংলাদেশ	+৮৮০ ২ ৯১১ ২৮৩৬ + ৮৮০ ২ ৮১১৪৭০৫	বাংলা	শাহাবুদ্দিন খান প্রোগ্রাম অফিসার	skhan@ilo.org
আইএলও স্থানীয় প্রতিনিধি ফিলিপিন (মেনিলা)	আইএলও/ইউএন ১৯ তলা, ইউচেঙ্কো টাওয়ার আরসিবিসি প্লাজা, ৬৮১৯ আয়ালা এভিনিউ মাকাটি সিটি ফিলিপিন	+৬৩২ ৫৮০ ৯৯০০	তালাগাস	হিলদা টিডালগো সিনিয়র প্রোগ্রাম সহকারী	tidalgo@ilo.org
আইএলও স্থানীয় প্রতিনিধি ভিয়েতনাম (হেনই)	৪৫-৫০ এনগুয়েন থাই হক স্ট্রীট হেনই, ভিয়েতনাম	+৮৪ ৪ ৩৭৪৭৮৮১৬ এক্সটেনশন : ১১১	ভিয়েতনামী	এনগুয়েন থাই মাই থুয়ে ন্যাশনাল প্রজেক্ট কোঅর্ডিনেটর	thuy@ilo.org
আইএলও স্থানীয় প্রতিনিধি ইন্দোনেশিয়া (জাকার্তা)	মিনারা থামরিন ২২ তলা জালান এমএইচ থামরিন ক্যাভ. ৩ জাকার্তা ১০২৫০ ইন্দোনেশিয়া	+৬২ ২১ ৩৯১ ৩১১২ এক্সটেনশন : ১১৬	বাহাসা	দাইয়াহ রেটনো সুদারতো প্রোগ্রাম অফিসার	dyah@ilo.org

আইএলও আফ্রিকা রিজিওনের স্থানীয় অফিস

আইএলও অফিস	ঠিকানা	টেলিফোন	কোন ভাষার গাইড	যোগাযোগ পদবী	ই-মেইল
আইএলও মাদাগাসকার অফিস আন্তানানারিভো	মেইসন কম্মিউন দেজ ন্যাশনস ইউনিস জোন গ্যাক্সি আন্দ্রাহারো আন্তানানারিভো ১০১ আন্তানানারিভো মাদাগাসকার	+২৬১ ২৩ ৩০০ ৯২/৯২/৯৪ - এক্সটেনশন : ৩০১৫	মালাগাসি	খ্রিস্টান এন্টসে আইএলও ডাইরেক্টর স্থানীয় প্রতিনিধি মাদাগাসকার কমোরোস, ডিজিবওটি, মরিসাস এবং সেইচিলেস	ntsay@ilo.org
আইএলও রিজিওনাল অফিস আফ্রিকা (ইথোপিয়া)	আফ্রিকা হল, ৬ তলা, মিনিলিক দুই এভিনিও আদ্দিস আবাবা, ইথোপিয়া পি.ও.বক্স ২৭৮৮, ২৫৩২	+২৫১ ১১৫ ৫১৪৩১৩ - এক্সটেনশন : ৩৪৪১৬	আমহারিক	কিদিস্ট চালা প্রোগ্রাম সহকারী	kidist@ilo.org

অন-লাইন ভার্সন

আপনি সহজেই এই গাইডে ঢুকতে পারেন www.mdwguide.com এই অন-লাইন ভার্সন প্রতিনিয়ত নতুন তথ্য সমৃদ্ধ এবং লেবাননে অভিবাসী গৃহস্থালি কর্মীদের সেবার জন্য সরকারি এবং বেসরকারি সংগঠন দ্বারা পরিচালিত।

যাদের অর্থায়নে এই গাইডটি উপস্থাপিত হলো:

Project funded by the European Union

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Agency for Development
and Cooperation SDC

আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থা
আরব দেশগুলোর জন্য আঞ্চলিক অফিস

ISBN: 978-92-2-825843-1

9 789228 258431