



Bangladesh

Pre-employment training and orientation for departing migrants and migrant workers (PEOS)

বাংলাদেশ থেকে বিদেশ গমনেচ্ছু অভিবাসী কর্মীদের প্রাক-অভিবাসন প্রশিক্ষণ এবং অবহিতকরণ হ্যান্ডবুক

(in English and Bengali)



Table of content

Foreword	4
About Migrant Resource Centres Bangladesh.....	6
অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র বাংলাদেশ সম্পর্কে ধারণা	6
Abbreviations.....	8
সংক্ষেপণ সমূহঃ	8
Introduction to the handbook	9
হ্যান্ডবুক পরিচিতি	9
Migration terms glossary.....	11
অভিবাসন বিষয়ক শব্দকোষ [১]	11
TRAINING MODULES	18
Getting Started - Introduction to the training course.....	18
ট্রেনিং মডিউল সমূহ.....	18
How to use the training handbook.....	18
MODULE 1. FACTORS TO CONSIDER BEFORE DECIDING TO WORK OVERSEAS	23
মডিউল ১. বিদেশে কাজ করার আগে বিবেচনা করার বিষয়গুলি.....	23
Session 1 - The decision to seek a job overseas	23
সেশন ১ - বিদেশে চাকরি খোঁজার সিদ্ধান্ত	24
Session 2 - Involving the family members.....	34
সেশন ২ - পরিবারের সদস্যদের অন্তর্ভুক্তি করা.....	35
Session 3 - Where to migrate	43
সেশন ৩ - কোথায় অভিবাসন করবেন	43
Session 4 - Understanding changes linked to working abroad	53
সেশন ৪ - বিদেশে কাজ করার সাথে যুক্ত পরিবর্তনগুলি সম্পর্কে জানা.....	53
Challenge Yourself.....	63
নিজেকে চ্যালেঞ্জ করুন.....	63
MODULE 2. MIGRATION PROCESS.....	65
মডিউল ২ অভিবাসন প্রক্রিয়া	65
Session 1 - Legal migration procedures (exit, entry, length of stay)	65
সেশন ১ - বৈধ অভিবাসন প্রক্রিয়া (প্রস্থান, প্রবেশ, থাকার সময়কাল).....	66
Session 2 - Recruitment system in Bangladesh	76
সেশন- ২ বাংলাদেশের অভিবাসন নিয়োগ ব্যবস্থা	76
Session 3 - Prevention mechanisms	89

সেশন ৩- প্রতিরোধ পদ্ধতি.....	89
Session 4 - Employment contract	91
সেশন ৪ - কর্মসংস্থান চুক্তি.....	91
Challenge Yourself.....	96
নিজেকে চ্যালেঞ্জ করুন.....	96
MODULE 3. IRREGULAR MIGRATION.....	98
মডিউল ৩। অনিয়মিত অভিবাসন	98
Session 1 - Irregular migration and human trafficking.....	98
সেশন ১ অনিয়মিত অভিবাসন এবং মানব পাচার.....	98
Session 2 - Human trafficking and smuggling	104
সেশন ২ - মানব পাচার এবং চোরাচালান.....	105
Session 3 - Vulnerabilities of migrant workers	109
সেশন ৩ - অভিবাসী কর্মীদের ক্ষতিকারক দিক সমূহ.....	109
Session 4 - How to protect yourself	113
সেশন ৪- কিভাবে নিজেকে রক্ষা করবেন	113
Challenge Yourself.....	118
নিজেকে চ্যালেঞ্জ করুন.....	119
MODULE 4. SPECIFIC CASES OF MIGRANT WORKERS	121
মডিউল ৪। অভিবাসী শ্রমিকদের নির্দিষ্ট ঘটনা সমূহ.....	121
Session 1 - Common problems experienced by migrant workers.....	121
সেশন ১ - অভিবাসী শ্রমিকদের সাধারণ সমস্যা সমূহ	121
Session 2 - Domestic workers.....	127
সেশন-২ গৃহকর্মী.....	127
Session 3 - Skilled migrant workers	133
সেশন ৩- দক্ষ অভিবাসী শ্রমিক.....	134
Session 4 - Migrant women.....	138
সেশন ৪- অভিবাসী নারী	138
Challenge Yourself.....	143
নিজেকে চ্যালেঞ্জ করুন.....	143

Foreword

Your decision to work abroad is like every other decision in your life: make sure you know your goal and how to get there. The ability to earn bigger salaries when working abroad sounds very attractive. However, the decision to migrate elsewhere or to stay in Bangladesh is not an easy one, and you need practical preparations and a good plan for moving to a new country while preventing your worries turning into reality.

ভূমিকা

আপনার বিদেশে কাজ করার সিদ্ধান্তটি আপনার জীবনের অন্যান্য সিদ্ধান্তের মতোই: আপনার নিজের লক্ষ্য এবং সেখানে কীভাবে পৌঁছবেন এ বিষয়ে নিশ্চিত হয়ে নিন। বিদেশে কাজ করে বেশি ইনকাম করাটা খুব আকর্ষণীয় বলে মনে হয়। যাইহোক, বিদেশে যাওয়া অথবা বাংলাদেশে থাকা যাওয়া এ বিষয়ে সিদ্ধান্ত নেওয়া সহজ কাজ নয় এবং একটি নতুন দেশে যাওয়ার জন্য যখন আপনার বাস্তবসম্মত প্রস্তুতি এবং একটি ভাল পরিকল্পনা থাকবে তখন আপনার সবকিছু পরিকার হয়ে যাবে।

This **Handbook on pre-emigration training and orientation for migrant workers** is prepared by the International Centre for Migration Policy Development (ICMPD) as part of the project “Improving Migration Management in the Silk Routes Countries” supported by the European Union. It provides you with the information you need and to help you make a well-informed decision about working abroad.

ইউরোপীয় ইউনিয়নের সহায়তায় "সিল্ক রুট দেশে অভিবাসন ব্যবস্থাপনা উন্নয়ন" প্রকল্পের অংশ হিসেবে ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর মাইগ্রেশন পলিসি ডেভেলপমেন্ট (আইসিএমপিডি) কর্তৃক **অভিবাসী শ্রমিকদের প্রাক-অভিবাসন প্রশিক্ষণ এবং ওরিয়েন্টেশনের উপর এই হ্যান্ডবুকটি** তৈরি করা হয়েছে। এটি আপনাকে প্রয়োজনীয় তথ্য প্রদান করবে এবং বিদেশে কাজ করার ব্যাপারে আপনাকে সবকিছু জেনে বুঝে একটি ভালো সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে সহায়তা করবে।

The Handbook contains information about several topics to help Bangladeshis who are interested in working abroad. It contributes to the process of preparing you in advance to make informed decisions regarding migration, to craft your path towards safe migration, and to avail yourself of the best terms and conditions in working and living overseas. The handbook focuses on information needed by workers who have not yet decided to migrate.

হ্যান্ডবুকটিতে বিদেশে কাজ করতে আগ্রহী বাংলাদেশীদের সহায়তা করার জন্য বেশ কয়েকটি বিষয় সম্পর্কিত তথ্য রয়েছে। এটি আপনাকে অভিবাসনের বিষয়ে অবহিত সিদ্ধান্ত গ্রহণ, নিরাপদ অভিবাসনের দিকে আপনার পথ তৈরিতে সহায়তা এবং বিদেশে কাজ করার এবং জীবনযাপনের সর্বোত্তম পন্থা অর্জনের জন্য আপনাকে আগাম প্রস্তুতিগ্রহণপ্রক্রিয়ায় অবদান রাখবে। হ্যান্ডবুকটিতে শ্রমিকদের প্রয়োজনীয় তথ্যের উপর জোর দেয়া হয়েছে যারা এখনো অভিবাসন করার সিদ্ধান্ত গ্রহণ করেননি।

In this handbook, you will find information about factors to consider in deciding to seek employment overseas; how and why to take into consideration your family; advice on how to select a destination country or a recruitment agency; “dos and don’ts” on overseas works; the safe, regular and orderly migration from Bangladesh; and the risks or dangers and consequences of irregular migration, illegal recruitment, trafficking of human beings, smuggling of people, and related issues and challenges. A special section is covering the particularities of domestic care, high skilled workers, and women in the migration process.

এই হ্যান্ডবুকে, আপনি বিদেশে কর্মসংস্থান খোঁজার সিদ্ধান্ত নেওয়ার বিষয়গুলি সম্পর্কে তথ্য পাবেন; কিভাবে এবং কেন আপনার পরিবারকে বিবেচনা করতে হবে; কিভাবে একটি গন্তব্য দেশ বা রিক্রুটমেন্ট এজেন্সি নির্বাচন করতে হয় সে সম্পর্কে উপদেশ; বিদেশী কাজের ক্ষেত্রে “করনীয় এবং করনীয় নয়”; বাংলাদেশ থেকে নিরাপদ, নিয়মিত এবং সুশৃঙ্খল অভিবাসন; এবং অনিয়মিত অভিবাসন, অবৈধ নিয়োগ, মানব পাচার, মানুষ পাচার, এবং সংশ্লিষ্ট বিষয় এবং চ্যালেঞ্জের ঝুঁকি বা বিপদ এবং ফলাফল সমূহ সম্পর্কে জানতে পারবেন। এখানে একটি বিশেষ বিভাগ হলো গৃহস্থলীর যত্ন, উচ্চ দক্ষ কর্মী এবং মাইগ্রেশন প্রক্রিয়াতে মহিলাদের বিশেষত্বগুলি তুলে ধরা হয়েছে।

As deciding to work abroad requires adjustments of work and life attitude, we encourage you to read this handbook and, if possible, to take advantage of the possibility to participate in one of the PEOS classes offered by relevant government agencies or the Migrant Resource Centres (MRCs). Once this training is completed, we are confident it will help you to make an informed decision with realistic expectations, self-knowledge, and a good plan to work abroad.

বিদেশে কাজ করার সিদ্ধান্ত নেওয়ার সাথে সাথে বিদেশের কাজ এবং বিদেশ জীবনের আচার ব্যবহারের সাথে সামঞ্জস্য প্রয়োজন, আমরা আপনাকে এই হ্যান্ডবুকটি পড়তে উৎসাহিত করছি এবং যদি সম্ভব হয় তবে সরকার অথবা অভিবাসী তথ্য কেন্দ্রের পিইওএস ক্লাসের একটিতে অংশ নেওয়ার সুযোগ নিতে উৎসাহিত করেছি। এই প্রশিক্ষণটি শেষ হয়ে গেলে, আমরা বিশ্বাস করি যে এটি আপনাকে বাস্তবসম্মত প্রত্যাশা, স্ব-জ্ঞান এবং বিদেশে কাজ করার জন্য একটি ভাল পরিকল্পনা সহ একটি সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সহায়তা করবে।

This handbook is an evolving document that will be expanded or updated regularly when new information, policy, programmes or services are available as relevant to Bangladesh. All information within this handbook is accurate at the time of publication but may be subject to change.

এই হ্যান্ডবুকটি একটি বিবর্তিত নথি যা নিয়মিতভাবে প্রসারিত অথবা আপডেট করা হবে যখন বাংলাদেশের সাথে সম্পর্কিত নতুন তথ্য, নীতি, প্রোগ্রাম বা পরিষেবা পরিবর্তন হবে। এই হ্যান্ডবুকের মধ্যে থাকা সমস্ত তথ্য প্রকাশের সময় সঠিক, তবে এটি পরিবর্তিত হতে পারে।

Acknowledgements

This Handbook was developed by ICMPD staff working on migration issues, with materials provided by consultants in their fields of expertise, in particular, Ms. Mihaela Matei. Peer reviewers included ICMPD officers at the headquarters as well as at the country level such as the Country Coordinators, MRC Coordinators and Counsellors, and government counterparts.

প্রাপ্তি স্বীকার

এই প্রশিক্ষণ হ্যান্ডবুকটি মাইগ্রেশন ইস্যুতে কাজ করা আইসিএমপিডি স্টাফদের দ্বারা তৈরি করা হয়েছে, এতে অন্তর্ভুক্ত বিভিন্ন বিষয়গুলো বিশেষজ্ঞদের সাথে পরামর্শ করে নেয়া হয়েছিল, বিশেষ করে মিসেস মাইহালা মাতেই। পিয়ার রিভিউয়ারগুলিতে আইসিএমপিডি অফিসার যেমন কান্ট্রি কোঅর্ডিনেটর, এমআরসি কো-অর্ডিনেটর এবং কাউন্সেলর এবং উর্ধ্বতন এবং মাঠ পর্যায়ের সরকারী কর্মকর্তাগণ অন্তর্ভুক্ত ছিলেন।

About ICMPD

The International Centre for Migration Policy Development (ICMPD) is an international organisation with 18 Member States and more than 250 staff members. Active in more than 90 countries worldwide, it takes a regional approach in its work to create efficient cooperation and partnerships

along migration routes. Priority regions include Africa, Central and South Asia, Europe and the Middle East. Its three-pillar approach to migration management – structurally linking research, migration dialogues and capacity building – contributes to better migration policy development worldwide. The Vienna-based organisation has a mission in Brussels, a regional office in Malta and project offices in several countries. ICMPD receives funding from its Member States, the European Commission, the UN and other multilateral institutions, as well as bilateral donors. Founded in 1993, ICMPD holds UN observer status and cooperates with more than 700 partners, including EU institutions and UN agencies.

আইসিএমপিডি সম্পর্কে

ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর মাইগ্রেশন পলিসি ডেভেলপমেন্ট (আইসিএমপিডি) একটি আন্তর্জাতিক সংস্থা যেখানে ১৭ টি সদস্য দেশ এবং ২৫০ এর বেশি স্টাফ রয়েছে। বিশ্বব্যাপী ৯০ টিরও বেশী দেশে সক্রিয় রয়েছে, মাইগ্রেশন রুটগুলিতে দক্ষ সহযোগিতা এবং অংশীদারিত্ব তৈরি করতে আঞ্চলিক দৃষ্টিভঙ্গি নিয়ে কাজ করে থাকে। অগ্রাধিকার ভিত্তিতে এই অঞ্চলগুলির মধ্যে আফ্রিকা, মধ্য ও দক্ষিণ এশিয়া, ইউরোপ এবং মধ্য প্রাচ্য অন্তর্ভুক্ত। মাইগ্রেশন ম্যানেজমেন্ট এর ক্ষেত্রে এর ত্রি-স্তরের দৃষ্টিভঙ্গি রয়েছে - কাঠামোগতভাবে গবেষণা, মাইগ্রেশন সংলাপ এবং দক্ষতা বৃদ্ধি - যা বিশ্বব্যাপী মাইগ্রেশন নীতি উন্নয়নে অবদান রাখছে। ভিয়েনা-ভিত্তিক এই সংস্থাটির ব্রাসেলসে একটি মিশন রয়েছে, মাল্টায় এর একটি আঞ্চলিক অফিস এবং বেশ কয়েকটি দেশে প্রকল্প অফিস রয়েছে। আইসিএমপিডি তার সদস্য দেশগুলি, ইউরোপীয়ান ইউনিয়ন কমিশন, ইউএন এবং অন্যান্য বহুপাক্ষিক সংস্থাগুলির পাশাপাশি দ্বিপাক্ষিক দাতাদের কাছ থেকে তহবিল গ্রহণ করে। এটি ১৯৯৩ সালে প্রতিষ্ঠিত হয়, আইসিএমপিডি ইউএন পর্যবেক্ষকের মর্যাদা ধারণ করেছে এবং ইউইউ সংস্থা এবং ইউএন এজেন্সি সহ ৭০০ টিরও বেশি অংশীদারদের সাথে সহযোগিতা করেছে।

Mission of ICMPD

Making migration and mobility of people orderly, safe, and regular, including through the implementation of planned and well-managed migration policies.

আইসিএমপিডি এর মিশন

সু-পরিকল্পিত এবং সু-পরিচালিত মাইগ্রেশন নীতি বাস্তবায়নের মাধ্যমে মানুষের অভিবাসন এবং গতিশীলতাকে সুশৃঙ্খল, নিরাপদ এবং নিয়মিত করা।

About Migrant Resource Centres Bangladesh

Migrant Resource Centres in Bangladesh are structures with multiple roles under the supervision of the Ministry of Expatriates Welfare and Overseas Employment (MEWOE) and integrated within the Bureau of Manpower, Employment and Training (BMET), and District Employment and Manpower Office (DEMO).

অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র বাংলাদেশ সম্পর্কে ধারণা

অভিবাসী তথ্য কেন্দ্রগুলি হলো বহুমুখী কার্যক্রমের একটি কাঠামো যা প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়ের তত্ত্বাবধানে এবং জনশক্তি, কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরো (বিএমইটি), এবং জেলা কর্মসংস্থান ও জনশক্তি অফিস (ডেমো) এর সাথে একীভূত হয়ে কাজ করে।

The mission of MRCs

The MRCs are functional, effective, responsive, reliable, and trusted information providers within the government of Bangladesh, able to provide accurate, timely, and comprehensive information and advice to aspiring migrants and their families.

এমআরসি এর মিশন:

এমআরসি হলো বাংলাদেশ সরকারের কর্মপরিধির মধ্যে কার্যকরী, কার্যোপযোগী, প্রতিক্রিয়াশীল, নির্ভরযোগ্য এবং বিশ্বস্ত তথ্য সরবরাহ করা, অভিবাসী এবং তাদের পরিবারকে সঠিক, সমন্বয়যোগ্য, এবং বিস্তারিত তথ্য এবং পরামর্শ প্রদান করতে সক্ষম।

The functions of MRCs:

- Serve as a one-stop information hub on migration-related matters
- Act as a referral platform or structure for other needs and services of migrants and their families
- Provide counselling and guidance to prospective and departing migrants
- Conduct capacity building and training both for government officers and for potential migrants
- Conduct research and develop information, education and knowledge materials
- Engage with various stakeholders at the national and local level
- Ensure regular monitoring and evaluation of related activities

এমআরসি এর কার্যক্রমসমূহ:

- মাইগ্রেশন সম্পর্কিত বিষয়গুলিতে ওয়ান স্টপ তথ্য সেবা কেন্দ্র হিসেবে কাজ করে।
- অভিবাসী এবং তাদের পরিবারের অন্যান্য প্রয়োজন এবং পরিষেবার জন্য রেফারেল প্ল্যাটফর্ম বা কাঠামো হিসাবে কাজ করে।
- সম্ভাব্য এবং প্রস্থানকারী অভিবাসীদের পরামর্শ ও দিক-নির্দেশনা সরবরাহ করে।
- সরকারী কর্মকর্তা এবং সম্ভাব্য অভিবাসী উভয়েরই দক্ষতা বৃদ্ধি এবং প্রশিক্ষণ পরিচালনা করে।
- গবেষণা পরিচালনা এবং তথ্য, শিক্ষা এবং জ্ঞানের উপকরণ সমূহ তৈরী করা।
- জাতীয় এবং স্থানীয় পর্যায়ে বিভিন্ন স্টেকহোল্ডারদের অন্তর্ভুক্তি।
- প্রাসঙ্গিক কার্যক্রমের নিয়মিত পর্যবেক্ষণ এবং মূল্যায়ন নিশ্চিতকরণ।

Disclaimer

The designations employed in this publication do not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of the EU or ICMPD concerning the legal status of any country, area or territory, of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers. Reference to names of firms and commercial products and processes does not imply their endorsement by the EU or ICMPD and any failure to mention a particular firm, commercial product or process is not a sign of disapproval.

This handbook is intended to be a resource for informational purposes only and cannot be counted as a legal advice or instruction.

দায়বদ্ধতা

এই প্রকাশনায় নিযুক্ত পদবি ইইউ বা আইসিএমপিডি'র পক্ষ থেকে যে কোনও দেশ, অঞ্চল বা তার কর্তৃপক্ষের অঞ্চল বা তার সীমান্তের সীমানা সম্পর্কিত, আইন সম্পর্কিত অবস্থা সম্পর্কে যে কোনও মত প্রকাশের ইঙ্গিত দেয় না। সংস্থাগুলি এবং বাণিজ্যিক পণ্য এবং প্রক্রিয়াগুলির নাম উল্লেখ ইইউ বা আইসিএমপিডি দ্বারা তাদের অনুমোদনের ইঙ্গিত দেয় না এবং কোনও নির্দিষ্ট ফার্ম, বাণিজ্যিক পণ্য বা প্রক্রিয়া উল্লেখ করতে কোনও ব্যর্থতা অস্বীকৃতির লক্ষণ নয়।

এই হ্যান্ডবুকটি কেবল তথ্যের উৎস হিসেবে তৈরি করা হয়েছে এবং এটি কোন আইনী পরামর্শ বা নির্দেশন হিসাবে গণনা করা যাবে না।

Abbreviations

BAIRA	Bangladesh Association of International Recruiting Agencies
BOESL	Bangladesh Overseas Employment and Services Limited
BMET	Bureau of Manpower, Employment and Training
DEMO	District Employment and Manpower Office
ICMPD	International Centre for Migration Policy Development
IMT	Institute of Marine Technology
MOFA	Ministry of Foreign Affairs
MOHA	Ministry of Home Affairs
MoED	Ministry of Education
MoEWOE	Ministry of Expatriates' Welfare and Overseas Employment
MRC	Migrant Resource Centre
PDOS	Pre-departure training and orientation for migrant workers
PEOS	Pre-emigration training and orientation for migrant workers
PKB	Probashi Kallayan Bank
PRA	Private Recruitment Agency
RPL	Recognition of Prior Learning
TK.	Bangladeshi taka – local currency
TTC	Technical Training Centre
USD	United States Dollar
WEWB	Wage Earners' Welfare Board

সংক্ষেপণ সমূহঃ

বায়রা	বাংলাদেশ এসোসিয়েশন অফ ইন্টারন্যাশনাল রিক্রুটিং এজেন্সি
বোয়েসেল	বাংলাদেশ ওভারসিজ এমপ্লয়মেন্ট এন্ড সার্ভিসেস লিমিটেড
বিএমইটি	ব্যুরো অফ ম্যানপাওয়ার, এমপ্লয়মেন্ট এন্ড ট্রেনিং
ডেমো	ডিস্ট্রিক্ট এমপ্লয়মেন্ট এন্ড ম্যানপাওয়ার অফিস
আইসিএমপিডি	ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর মাইগ্রেশন পলিসি ডেভেলপমেন্ট
আইএমটি	ইনস্টিটিউট অফ মেরিন টেকনোলজি
এমওফা	পররাষ্ট্র মন্ত্রণালয়
এমএইচএ	স্বরাষ্ট্র মন্ত্রণালয়
এমওইডি	শিক্ষা মন্ত্রণালয়
এমওইডব্লিউ ই	প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়
এমআরসি	অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র
পিডিওএস	অভিবাসী শ্রমিকদের জন্য প্রাক-প্রস্থান প্রশিক্ষণ এবং ওরিয়েন্টেশন
পিইওএস	প্রাক-অভিবাসন প্রশিক্ষণ এবং অভিবাসী শ্রমিকদের জন্য ওরিয়েন্টেশন
পিকেবি	প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংক
পিআরএ	প্রাইভেট রিক্রুটমেন্ট এজেন্সি
আরপিএল	শিক্ষণের পূর্বে স্বীকৃতি
টাকা	বাংলাদেশী টাকা - স্থানীয় মুদ্রা
টিটিসি	টেকনিক্যাল ট্রেনিং সেন্টার
ইউএসডি	মার্কিন ডলার
ডবলুইডবলু বি	ওয়েজ আরনার কল্যাণ বোর্ড

Introduction to the handbook

Target audiences

This training handbook is intended for use during training courses being taught before the migrant worker decided to leave the country to work abroad.

Target participants may include:

- TVET graduates who are looking to have an overseas job offer
- present TVET learners who are considering to go abroad to acquire a job after completing the course
- would-be migrants who are in the process of applying for jobs abroad or entering into the recruitment processes
- family members of would-be migrants.

In a broader perspective, this training handbook also targets the general people to foster a common understanding among them regarding safe, regular and orderly migration process.

হ্যান্ডবুক পরিচিতি

এই হ্যান্ডবুকটি যাদের উদ্দেশ্যে করা হয়েছে

এই প্রশিক্ষণ পুস্তিকা বা হ্যান্ডবুকটি প্রশিক্ষণ কোর্স চলাকালীন সময় ব্যবহারের উদ্দেশ্যে করা হয়েছে যখন অভিবাসী শ্রমিক দেশ ছেড়ে বিদেশে কাজ করার সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে।

যারা সম্ভাব্য অংশগ্রহণকারী হিসাবে অন্তর্ভুক্ত হবেনঃ

- টিভিইটি গ্র্যাজুয়েট যারা বিদেশী চাকরী নিয়ে যাচ্ছেন।
- বর্তমান টিভিইটি শিক্ষার্থী যারা কোর্স সম্পন্ন করার পরে চাকরী নিয়ে বিদেশে যাওয়ার কথা বিবেচনা করছেন।
- যিনি বিদেশে চাকরির জন্য আবেদন করেছেন বা নিয়োগ প্রক্রিয়াতে প্রক্রিয়াধীন রয়েছেন এবং যিনি অভিবাসী হবেন।
- অভিবাসী পরিবারের সদস্যরা।

সার্বিকভাবে, এই প্রশিক্ষণ হ্যান্ডবুক সাধারণ মানুষের মধ্যে ও নিরাপদ, নিয়মিত এবং সুশৃঙ্খল মাইগ্রেশন প্রক্রিয়া সম্পর্কিত জ্ঞান বৃদ্ধি এবং পরিচর্যা বিষয়কে লক্ষ্য করে করা হয়েছে।

Aims and objectives

The overall objective of this handbook is to assist prospective migrants in making informed decisions about migration and to provide them with information on safe, regular and orderly migration and on the dangers and consequences of irregular migration, illegal recruitment, trafficking of human beings, smuggling of people, and related issues and challenges.

By developing this handbook and delivering training courses for would-be migrant workers, the Ministry of Expatriates' Welfare and Overseas hopes to:

- promote safe and legal labour migration, and
- reduce exploitation and abuse of migrant workers.

Moreover, this training course aims to:

- make you understand the multiple dimensions and faces (PROs and CONs) of migration involving the individual, family, and community;
- offer room for self-reflection and analysis on your readiness in leaving;
- provide you with information about the legal process of labour migration from Bangladesh.

লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য

এই হ্যান্ডবুকের সামগ্রিক উদ্দেশ্য হলো বিদেশ গমন ইচ্ছুদের অভিবাসন সংক্রান্ত তথ্য প্রদান এবং মাইগ্রেশন সম্পর্কে অবহিত সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা করা এবং তাদের নিরাপদ, নিয়মিত ও সুশৃঙ্খল অভিবাসন এবং অনিয়মিত অভিবাসন, অবৈধ নিয়োগ, মানব পাচার ও চোরাচালান সম্পর্কিত সমস্যা ও চ্যালেঞ্জ সম্পর্কিত বিপদ ও পরিণতি সম্পর্কিত তথ্য সরবরাহ করা।

এই হ্যান্ডবুক তৈরি করা হয়েছে অভিবাসী কর্মীদের প্রশিক্ষণ প্রদান করার জন্য, প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়ের প্রত্যাশা হলো:

- নিরাপদ ও বৈধ শ্রম অভিবাসন নিশ্চিত করা এবং
- অভিবাসী শ্রমিকদের শোষণ ও নির্যাতন হ্রাস করা।

উপরন্তু, এই প্রশিক্ষণ কোর্সের লক্ষ্য:

- অভিবাসন এর বিভিন্ন মাত্রা ও পরিচিতি(খুঁটিনাটি সমূহ) এবং ব্যক্তি, পরিবার ও কমিউনিটি সম্পর্কে আপনাকে বুঝতে সহায়তা করা।
- চলে যাওয়ার সময় আপনার প্রস্তুতি বিষয়ে আপনাকে স্বচ্ছ ধারণা দেয়া ক
- বাংলাদেশ থেকে শ্রম অভিবাসনের আইনি প্রক্রিয়া সম্পর্কে আপনাকে তথ্য প্রদান করা।

PEOS can be conducted through:

1. **Face to face (classroom style)** classes where departing migrants will go at the PEOS venue and have face-to-face discussions with the PEOS trainer. The venue can be the MRC premises, the offices of the government ministries or agencies, or other public places that are accessible, secure, and convenient for the migrant workers.

In Bangladesh, the providers of PEOS are:

- Ministry of Expatriates' Welfare and Overseas Employment, through the Bureau of Manpower, Employment and Training;
- Migrant Resource Centres <http://mrc-bangladesh.org/>
- Accredited recruitment and employment agencies, especially the legitimate and ethical recruiters.
- Technical Training Centres

Information about where and when the PEOS are organised are available at <http://mrc-bangladesh.org/>.

পিইওএস যে ভাবে পরিচালিত হতে পারে:

১। মুখোমুখি বা সরাসরি (শ্রেণিকক্ষের স্টাইল) ক্লাস যেখানে চলবে প্রস্থানকারী প্রবাসীরা সেই পিওএস ভেন্যুতে যাবে এবং পিইওএস প্রশিক্ষকের সাথে সরাসরি আলোচনা করবে। প্রশিক্ষণটি এমআরসি প্রাঙ্গণ, সরকারী মন্ত্রণালয় বা এজেন্সিগুলির কার্যালয়, বা অভিবাসী শ্রমিকদের জন্য প্রবেশযোগ্য, সুরক্ষিত এবং সুবিধাজনক এমন অন্যান্য সরকারী স্থানেও হতে পারে।

বাংলাদেশে পিইওএস প্রদানকারীরা হলোঃ

- প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়ের জনশক্তি, কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরোর মাধ্যমে।
- অভিবাসী তথ্য কেন্দ্রসমূহ <http://mrc-bangladesh.org/>
- অনুমোদিত নিয়োগ এবং কর্মসংস্থান এজেন্সিগুলি, বিশেষত বৈধ ও নৈতিক নিয়োগকারীগণ।
- টেকনিক্যাল ট্রেনিং সেন্টার

কোথায় এবং কখন পিইওএস সংগঠিত হয় সে সম্পর্কে তথ্য জানতে <http://mrc-bangladesh.org/> ভিজিট করুন।

2. **Online** where the prospective migrant workers are given access to the PEOS portal. The instructions on how to create an account and take the online PEOS are provided in the introductory part of the course. Inside the online platform, the migrant worker can take the PEOS at a time and place that is most convenient for him/her, provided that an internet connection is available. The online version has a series of examinations that the migrant worker has to pass to get the certificate. The participation certificate is issued online. You can access the online version of this course at <http://mrc-bangladesh.org/>.

২। **অনলাইন**, যেখানে সম্ভাব্য অভিবাসী কর্মীদের PEOS পোর্টালে প্রবেশ করতে দেওয়া হবে। কীভাবে একটি অ্যাকাউন্ট তৈরি করবেন এবং অনলাইন পিইওএস নেবেন সে সম্পর্কে নির্দেশাবলী কোর্সের প্রথমেই দেওয়া হয়েছে।

অনলাইন প্ল্যাটফর্ম থেকে অভিবাসী কর্মীরা(নারী-পুরুষ) তাদের সুবিধাজনক সময় এবং যে কোন স্থান থেকে পিইওএস নিতে পারবেন, তবে ইন্টারনেট সংযোগ থাকতে হবে। অনলাইন ভার্সনে অনেকগুলো পরীক্ষার একটি সিরিজ রয়েছে যা অভিবাসী কর্মীকে পাস করতে হয়। সার্টিফিকেট পাওয়ার জন্য অংশগ্রহণের সার্টিফিকেট অনলাইনে প্রকাশ করা হয়। আপনি এই কোর্সের অনলাইন সংস্করণটি www.mrc.org.bd/en/ এর মাধ্যমে প্রবেশ করতে পারবেন।

Migration terms glossary¹

Migration

Generally, migration means the movement of a person or a group of persons including refugees, displaced persons, economic migrants and persons moving for other purposes like joining the family, or to study, whatever its length, composition, and causes, either across an international border or within a state.

According to the Bangladesh Overseas Employment and Migration Act, 2013, migration means the departure of a citizen from Bangladesh for employment in an occupation or profession in any foreign country.

অভিবাসন বিষয়ক শব্দকোষ [১]

অভিবাসন

¹ These key terms have been taken from the International Organization for Migration (IOM), "Key Migration Terms." এই মূল পদগুলি আন্তর্জাতিক অভিবাসন সংস্থা (আইওএম), "মূল অভিবাসন শর্তাদি" থেকে নেওয়া হয়েছে।

সাধারণত অভিবাসনের অর্থ মানুষের একক বা দলগত ভাবে এক স্থান থেকে অন্য স্থানে স্থানান্তর হওয়া যেমন শরণার্থী, বাস্তুচ্যুত ব্যক্তি, অর্থনৈতিক অভিবাসী, অন্যান্য কারনেও অভিবাসন হতে পারে যেমন তার পরিবারের সাথে যোগ দিতে, পড়াশুনার জন্য, মেয়াদ, প্রক্রিয়া যাই হোক না কেন, হতে পারে এটা আন্তর্জাতিক পর্যায়ে অথবা রাষ্ট্রের মধ্যে।

বাংলাদেশ বৈদেশিক কর্মসংস্থান ও অভিবাসন আইন, ২০১৩ অনুসারে মাইগ্রেশন বলতে কর্মসংস্থানের জন্য বাংলাদেশের নাগরিক, বাংলাদেশ থেকে বিশ্বের অন্য যে কোন দেশে চাকুরী বা পেশার উদ্দেশ্যে দেশ ত্যাগ করা কে বোঝায়।

Labour migration

Labour migration is the movement of persons from one state to another, or within their own country of residence, for employment purposes. Labour migration is addressed by most States in their migration laws. Besides, some states take an active role in regulating outward labour migration and seeking opportunities for their nationals abroad.

শ্রম অভিবাসন

শ্রম অভিবাসন হলো কর্মের উদ্দেশ্যে এক রাষ্ট্র থেকে অন্য রাষ্ট্রে বা তাদের নিজেদের রাষ্ট্রে থাকা ব্যক্তিদের স্থানান্তর করাকে বুঝায়বেশিরভাগ রাষ্ট্র তাদের শ্রম অভিবাসনকে তাদের দেশের অভিবাসন আইনে পরিচালিত করে থাকে। এছাড়াও, কিছু রাষ্ট্র বহিরবিশ্বে শ্রম অভিবাসন নিয়ন্ত্রণে এবং বিদেশে তাদের নাগরিকদের জন্য সুযোগ খুঁজতে সক্রিয় ভূমিকা গ্রহণ করে।

Migrant

The International Organization for Migration defines a migrant as any person who is moving or has moved across an international border or within a state, away from her/his permanent place of residence, regardless of:

- the person's legal status;
- whether the movement is voluntary or involuntary;
- what the causes for the movement are; or
- what the length of the stay is.

According to the Bangladesh Overseas Employment and Migration Act, 2013, "Migrant means any citizen of Bangladesh who has migrated to a foreign country for the purpose of overseas employment in any work or profession."

অভিবাসী

ইন্টারন্যাশনাল অর্গানাইজেশন ফর মাইগ্রেশন এর মতে, অভিবাসী হলো সেই ব্যক্তি যে নিজ রাষ্ট্রের স্থায়ী বাসস্থান থেকে অন্য যে কোন আন্তর্জাতিক সীমান্ত পেরিয়ে স্থানান্তরিত হয়েছে, নির্বিশেষে বলা যায়ঃ

- ব্যক্তির আইনী অবস্থানের কারণে
- স্থানান্তরিত নিজের ইচ্ছায় অথবা অনিচ্ছায় হয়েছে;
- স্থানান্তর এর কারণগুলি কী; অথবা
- থাকার দৈর্ঘ্য কত।

বাংলাদেশ বৈদেশিক কর্মসংস্থান ও অভিবাসন আইন, ২০১৩ অনুসারে, "অভিবাসী অর্থ বাংলাদেশের যে কোন নাগরিক যে কোনও কাজ বা পেশায় বিদেশী কর্মসংস্থানের উদ্দেশ্যে বিদেশে পাড়ি দিয়েছেন।"

Migrant worker

Migrant worker or worker means any citizen of Bangladesh who, for wages

- is in the planning process to migrate for work or is departing to any foreign country for work;
- is employed in a trade or profession in any foreign country; or
- has returned to Bangladesh at the end of the tenure of employment or without having completed the tenure of employment in a trade or profession from a foreign country.

অভিবাসী কর্মী

অভিবাসী শ্রমিক বা শ্রমিক বলতে বোঝায় বাংলাদেশের যে কোনও নাগরিকযিনি

- কাজের জন্য অভিবাসন করার পরিকল্পনা গ্রহণ করেছেন বা কোন কাজ করার জন্য বিদেশে চলে যাচ্ছেন;
- বিদেশে যে কোন ব্যবসা বা পেশায় নিযুক্ত হয়েছেন; অথবা
- চাকুরীর মেয়াদ শেষ করে অথবা ব্যবসা বা পেশা শেষ না করেই বিদেশ থেকে বাংলাদেশে ফিরে এসেছেন।

Potential Migrant

Potential migrants are those who registered themselves through the online registration system under BMET to start the process of migration before departure.

সম্ভাব্য অভিবাসী

সম্ভাব্য অভিবাসীরা হলো যারা বিদেশ গমনের আগে বিএমইটি-র অধীনে অনলাইনে নাম নিবন্ধন করেছেন।

Returnee Migrant

Returnee migrants are those who left the country for migration and return after completion of the period of job contract or before that.

ফিরে আসা অভিবাসী

ফিরে আসা অভিবাসী বলতে যারা চাকরির জন্য দেশ ত্যাগ করেছিলেন এবং চাকুরীর চুক্তির মেয়াদ শেষ হওয়ার পরে বা তার আগে দেশে ফিরে এসেছেন।

Regular Migration

If a person moves from one country to another to earn money through work with a valid passport, valid Visa, and job contract from the employer and with manpower clearance from BMET, then that is called regular migration.

নিয়মিত অভিবাসন

যদি কোনও ব্যক্তি বৈধ পাসপোর্ট, বৈধ ভিসা এবং নিয়োগকর্তার কাছ থেকে চাকরির চুক্তি, বিএমইটি থেকে ছাড়পত্র নিয়ে কাজের মাধ্যমে অর্থোপার্জনের জন্য এক দেশ থেকে অন্য দেশে চলে যায়, তবে এটিকে নিয়মিত অভিবাসন বলে।

Irregular Migration

Irregular migration happens when a person moves from one country to another to earn money through work without following things - without a passport, without a valid visa, or without manpower clearance. A regular migrant can become irregular if he/she stays in the destination country after visa expiration.

অনিয়মিত অভিবাসন

অনিয়মিত অভিবাসন ঘটে যখন কোনও ব্যক্তি কোন জিনিস অনুসরণ না করে কাজের মাধ্যমে অর্থ উপার্জনের জন্য এক দেশ থেকে অন্য দেশে চলে যায় - পাসপোর্ট ছাড়া, বৈধ ভিসা ছাড়াই বা বিএমইটি থেকে ছাড়পত্র ছাড়া। একজন নিয়মিত অভিবাসী অনিয়মিত হয়ে যেতে পারে যদি গন্তব্য দেশে তার ভিসার মেয়াদ শেষ হয়ে যায় এবং সে দেশে ফিরে না আসে

Human Trafficking

According to the Bangladesh Prevention and Suppression of Human Trafficking Act, 2012, "Human trafficking means the selling or buying, recruiting or receiving, deporting or transferring, sending or confining or harbouring either inside or outside of the territory of Bangladesh of any person for sexual exploitation or oppression labour exploitation or any other form of exploitation or oppression using threat or use of force, deception or abuse of his/her socio-economic or environmental or other types of vulnerability, Giving or receiving money or benefits to procure the consent of a person having control over him".

মানব পাচার

বাংলাদেশ মানব পাচার প্রতিরোধ ও দমন আইন, ২০১২ অনুসারে "মানব পাচারের অর্থ বাংলাদেশের যে কোনও অঞ্চলে বা তার বাইরে বিক্রয় বা ক্রয়, নিয়োগ বা গ্রহণ, নির্বাসন বা স্থানান্তর, প্রেরণ বা সীমাবদ্ধ বা আশ্রয় দেওয়া, যৌন শোষণ বা নিপীড়নের জন্য শ্রম শোষণ বা হুমকি বা শক্তি ব্যবহার, প্রতারণা বা তার সামাজিক-অর্থনৈতিক বা পরিবেশগত বা অন্য ধরনের দুর্বলতার অপব্যবহার করে শোষণ বা নিপীড়নের অন্য কোন ধরনের জন্য সম্মতি অর্জনের জন্য অর্থ প্রদান বা সুবিধা গ্রহণ নিয়ে ব্যক্তির উপর তার নিয়ন্ত্রণ নেয়া কে বুঝায়"।

Smuggling of Migrants

If any person induces or assists any other person through deception and for bad intention to move, migrate or emigrate for work or service either inside or outside the territory of Bangladesh though he/she knows that such other person would be put into exploitative labour similar to practices of servitude or forced labour or any other form of exploitation.

অভিবাসীদের পাচার

যদি কোনও ব্যক্তি প্রতারণার মাধ্যমে অথবা অন্য প অসৎ উদ্দেশ্যে কোন ব্যক্তিকে স্থানান্তর, অভিবাসন বা কাজ অথবা চাকুরীর জন্য বাংলাদেশের ভূখণ্ডের অভ্যন্তরে অথবা বাইরে যাওয়ার জন্য সেই ব্যক্তিকে প্ররোচিত করে এবং সে জানে যে অন্য ব্যক্তিটি শোষণমূলক শ্রমের মধ্যে পড়বে, যেমন দাসত্ব বা জবরদস্ত শ্রম বা শোষণের অন্য কোনও ধরনের অনুশীলন তবে সেটা হবে অভিবাসী পাচার

Migrant Distress

Migrant distressed persons are those who face social, financial, physical, psychosocial losses and also experience the fraudulence, harassment, suffering, helplessness, and caused by embarrassment.

অভিবাসী মর্মপীড়া বা মাইগ্রেণ্ট ডিস্ট্রেস

অভিবাসী ডিস্ট্রেস ব্যক্তির হলে, যারা সামাজিক, আর্থিক, শারীরিক, মনো-সামাজিক ক্ষতির মুখোমুখি হন এবং এছাড়াও জালিয়াতি, হয়রানি, যন্ত্রণা, অসহায়ত্ব যাদের জীবনে ঘটে থাকে এবং বিব্রতকর পরিস্থিতিও ঘটে থাকে।

Country of origin –

The country that is a source of migratory flows (regular or irregular).

নিজ দেশ বা মূলদেশ বা মাতৃভূমি –

যে দেশটি প্রবাসী প্রবাহের উৎস (নিয়মিত বা অনিয়মিত)।

Country of destination –

The country of destination or a third country. In the case of return or repatriation, the receiving country is also the country of origin. It is also a country that has accepted to receive a certain number of refugees and migrants every year by presidential, ministerial, or parliamentary decisions.

গন্তব্য দেশ –

গন্তব্য দেশ অথবা তৃতীয় কোন দেশ। ফিরে আসা বা প্রত্যাভাসন প্রসঙ্গে বলতে গেলে গ্রহণকারী দেশও একটি মূল দেশ। এটিও এমন একটি দেশ যা প্রতি বছর রাষ্ট্রপতি, মন্ত্রিপরিষদ বা সংসদীয় সিদ্ধান্তের মাধ্যমে নির্দিষ্ট সংখ্যক শরণার্থী এবং অভিবাসী গ্রহণ করছে।



Take notes

A series of horizontal blue dashed lines for writing notes, spanning the width of the page below the header.



নোট লিখুন

A large area for writing, consisting of a vertical solid blue line on the left and horizontal dashed blue lines extending across the page.

TRAINING MODULES

Getting Started - Introduction to the training course

Learning objectives:	Provide an overview of how to get started and where to find various course components. You are introduced to the purpose and structure of the course. You are introduced to the course expectation with which you must comply.
Learning Outcome: At the end of this module, you will be able to:	Explain what issues the training will cover and what rules and norms the participants should follow

ট্রেনিং মডিউল সমূহ

সূচনা – ট্রেনিং কোর্স পরিচিতি

শিক্ষণের উদ্দেশ্য:	কীভাবে শুরু করবেন এবং কোর্সের বিভিন্ন উপাদান কোথায় পাবেন সে সম্পর্কে একটি সংক্ষিপ্ত ধারণা দেওয়া হয়েছে। আপনি কোর্সের উদ্দেশ্য এবং কাঠামোর সাথে পরিচিত হয়েছেন। আপনি অবশ্যই কোর্স এর প্রত্যাশার সাথে পরিচিত হয়েছেন যা আপনাকে অবশ্যই মেনে চলতে হবে।
শিক্ষার ফলাফল: এই মডিউলটির শেষে, আপনি সক্ষম হবেন:	প্রশিক্ষণটি কোন ইস্যুগুলি কভার করেছে তার বিবরণ এবং কোন নিয়ম এবং নীতি সমূহ অংশগ্রহণকারীদের অনুসরণ করা উচিত তার ব্যাখ্যা

How to use the training handbook

This handbook can be used to support the sessions or as a stand-alone resource for those interested in gaining an understanding of what working abroad entails. In the classroom, training materials such as case studies, quizzes, success stories, and group work can be included in the modules to foster positive learning outcomes.

প্রশিক্ষণের এই হ্যান্ডবুকটি কীভাবে ব্যবহার করবেন

এই পুস্তিকাটি ট্রেনিং সেশন কে সহায়তা করার জন্য বা বিদেশে কাজ করার ক্ষেত্রে কী কী প্রয়োজনীয়তা সমূহ দরকার তার প্রয়োজনীয় উৎস হিসাবে ব্যবহার করা যেতে পারে। শ্রেণীকক্ষে, প্রশিক্ষণ উপকরণ যেমন কেস স্টাডি, কুইজ সমূহ, সাফল্যের গল্প এবং গ্রুপ ওয়ার্ক মডিউল গুলিতে অন্তর্ভুক্ত করা যেতে পারে যা শিক্ষণের জন্য ইতিবাচক ফল বয়ে আনবে।

This handbook is not intended to be read cover-to-cover, as a manual format; it is meant to be a resource that you can consult as and when you need an explanation. However, it is strongly recommended that you read all the modules so that you understand better the challenges that you're going to be facing.

এই হ্যান্ডবুকটি ম্যানুয়াল ফরমেট হিসাবে কভার-টু-কভার পড়ার উদ্দেশ্যে নয়; এটি এমন একটি রিসোর্স বা উৎস যেখান থেকে আপনি প্রয়োজনীয় পরামর্শ নিতে এমনকি যখন আপনার কোন কিছুই ব্যাখ্যাও

প্রয়োজন হবে। যাইহোক, আপনাকে দৃঢ়ভাবে সুপারিশ করা হলো যে আপনি সমস্ত মডিউলগুলি পড়ুন যাতে আপনি যে চ্যালেঞ্জগুলির মুখোমুখি হচ্ছেন সেগুলি আপনি আরও ভাল করে বুঝতে পারেন।

This handbook belongs to you, so you can take notes and underline what you find useful for you. As you finish each section or even each paragraph when reading this handbook, take a moment to write down what you've learned. Write notes in your own words because that is what you will understand.

এই হ্যান্ডবুকটি আপনার, সুতরাং আপনি নোটগুলি নিতে এবং আপনার জন্য দরকারী বিষয় গুলো আন্ডারলাইন করতে পারেন। এই হ্যান্ডবুকটি পড়ার সময় আপনি প্রতিটি বিভাগ বা এমনকি প্রতিটি অনুচ্ছেদ শেষ করার সাথে সাথে আপনি কী শিখেছেন তা লিখতে কিছুক্ষণ সময় নিন। আপনার নিজের ভাষায় নোট লিখুন যাতে আপনি বুঝতে পারবেন।

Training course structure

This training course includes the following four thematic modules:

- Introduction to the training course
- Module 1 Factors to consider before deciding to work overseas
- Module 2 Migration process
- Module 3 Irregular migration
- Module 4 Specific cases of migrant workers
- Closing the training

প্রশিক্ষণ কোর্স কাঠামো

এই প্রশিক্ষণ কোর্সে নিম্নলিখিত চারটি থিম্যাটিক মডিউল অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- প্রশিক্ষণ কোর্সের ভূমিকা
- মডিউল ১ বিদেশে কাজের ক্ষেত্রে সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে বিবেচিত বিষয়গুলো
- মডিউল ২ মাইগ্রেশন প্রক্রিয়া
- মডিউল ৩ অনিয়মিত অভিবাসন
- মডিউল ৪ অভিবাসী কর্মীদের নির্দিষ্ট ক্ষেত্র সমূহ
- প্রশিক্ষণ এর সমাপ্তি

The four modules are focusing on different aspects of the migration. At the end of each module, a short quiz will evaluate your understanding of the issues discussed. Estimated times for each module and their sessions are provided below.

চারটি মডিউলে মাইগ্রেশনের বিভিন্ন দিকগুলিকে তুলে ধরা হয়েছে। প্রতিটি মডিউল শেষে, আলোচিত বিষয়গুলি থেকে একটি সংক্ষিপ্ত কুইজ গ্রহণ করা হবে যা আপনি কতটুকু বুঝেছেন তা মূল্যায়ন করবে। প্রতিটি মডিউল এবং এর সেশনগুলির জন্য সম্ভাব্য সময়গুলি নীচে দেয়া হলো।

Suggested training course agenda

The modules contain sessions of varying lengths, and the timing for each training module in the training schedule is indicative. The duration can be modified depending on the particular audiences and specific contexts. The trainer should be planning sufficient space for interactive activities such as group work, role play, and other practical exercises. The draft outlined below is for one day of training. This can be increased to two days for more detailed discussions.

প্রস্তাবিত প্রশিক্ষণ কোর্সের এজেন্ডা

মডিউলগুলিতে বিভিন্ন দৈর্ঘ্যের সেশন রয়েছে, এবং প্রশিক্ষণের সময়সূচীতে প্রতিটি প্রশিক্ষণ মডিউলের জন্য সময় নির্দিষ্ট করা আছে। নির্দিষ্ট শ্রোতা এবং নির্দিষ্ট প্রসঙ্গের উপর নির্ভর করে সময়কালটি সংশোধন করা যেতে পারে। প্রশিক্ষককে ইন্টারেক্টিভ ক্রিয়াকলাপ যেমন গ্রুপ ওয়ার্ক, রোল প্লে এবং অন্যান্য ব্যবহারিক অনুশীলনের জন্য পর্যাপ্ত সময়ে ে পরিকল্পনা করা দরকার। নীচে বর্ণিত খসড়াটি এক দিনের প্রশিক্ষণের জন্য। বিস্তারিত আলোচনার জন্য এটি আরও দুই দিন বা তার বেশী বাড়ানো যেতে পারে।

For the online version, the PEOS can be taken in two hours minimum, depending on the result of the examinations. For purposes of managing the PEOS, however, the period in which the PEOS can be completed is of a maximum of 10 days. If not completed within 10 days, the migrant worker has to start from the beginning.

অনলাইন ভার্সন এর জন্য, পিইওএস পরীক্ষার ফলাফলের উপর নির্ভর করে ন্যূনতম দুই ঘন্টার মধ্যে নেওয়া যেতে পারে। পিইওএস পরিচালনার উদ্দেশ্যে, তবে, সর্বোচ্চ ১০ দিনের পিইওএসের মেয়াদটি সম্পন্ন করা যেতে পারে, যদি ১০ দিনের মধ্যে শেষ না করা হয় তবে অভিবাসী কর্মীর প্রথম থেকে আবার শুরু করতে হবে।

Training agenda

Module	Duration	Content
Introduction to the training course	15 min	Session 1: Purpose and objectives of the training course Session 2: Key terms and facts Session 3: Overview of the seminar topics
Module 1 Factors to consider before deciding to work overseas	1,5 hours	Session 1: The decision to seek a job overseas Session 2: Involving the family members Session 3: Where to migrate Session 4: Understanding changes linked to working overseas
Q&A SESSION	15 min	Questions and answers session - module 1
Module 2 Migration process	1 hour	Session 1: Legal migration procedures (exit, entry, length of stay) Session 2: Recruitment system in Bangladesh Session 3: Prevention mechanisms Session 4: Employment contract
Q&A SESSION	15 min	Questions and answers session - module 2
Module 3 Irregular migration	1 hour	Session 1: Irregular migration and human trafficking Session 2: Human trafficking and smuggling Session 3: Vulnerabilities of migrant workers Session 4: How to protect yourself
Q&A SESSION	15 min	Questions and answers session - module 3
Module 4 Specific cases of migrant workers	1 hour	Session 1: Common problems experienced by migrant workers Session 2: Domestic workers Session 3: Skilled migrant workers Session 4: Migrant women
Q&A SESSION	15 min	Questions and answers session - module 4
Closing the training	15 min	Closing the training course

		Questions and answers for all modules Evaluation
--	--	---

প্রশিক্ষণের এজেন্ডা

মডিউল	সময়	বিষয়বস্তু
প্রশিক্ষণ কোর্সের পরিচিতি	১৫ মিনিট	সেশন ১: প্রশিক্ষণ কোর্সের লক্ষ্য এবং উদ্দেশ্যসমূহ সেশন ২: মূল শর্তাদি এবং তথ্য সেশন ৩: সেমিনারের বিষয়গুলির সংক্ষিপ্তসার
মডিউল ১ বিদেশে কাজ করার সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে বিবেচনা করার বিষয়গুলি	১,৫ ঘন্টা	সেশন ১: বিদেশে চাকরি নেওয়ার সিদ্ধান্ত সেশন ২: পরিবারের সদস্যদের জড়িত করা সেশন ৩: কোথায় স্থানান্তরিত হবে সেশন ৪: বিদেশে কাজ করার সাথে যুক্ত পরিবর্তনগুলি বোঝা
প্রশ্ন উত্তর সেশন	১৫ মিনিট	প্রশ্নোত্তর সেশন - মডিউল ১
মডিউল ২ মাইগ্রেশন প্রক্রিয়া	১ ঘন্টা	সেশন ১: আইনী মাইগ্রেশন পদ্ধতি (প্রস্থান, প্রবেশ, থাকার সময়কাল) সেশন ২: বাংলাদেশে নিয়োগ ব্যবস্থা সেশন ৩: প্রতিরোধ ব্যবস্থা সেশন ৪: কর্মসংস্থান চুক্তি
প্রশ্ন উত্তর সেশন	১৫ মিনিট	প্রশ্নোত্তর সেশন - মডিউল ২
মডিউল ৩ অনিয়মিত অভিবাসন	১ ঘন্টা	সেশন ১: অনিয়মিত অভিবাসন এবং মানব পাচার সেশন ২: মানব পাচার এবং চোরাচালান সেশন ৩: অভিবাসী শ্রমিকদের ক্ষতিগ্রস্ততা সেশন ৪: কীভাবে নিজেকে রক্ষা করবেন
প্রশ্ন উত্তর সেশন	১৫ মিনিট	প্রশ্নোত্তর সেশন - মডিউল ৩
মডিউল ৪ অভিবাসী কর্মীদের নির্দিষ্ট ক্ষেত্র সমূহ	১ ঘন্টা	সেশন ১: অভিবাসী শ্রমিকরা সাধারণত যে সমস্যার অভিজ্ঞতা হয়েছে। সেশন ২: গৃহকর্মী সেশন ৩: দক্ষ অভিবাসী কর্মী সমূহ সেশন ৪: অভিবাসী মহিলারা
প্রশ্ন উত্তর সেশন	১৫ মিনিট	প্রশ্নোত্তর সেশন - মডিউল ৪
প্রশিক্ষণের সমাপ্তি	১৫ মিনিট	প্রশিক্ষণ কোর্স সমাপ্ত সমস্ত মডিউল গুলোর জন্য প্রশ্ন এবং উত্তর এর সাথে মূল্যায়ন

Background resources

- Bureau of Manpower, Employment and Training <http://www.bmet.gov.bd/>
- District Employment and Manpower Office
<http://www.old.bmet.gov.bd/BMET/demoListAction>
- Migrant Resource Centre <http://mrc-bangladesh.org/>

পটভূমি রিসোর্স

জনশক্তি, কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরো <http://www.bmet.gov.bd/>

জেলা কর্মসংস্থান ও জনশক্তি অফিস <http://www.old.bmet.gov.bd/BMET/demoListAction>

অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র <http://mrc-bangladesh.org/>

MODULE 1. FACTORS TO CONSIDER BEFORE DECIDING TO WORK OVERSEAS

Learning Objectives:	To support well-informed migration choices through guidance and counselling.
Learning Outcome: At the end of this module, you will be able to:	<ul style="list-style-type: none">- identify the steps of a migration decision;- weigh in the options and make an informed decision on whether working abroad is beneficial in your case.- understand the role of your family in the migration decision;- have more realistic aspirations and expectations about working in a different country.

মডিউল ১. বিদেশে কাজ করার আগে বিবেচনা করার বিষয়গুলি

শিক্ষণের উদ্দেশ্য	কাউন্সেলিং এবং গাইডেন্স এর মাধ্যমে সু-অবহিত মাইগ্রেশন করতে সহযোগিতা করা।
শিক্ষার ফলাফল: এই মডিউলটির শেষে, আপনি সক্ষম হবেন:	মাইগ্রেশন প্রক্রিয়ার ধাপসমূহ চিহ্নিত করা বিকল্পগুলি বিবেচনা করা এবং আপনার ক্ষেত্রে বিদেশে কাজ করা উপকারী কিনা সে সম্পর্কে একটি অবগত সিদ্ধান্ত নেয়া। - মাইগ্রেশন সিদ্ধান্তে আপনার পরিবারের ভূমিকা; - ভিন্ন দেশে কাজ করার বিষয়ে আরও বাস্তব আশাবাদ এবং প্রত্যাশা রাখা।

Going abroad to work and reside means that you have to temporarily leave behind your family, friends, your usual lifestyle, etc. This requires thinking, weighing on pros and cons, and evaluating the situation before making a decision.

বিদেশে কাজ এবং বসবাস করতে যাওয়ার অর্থ এই যে আপনি সাময়িকভাবে আপনার পরিবার, বন্ধুবান্ধব, আপনার স্বাভাবিক জীবনযাত্রা ইত্যাদি পিছনে ফেলে যেতে হবে, এর জন্য চিন্তাভাবনা করা, ভালো মন্দ বাছাই করা এবং সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে পরিস্থিতি মূল্যায়ন করা দরকার।

Your decision to move or to stay is individual decisions within a family context, based on evaluations of a wide range of economic and noneconomic factors such as time (How long can you stay in another country?), distance (How far are you willing to travel for work?); and cultural differences involved (Can you deal with cultural differences?). The importance of each factor may vary considerably among individuals, and in order for you to understand this choice, a personal analysis is needed along with the alternatives you already have in Bangladesh.

আপনার স্থানান্তর বা থাকার সিদ্ধান্ত একটি পারিবারিক প্রেক্ষাপটের মধ্যে ব্যক্তিগত সিদ্ধান্ত, বিভিন্ন অর্থনৈতিক এবং অর্থনৈতিক নয় এমন বিষয়ের মূল্যায়নের উপর ভিত্তি করে সময় (আপনি কতদিন অন্য দেশে থাকতে পারবেন?), দূরত্ব (আপনি কাজের জন্য কতদূর ভ্রমণ করতে ইচ্ছুক?); এবং এর সাথে জড়িত সাংস্কৃতিক পার্থক্য (আপনি কি সাংস্কৃতিক পার্থক্য মোকাবেলা করতে পারবেন?) প্রতিটি বিষয়ের গুরুত্ব ব্যক্তির মধ্যে উল্লেখযোগ্যভাবে পরিবর্তিত হতে পারে, এবং এই পছন্দটি বোঝার জন্য, বাংলাদেশে আপনার বিকল্পসহ একটি ব্যক্তিগত বিশ্লেষণ প্রয়োজন।

Session 1 - The decision to seek a job overseas

সেশন ১ - বিদেশে চাকরি খোঁজার সিদ্ধান্ত

Steps in deciding to move abroad

A decision-making process can be divided into several phases. Identify the stages you are in at this moment.

বিদেশে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নেওয়ার পদক্ষেপ

একটি সিদ্ধান্ত গ্রহণ প্রক্রিয়া যাকে বিভিন্ন পর্যায়ে বিভক্ত করা যেতে পারে। এই মুহূর্তে আপনি যে পর্যায়ে আছেন তা চিহ্নিত করুন।

Define your goals and evaluate the challenge

Before you can solve a problem, you need to know what the problem is. Identify the particular issue or choice you are currently struggling with. If you're unemployed or you're looking for the opportunity for a better-paid job elsewhere, it is crucial to evaluate all the risks involved by this change.

আপনার লক্ষ্য নির্ধারণ করুন এবং চ্যালেঞ্জ মূল্যায়ন করুন

আপনি কোন সমস্যা সমাধান করার আগে, আপনার জানা দরকার সমস্যাটি কি। আপনি বর্তমানে যে নির্দিষ্ট ইস্যু বা পছন্দের সাথে সংগ্রাম করছেন তা চিহ্নিত করুন। আপনি যদি বেকার হন অথবা আপনি অন্য কোথাও ভালো বেতনের চাকরির সুযোগ খুঁজতে থাকেন, তাহলে এই পরিবর্তনের সাথে জড়িত সকল ঝুঁকির মূল্যায়ন করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

Evaluate alternatives

Actively search for other options, seek information and advice from friends, family, public institutions, the mass media, and other sources. List your options for resolving the problem you're facing. Do not ignore any solution from the start, even if it seems to lack usefulness. Your objectives, any obstacles, and your description of the current and desired situations will help you identify the possible solutions.

বিকল্প ব্যাবস্থা বিবেচনা বা মূল্যায়ন করুন

সক্রিয়ভাবে অন্যান্য বিকল্প অনুসন্ধান করুন, বন্ধু, পরিবার, সরকারী প্রতিষ্ঠান, গণ মিডিয়া এবং অন্যান্য উৎস থেকে তথ্য এবং পরামর্শ নিন। আপনি যে সমস্যার সম্মুখীন হচ্ছেন তা সমাধানের জন্য আপনার বিকল্পগুলি তালিকাভুক্ত করুন। এটির কোনও কার্যকারিতা না থাকলেও শুরু থেকেই কোনও সমাধান উপেক্ষা করবেন না। আপনার উদ্দেশ্য, যে কোনও বাধা এবং বর্তমান ওকাঙ্ক্ষিত পরিস্থিতির বর্ণনা আপনার সম্ভাব্য সমাধানগুলি সনাক্ত করতে সহায়তা করবে।

Gain a better understanding of going abroad

The migration experience of others may be a significant source of information. However, it is critical to distinguish between facts and opinions, lies, and reality. A good alternative for you is not necessarily the same as for the others. Write down the benefits and risks of each option and determine which option is the right choice for you. Sometimes decisions are difficult even when you have all the information you need.

বিদেশ যাওয়ার বিষয়ে আরও ভাল ধারণা অর্জন করুন

অন্যের অভিবাসন অভিজ্ঞতা তথ্যের একটি উল্লেখযোগ্য উৎসহতে পারে। তবে, তথ্য এবং মতামত, মিথ্যা এবং বাস্তবতার মধ্যে পার্থক্য করা একটি জটিল বিষয়। অন্যদের জন্য যেটা ভালো কোন ব্যবস্থা আপনার জন্য সেটা ভালো নাও হতে পারে। প্রতিটি বিকল্পের সুবিধা এবং ঝুঁকি লিখুন এবং কোন বিকল্পটি আপনার জন্য সঠিক পছন্দ তা নির্ধারণ করুন। আপনার প্রয়োজনীয় সমস্ত তথ্য থাকা সত্ত্বেও কখনও কখনও সিদ্ধান্তগুলি জটিল হতে পারে।

Make informed choices

After considering all the options you have, then you should present your intention to others. At this point, it is vital to take into consideration the role of your family and/or friends.

সব জেনে বুঝে সিদ্ধান্ত নিন।

আপনার কাছে থাকা সমস্ত বিকল্প বিবেচনা করার পরে আপনার নিজের ইচ্ছাটি অন্যদের কাছে উপস্থাপন করা উচিত। এই মুহুর্তে, আপনার পরিবার এবং বন্ধুদের ভূমিকা বিবেচনা করা জরুরী।

Adhere despite negative feedback

Once you have decided to go for work abroad, you will still be overwhelmed by doubts and regrets concerning your new life. For each doubt or regret, weigh up the implications of a range of alternatives in the light of this feeling and reconsider your decision.

নেতিবাচক প্রতিক্রিয়া সত্ত্বেও মেনে চলুন

একবার আপনি বিদেশে কাজ করার সিদ্ধান্ত নেওয়ার পর, আপনি এখনও আপনার নতুন জীবন সম্পর্কে সন্দেহ এবং অনুতাপ দ্বারা অভিভূত হবেন। প্রতিটি সন্দেহ বা অনুতাপের জন্য, এই অনুভূতির আলোকে বিভিন্ন বিকল্পের প্রভাব বিবেচনা করুন এবং আপনার সিদ্ধান্ত পুনর্বিবেচনা করুন।

What are your reasons to emigrate? Define your goals.

The decision to migrate includes the choice to move abroad or stay in Bangladesh and to define the new destination. Before deciding to move to another country, try to understand what your reasons are. Reasons to emigrate can include the standard of living, the level of wages, the job market situation, or educational opportunities. Take time to write down all the reasons why you're looking for a job abroad. If you're not sure about what they are, consider the following to get started:

আপনার দেশত্যাগের কারণ কি? আপনার লক্ষ্য নির্ধারণ করুন।

মাইগ্রেশনের সিদ্ধান্তের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে বিদেশে যাওয়ার বা বাংলাদেশে থাকার এবং নতুন গন্তব্যকে ভালোভাবে জানা। অন্য দেশে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে তার কারণগুলি কী তা বোঝার চেষ্টা করবেন। দেশত্যাগের কারণগুলির মধ্যে জীবনযাত্রার মান, বেতনের স্তর, চাকরির বাজারের পরিস্থিতি বা শিক্ষাগত সুযোগ অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে। আপনি বিদেশে কেন চাকরি খুঁজছেন তার সমস্ত কারণ লেখার জন্য সময় নিন। সেগুলি কী এ সম্পর্কে আপনি যদি নিশ্চিত না হন তবে শুরু করার জন্য নিম্নলিখিত বিষয়টি বিবেচনা করুন:

Reason to emigrate	Yes	No
--------------------	-----	----

Lack of suitable employment in Bangladesh		
Unemployment in Bangladesh		
Lack of opportunity for advancement in the current job		
Inadequate earning for you and your family		
The desire for travel or adventure		
Everybody around you is leaving, so you also want to migrate		
The presence of Bangladeshi communities in the destination country		
Close family outside Bangladesh		
To earn money for your family		
No access to financial credit to start your own business in Bangladesh		
Inadequate educational opportunities for you or your children		
Poor standard of living in Bangladesh		
Lack of social services in Bangladesh		
Crowded living conditions		
Insufficient family assets		
Inadequate housing		
Political problems		
General insecurity		
Religious discrimination		
Racial or gender discrimination		
Family dispute or dispute between relatives		
Others:		

Be clear about your reasons for going abroad; this will help you overcome the obstacles later on, and will make your decision process manageable.

দেশত্যাগের কারন	হ্যা	না
বাংলাদেশে উপযুক্ত কর্মসংস্থানের অভাব		
বাংলাদেশে বেকারত্ব		
বর্তমান চাকরিতে অগ্রগতির সুযোগের অভাব		
আপনার এবং আপনার পরিবারের জন্য অপরিপূর্ণ উপার্জন		
ভ্রমণ বা রোমাঞ্চকর কাজের আকাঙ্ক্ষা		
আপনার আশেপাশের সবাই চলে যাচ্ছে, তাই আপনিও অভিবাসন করতে চান		
গন্তব্য দেশে বাংলাদেশী সম্প্রদায়ের উপস্থিতি		
বাংলাদেশের বাইরে নিকট আত্মীয় বা পরিবার		
আপনার পরিবারের জন্য অর্থ উপার্জন		
বাংলাদেশে আপনার নিজের ব্যবসা শুরু করার জন্য আর্থিক ঋণ নিতে পারেন নি		
আপনার বা আপনার সন্তানদের জন্য অপরিপূর্ণ শিক্ষাগত সুযোগ		
বাংলাদেশে নিম্নমানের জীবনযাত্রা		
বাংলাদেশে সমাজসেবার অভাব		
জনবহুল জীবনযাত্রা		
অপরিপূর্ণ পারিবারিক সম্পদ		
অপরিপূর্ণ আবাসন		
রাজনৈতিক সমস্যা		

সাধারণ নিরাপত্তাহীনতা		
ধর্মীয় বৈষম্য		
জাতিগত বা লিঙ্গ বৈষম্য		
পারিবারিক কলহ বা আত্মীয়দের মধ্যে বিরোধ		
অন্যান্য:		

আপনার বিদেশে যাওয়ার কারণ সম্পর্কে পরিষ্কার থাকুন; এটি আপনাকে পরবর্তীতে বাধা অতিক্রম করতে সাহায্য করবে, এবং আপনার সিদ্ধান্ত প্রক্রিয়াকে পরিচালনা যোগ্য করে তুলবে।

What would you expect to gain by migrating to another country?

Expectations about the destination country and what you can achieve if you're working there are useful factors in the decision to migrate. But usually, before migration, you may have over-optimistic expectations about job opportunities or living conditions in the destination country. Sometimes the reality just doesn't match up with our expectations, so be ready to readjust these expectations to the facts of the destination country.

আপনি অন্য দেশে পাড়ি জমানোর মাধ্যমে কী অর্জনের প্রত্যাশা করবেন?

গন্তব্য দেশ সম্পর্কে প্রত্যাশা এবং আপনি যদি সেখানে কাজ করে থাকেন তবে আপনি কী অর্জন করতে পারবেন যা আপনার অভিবাসনের সিদ্ধান্তের কার্যকর কারণ। তবে সাধারণত, অভিবাসনের আগে আপনার গন্তব্য দেশে চাকরির সুযোগ বা জীবনযাপন সম্পর্কে অতিরিক্ত আশা থাকতে পারে। কখনো কখনো বাস্তবতা আমাদের প্রত্যাশার সাথে মেলে না, তাই গন্তব্য দেশের তথ্যের সাথে এই প্রত্যাশাগুলি পুনরায় সমন্বয় করতে প্রস্তুত থাকুন।

Expectations	Yes	No
Financial improvement		
Career-related opportunities		
A higher standard of living		
Different/modern society		
Social status improvement		
Personal freedom/liberty		
Marriage prospects		
Travel experience		
Security/stability		
Better education for you or your children		
Access to better medical treatment		
Join family members		
Others:		

Pay attention to your expectations. Maybe your dissatisfaction can find the answer in another solution than migration.

প্রত্যাশা	হ্যাঁ	না
আর্থিক উন্নতি		
কর্মজীবন সম্পর্কিত সুযোগ		
উচ্চতর মানসম্পন্ন জীবনযাত্রা		

বিভিন্ন / আধুনিক সমাজ		
সামাজিক অবস্থার উন্নতি		
ব্যক্তিগত স্বাধীনতা / স্বাধীনতা		
বিবাহ বিষয়ক সম্ভাবনা		
ভ্রমণ অভিজ্ঞতা		
নিরাপত্তা / স্থায়িত্ব		
আপনার বা আপনার বাচ্চাদের জন্য আরো ভাল শিক্ষা		
উন্নত চিকিৎসা নেয়া		
পরিবারের সদস্যদের সাথে যোগ দেয়া		
অন্যান্য:		

আপনার প্রত্যাশাগুলোর দিকে মনোযোগ দিন। হতে পারে আপনার অসন্তুষ্টি উত্তর অভিবাসনের চেয়ে অন্য কোন সমাধানে খুঁজে পেতে পারে।

Are your expectations realistic?

When you set your expectations, keep in mind the fact that employers are aware of your economic situation. They expect that you will accept wages and employment conditions that are poor by the standards of their host country but higher than those prevailing in Bangladesh. Please expect to see differences in wages and employment conditions between you and local workers, between you and other groups of migrants. This is part of the employers' strategy for profit.

আপনার প্রত্যাশা কি বাস্তববাদী?

আপনি যখন আপনার প্রত্যাশাগুলি সেট করেন, তখন মনে রাখবেন, নিয়োগকর্তারা আপনার অর্থনৈতিক পরিস্থিতি সম্পর্কে সচেতন রয়েছেন। তারা আশা করে যে আপনি তাদের মজুরি এবং কর্মসংস্থান শর্ত মেনে নেবেন যা তাদের দেশের মানদণ্ডে দুর্বল তবে বাংলাদেশে বিদ্যমান প্রেক্ষাপটের চেয়ে বেশি। দয়া করে আপনার এবং স্থানীয় কর্মীদের মধ্যে, আপনার এবং অভিবাসীদের অন্যান্য গোষ্ঠীর মধ্যে মজুরি এবং কর্মসংস্থানের অবস্থার পার্থক্য করুন। এটি মুনাফার জন্য মালিকদের কৌশলগুলির অংশ।

Why do people not move? Evaluate alternatives.

The economic motives are important, but they do not reflect the complexity of the decision to move. The limited information makes room for risks and uncertainties, so you need to plan very carefully. Fear and regret or anxiety of the unknown are normal feelings and can affect your decision.

কেন মানুষ স্থানান্তর হয়না? বিকল্প চিন্তা

অর্থ উপার্জন গুরুত্বপূর্ণ, কিন্তু গন্তব্য দেশে যাওয়ার জটিলতাকে গুরুত্ব দেয়না। সীমিত তথ্য জানা ঝুঁকি এবং অনিশ্চয়তার মধ্যে ফেলে দেয়, তাই আপনাকে খুব সাবধানে পরিকল্পনা করা দরকার। অজানা সম্পর্কে ভয় এবং অনুশোচনা বা উদ্বেগ হলো স্বাভাবিক অনুভূতি এবং এটি আপনার সিদ্ধান্তকে প্রভাবিত করতে পারে।

Ask yourself:

- Are you comfortable being away from family, friends, and your home? Once abroad, you'll be experiencing the feeling of being left out of family events, the pain of family departure after a visit, the homesickness, and you often wonder if you did the right thing in leaving home.
- Are you experiencing the fear of failure? There's always a chance that you'll fail in everything you will do. The success and failure depend on your abilities, your efforts, and on a little bit of luck, so look at the worst-case scenario and prepare yourself a contingency plan.
- How comfortable are you to change the environment and weather? If working in Gulf countries, Bangladeshi people have to be prepared for an extremely different way of life there. First off, the temperatures at the height of the summer often soar to more than 50 degrees there, forcing many workers to return home for an extended holiday in July and August.
- Are you ready to face a new social and work environment? Discrimination, racism, or xenophobia can happen, sometimes you may feel threatened and unsafe, or you can face physical or verbal abuse, harassment, or threats. Think about how you would respond to these situations

নিজেকে প্রশ্ন করুন:

- পরিবার, বন্ধুবান্ধব এবং আপনার বাসা থেকে দূরে থাকতে আপনি কি স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করছেন? একবার বিদেশে গেলে, আপনি পারিবারিক ঘটনাগুলি থেকে দূরে থাকার অনুভূতিটি উপভোগ করবেন, পরিবার ছাড়ার বেদনা, বাড়ির অসুস্থতা এবং আপনি প্রায়শই ভাবছেন যে আপনি বাড়ি ছাড়ার ক্ষেত্রে সঠিক কাজটি করেছেন কিনা।
- আপনার কি ব্যর্থতার ভয় হচ্ছে? এমন সম্ভাবনা থেকেই যায় যে আপনি যা করবেন তাতেই আপনি ব্যর্থ হতে পারেন। সফলতা এবং ব্যর্থতা আপনার ক্ষমতা, আপনার প্রচেষ্টা এবং কিছুটা ভাগ্যের উপর নির্ভর করে,
- আপনি পরিবেশ এবং আবহাওয়া এর সাথে নিজেকে কতটা পরিবর্তন করতে পারেন? উপসাগরীয় দেশগুলিতে কাজ করতে হলে, বাংলাদেশীদের সেখানে একটি অত্যন্ত ভিন্ন জীবনযাত্রার জন্য প্রস্তুত থাকতে হবে। প্রথমত, গ্রীষ্মের তাপমাত্রা প্রায়শই সেখানে ৫০ ডিগ্রিরও বেশি বেড়ে যায়, অনেক শ্রমিককে জুলাই ও আগস্ট বর্ধিত ছুটিতে বাড়ি ফিরতে বাধ্য করে।
- আপনি কি নতুন সামাজিক এবং কাজের পরিবেশের মুখোমুখি হতে প্রস্তুত? বৈষম্য, বর্ণবাদ বা জেনোফোবিয়া ঘটতে পারে, কখনও কখনও আপনি হুমকী এবং অনিরাপদ বোধ করতে পারেন বা আপনি শারীরিক বা মৌখিক নির্যাতন, হয়রানি বা হুমকির মুখোমুখি হতে পারেন। এমন পরিস্থিতিতে আপনি কি করবেন, তা ভেবে দেখুন।

Making informed choices

Barrier	How to break down this barrier
You have never been allowed/given the opportunity to make a decision (i.e., your parents have always decided for you, or as a woman, you have to have the consent of the male head of the family)	Just because you had limited opportunities to make decisions does not necessarily mean that you are not able to make your own decisions. Ask others, but trust your judgement.
You have the impression that you don't have enough time to make a considered decision	If you're starting an overseas job search, it may be tempting to accept the first offer without any consideration, but if you don't take time to think about what you want and how you want to get there, you may end up taking the wrong direction. Make conscious decisions.
You fear taking risks and make the wrong decision	Take a calculated risk and create your backup plan.

You don't understand the choice you need to make because you don't have the accurate and necessary information	Maximise your chances, e.g. learn about others' experience of similar situations, make logical deductions from the facts, and look for published sources, read the info on mass-media. Have a visit to the nearest Migrant Resource Centre.
You are overwhelmed with the complexity of the decision or by too many options being offered at once	Break down the decision-making into convenient pieces. Whether you need to go or not to work abroad is one piece. The country of destination is another. How you'll go elsewhere is the next one.

জেনে বুঝে সিদ্ধান্ত নেয়া

বাধা বা প্রতিবন্ধকতা	এই প্রতিবন্ধকতাটি কীভাবে দূর হবে
আপনাকে কখনই কোনও সিদ্ধান্ত নেওয়ার অনুমতি / সুযোগ দেওয়া হয়নি (যেমন, আপনার বাবা-মা সবসময় আপনার জন্য সিদ্ধান্ত নিয়েছেন, বা একজন মহিলা হিসাবে আপনার পরিবারের পুরুষ প্রধানের সম্মতি থাকতে হবে)	কেবলমাত্র আপনার সীমিত সিদ্ধান্ত নেওয়ার সুযোগ থাকার কারণে আপনি নিজের সিদ্ধান্ত নিতে সক্ষম নন তা নয়, আপনি অন্যদের জিজ্ঞাসা করুন, কিন্তু আপনার নিজের বিচার বিবেচনার প্রতি আস্থা রাখুন।
আপনার একটি ধারণা রয়েছে যে বিবেচনাধীন সিদ্ধান্ত নেওয়ার জন্য পর্যাপ্ত সময় আপনার কাছে নেই	আপনি যদি বিদেশে চাকরির সন্ধান শুরু করেন তবে প্রথম প্রস্তাবটি বিবেচনা না করেই লোভনীয় বলে তা গ্রহণ করতে পারেন, তবে আপনি কী চান এবং কীভাবে আপনি সেখানে যেতে চান তা ভেবে যদি আপনি সময় না নেন তবে আপনি শেষ পর্যন্ত নিতে পারেন ভুল নির্দেশনা. সচেতন সিদ্ধান্ত নিন।
আপনি ঝুঁকি নেওয়ার এবং ভুল সিদ্ধান্ত নিতে ভয় পান	ঝুঁকি সমূহ হিসেব করুন এবং আপনার ব্যাকআপ পরিকল্পনা তৈরি করুন।
আপনার জন্য যেটা দরকার সেটা আপনি বুঝতে পারছেন না কারণ আপনার কাছে সঠিক এবং প্রয়োজনীয় তথ্য নেই	আপনার সম্ভাবনাগুলি জানতে অন্যের একই পরিস্থিতিতে অভিজ্ঞতা সম্পর্কে জানুন, যুক্তি সঙ্গত চিন্তা গুলি বাছাই করুন এবং প্রকাশিত উৎস অনুসন্ধান করুন, গণমাধ্যমের তথ্য পড়ুন। নিকটতম অভিবাসী তথ্য কেন্দ্রে ভিজিট করুন.
আপনি সিদ্ধান্তের জটিলতায় বা একসাথে অনেকগুলি বিকল্পের দ্বারা অভিভূত হয়েছেন	সিদ্ধান্ত গ্রহণের সুবিধার্থে আলাদা করে ভাগ করুন। আপনার বিদেশ যেতে হলে একধরনের সিদ্ধান্ত আর যেতে না হলে আলাদা বিষয়। গন্তব্য দেশের ধরন অনুযায়ী সিদ্ধান্ত নিতে হবে।

Are you eligible to work abroad?

The rules and documents requested vary depending upon the state you want to work in or the job involved. Some papers have to be obtained in Bangladesh before you exit the country; others have to be arranged within the country of destination, after your arrival. You must be able to produce them to the relevant authorities upon their request. You may need to have one or more of the following

documents. The documents you need depend on the applicable legislation in the country of destination.

Before your departure, you need to obtain:

- Birth Certificate- information can be found at this website: br.lgd.gov.bd
- Marriage Certificate or Nikah Nama
- Financial Documents – bank account
- Evidence of Citizenship – National ID Card (information can be found at this website: nidw.gov.bd/) and passport (information can be found at this website: passport.gov.bd/)
- Police Clearance Certificate - Information can be found at this website: police.gov.bd
- Education and skills Records – diploma, certificate, etc.
- Employment Authorization Document – labour contract and work permit
- Visa for work
- driver's licence
- medical certificate
- health insurance

After your arrival, you need to take care of:

- Evidence of Lawful Entry and Status - Arrival/Departure Record in your passport
- Resident Card/stamp
- Work permit (if not requested before leaving Bangladesh)
- health insurance (if not requested before leaving Bangladesh)
- Registration number (alien registration number for social security)
- Local driver's licence

আপনি কি বিদেশে কাজ করার যোগ্য?

আপনি যে রাষ্ট্রে কাজ করতে চান বা কাজের সাথে জড়িত হতে চান তার উপর নির্ভর করে আপনার নিয়ম এবং নথিগুলি সম্পূর্ণ। আপনি দেশ ছাড়ার আগে বাংলাদেশ থেকে কিছু কাগজপত্র সাথে নিতে হবে; গন্তব্য দেশে আপনার আগমনের পরে নিজের কাছে এই কাগজ পত্র গুলো গুছিয়ে রাখতে হবে। আপনাকে অবশ্যই এগুলি তাদের যখন দরকার হবে, উক্ত কর্তৃপক্ষের কাছে তা উপস্থাপন করতে সক্ষম হতে হবে।

আপনার নিম্নলিখিত নথি একটি বা একাধিক থাকতে হবে। আপনার যে ডকুমেন্টগুলির প্রয়োজন তা গন্তব্যের দেশে প্রযোজ্য আইনগুলির উপর নির্ভর করে।

বিদেশে যাওয়ার আগে, আপনাকে যা সাথে রাখতে হবে:

- জন্ম সনদ - তথ্য এই ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে: br.lgd.gov.bd
- বিবাহের সনদ বা নিকাহ নামা
- আর্থিক নথি - ব্যাংক অ্যাকাউন্ট
- নাগরিকত্বের প্রমাণ - জাতীয় পরিচয়পত্র (তথ্য এই ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে: nidw.gov.bd/gov.bd/) এবং পাসপোর্ট (তথ্য এই ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে: passport.gov.bd/)
- পুলিশ ক্লিয়ারেন্স সার্টিফিকেট - তথ্য এই ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে: police.gov.bd
- শিক্ষা এবং দক্ষতা রেকর্ডস - ডিপ্লোমা, প্রশংসাপত্র ইত্যাদি
- কর্মসংস্থান অনুমোদনের ডকুমেন্ট - শ্রমের চুক্তি এবং কাজের অনুমতি
- কাজের জন্য ভিসা
- ড্রাইভিং লাইসেন্স

- মেডিকেল সার্টিফিকেট
- স্বাস্থ্য বীমা

বিদেশে আপনার আগমনের পরে, আপনার যে ডকুমেন্ট সমূহের যত্ন নেওয়া দরকার:

- আইনী প্রবেশ ও আপনার অবস্থানের প্রমাণ - আপনার পাসপোর্টে আগমন / প্রস্থান রেকর্ড
- আবাসিক কার্ড / স্ট্যাম্প
- ওয়ার্ক পারমিট (যদি বাংলাদেশ ছাড়ার আগে অনুরোধ না করা হয়)
- স্বাস্থ্য বীমা (বাংলাদেশ ছাড়ার আগে যদি অনুরোধ না করা হয়)
- নিবন্ধনকরণ নম্বর (সামাজিক সুরক্ষার জন্য প্রাসঙ্গিক রেজিস্ট্রেশন নম্বর)
- স্থানীয় ড্রাইভিং লাইসেন্স

[Are you eligible to seek employment \(age limit, medical requirement, etc.\)?](#)

Find how old do you have to be to get working papers. As a general rule, the ILO sets 15 years old as the minimum age for employment and the minimum age for hazardous work at 18 years old. Specific rules are applicable in different states (i.e., Saudi Arabia bars migrants from being employed in twelve types of work, mostly in sales).

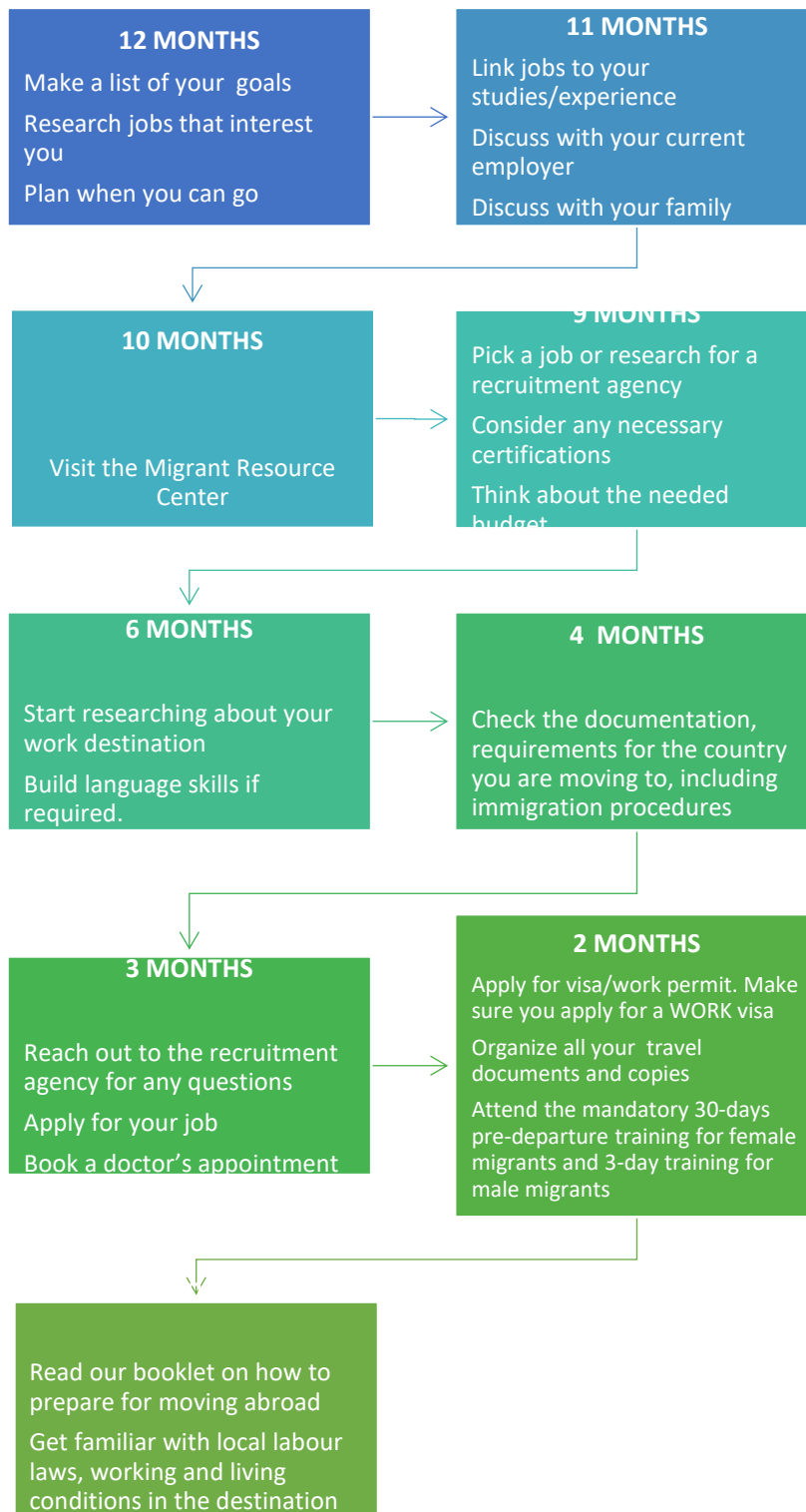
[আপনি কি বিদেশে চাকরির জন্য যোগ্য \(বয়সসীমা, চিকিৎসার প্রয়োজনীয়তা ইত্যাদি\)?](#)

কাজের কাগজপত্র পেতে আপনার কত বয়স হতে হবে তা জেনে নিন। একটি সাধারণ নিয়ম হিসাবে, আইএলও কর্মসংস্থানের ন্যূনতম বয়স হিসাবে ১৫ বছর এবং ঝুঁকিপূর্ণ কাজের জন্য সর্বনিম্ন বয়স ১৮ বছর নির্ধারণ করেছে। বিভিন্ন রাষ্ট্রে ভিন্ন ভিন্ন আইন বা বিধি প্রযোজ্য রয়েছে (যেমন, সৌদি আরব প্রবাসীদের ১২ ধরনের কাজে নিযুক্ত করা নিষিদ্ধ করে, যার বেশিরভাগ বিক্রয়ের ক্ষেত্রে)।

In many cases, your prospective employer may request medical examination procedures to ensure you are of sound physical health to handle the job offered. You must go through a medical test that will determine whether your heart, lungs, eyes, ears, and limbs are healthy. Depending on the type of job, the exam may also include drug and psychological tests.

অনেক ক্ষেত্রেই, আপনার সম্ভাব্য নিয়োগকর্তা মেডিক্যাল পরীক্ষাগুলোর জন্য অনুরোধ করতে পারেন যাতে এটা নিশ্চিত হয় যে আপনি প্রস্তাবিত কাজটি পরিচালনা করতে সঠিক শারীরিক স্বাস্থ্যের অধিকারী। আপনাকে অবশ্যই মেডিকেল চেক আপ পরীক্ষার মধ্য দিয়ে যেতে হবে যা নির্ধারণ করবে যে আপনার হার্ট, ফুসফুস, চোখ, কান এবং অঙ্গগুলি স্বাস্থ্যকর, কাজের ধরনের উপর নির্ভর করে পরীক্ষায় ড্রাগ ও মনস্তাত্ত্বিক পরীক্ষাও অন্তর্ভুক্ত হতে পারেন।

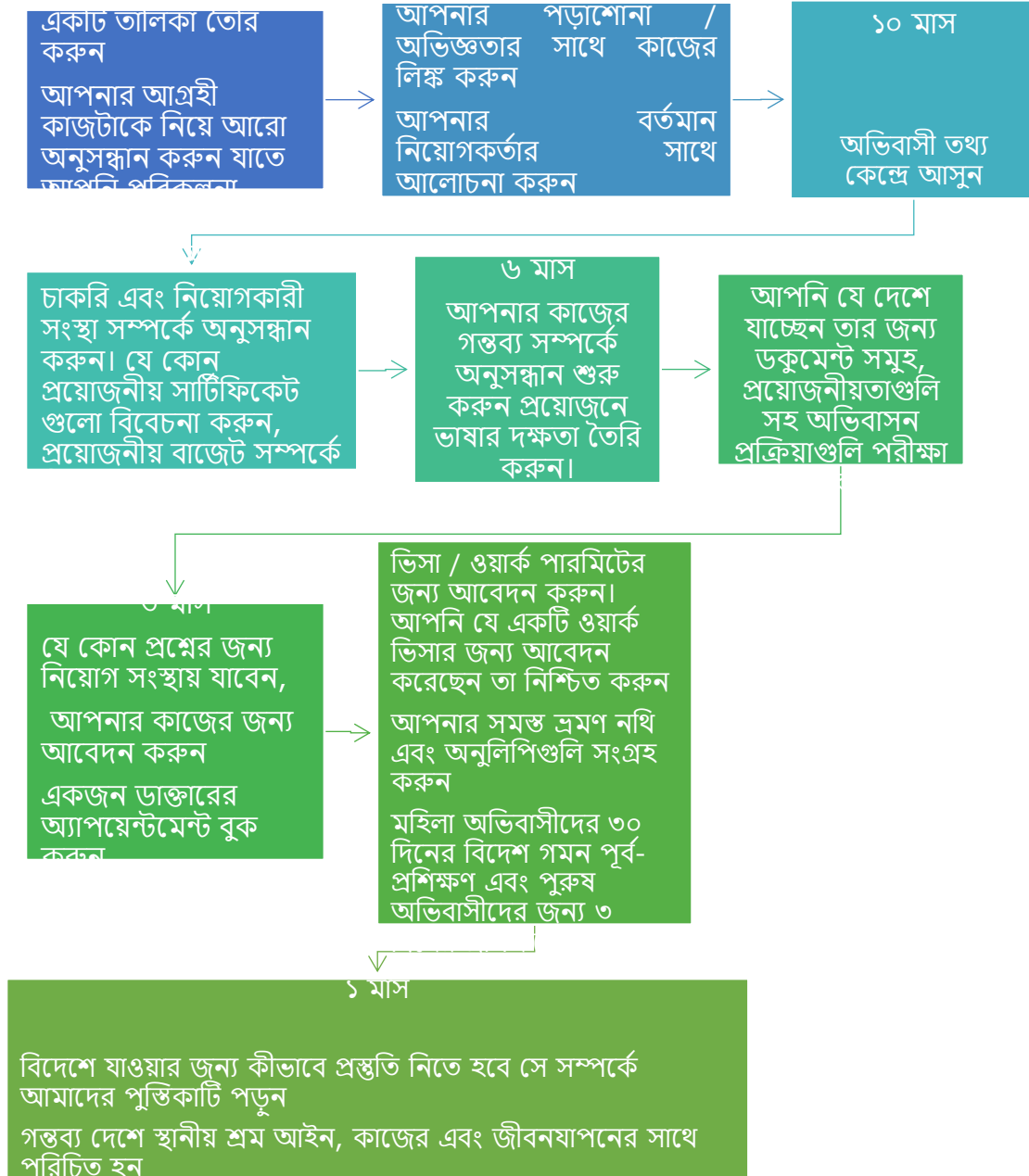
Going abroad – a suggested timeline.



Session 2 - Involving the family members

Migrating is often not just an individual but a household decision. Each member of the family may react differently to your move and may encounter different problems during your departure period. Acknowledge their feelings and act accordingly.

বিদেশে যাওয়া - একটি প্রস্তাবিত সময়রেখা।



সেশন ২ – পরিবারের সদস্যদের অন্তর্ভুক্তি করা

বিদেশ যাওয়া প্রায়শই কেবলমাত্র কোন ব্যক্তি নয়, এটি একটি পারিবারিক সিদ্ধান্ত, পরিবারের প্রতিটি সদস্য আপনার পদক্ষেপে ভিন্নভাবে প্রতিক্রিয়া জানাতে পারে যা আপনার প্রস্থানকালীন সময়ে বিভিন্ন সমস্যার মুখোমুখি করতে পারে। তাদের অনুভূতি স্বীকার করুন এবং সেই অনুসারে কাজ করুন।

Why should you talk to your family?

Usually, you are not leaving Bangladesh with your entire family. More often, due to uncertainty about living conditions and the high cost of migration, you will leave the rest of your family behind: your spouse, your children, and your parents. The impact of migration on family members left behind can be significant; that's why the decision should be taken after discussing with your family members.

কেন আপনার পরিবারের সাথে কথা বলা উচিত?

হয়তো আপনি আপনার পুরো পরিবার নিয়ে বাংলাদেশ ছাড়ছেন না। প্রায়শই, জীবনযাত্রার পরিস্থিতি সম্পর্কে অনিশ্চয়তা এবং অভিবাসনের উচ্চ ব্যয়ের কারণে আপনি আপনার পরিবারের বাকি সদস্যদের পিছনে ফেলে যাবেন: আপনার স্ত্রী, সন্তান এবং আপনার বাবা-মা। পরিবারের সদস্যদের পিছনে ফেলে অভিবাসনের প্রভাব উল্লেখযোগ্য হতে পারে; এজন্য আপনার পরিবারের সদস্যদের সাথে আলোচনা করার পরে সিদ্ধান্ত নেওয়া উচিত।

Even more, in Bangladesh migrant women should have an affidavit acknowledge by a legal guardian in order to be able to follow the recruitment process.

আরও বলা যায়, বাংলাদেশে অভিবাসী মহিলাদের নিয়োগ প্রক্রিয়া সম্পন্ন করার জন্য তার আইনী অভিভাবকের দ্বারা একটি হলফনামা স্বীকৃতি প্রদান করতে হবে।

The specific nature of the links between you and your family impacts on the migration decision, as you have emotional ties with your family. Family members who have already migrated can provide you information about the potential destination and possible support while adapting to the new country. As migration is costly, you will need the help of your family to finance your journey.

আপনার এবং আপনার পরিবারের মধ্যে সম্পর্কের ধরন অভিবাসন সিদ্ধান্তের উপর প্রভাব ফেলে। ইতিমধ্যে মাইগ্রেশন করা পরিবারের সদস্যরা আপনাকে নতুন দেশে মানিয়ে নেওয়ার সময় সম্ভাব্য গন্তব্য এবং সম্ভাব্য সহায়তা সম্পর্কে তথ্য সরবরাহ করতে পারে। মাইগ্রেশন যেহেতু ব্যয়বহুল, তাই আপনার যাত্রাপথের অর্থ ব্যয় করতে আপনার পরিবারের সহায়তা প্রয়োজন।

Does your family support your objectives to go overseas?

If you have an unsupportive family, try to understand your family's concerns as they usually come from the right place. Talk to them and explain to your family what you are doing and why you are doing it. Discuss with them the pros and cons of migration.

আপনার পরিবার বিদেশে যাওয়ার ইচ্ছেকে কি সমর্থন করে?

আপনার যদি একটি অসমর্থিত পরিবার থাকে তবে আপনার পরিবারের উদ্বেগগুলির কারণগুলো যথাযথভাবে সঠিক জায়গা থেকে বোঝার চেষ্টা করুন। তাদের সাথে কথা বলুন এবং আপনার পরিবারকে

বোঝান যে আপনি কী করছেন এবং আপনি কেন করছেন। তাদের সাথে মাইগ্রেশনের উপকারিতা এবং আলোচনা করুন।

Pros	Cons
additional income to the family budget	the heavier burden on family members who stay behind
a way to getting out of poverty	the recruitment fees are very high for going abroad
increase options for children's education	educational problems for children left behind (i.e., dropping out of school)
a way to improve the financial, economic and social status of your family	problems due to separation (more/new responsibilities, psychological or medical issues)
opportunities to save money to invest in businesses	high expectations of migration/ fear of failure
increase the power of family members who remain back home	reduce labour force participation of family members who stay behind when they receive remittances
improve women's autonomy, self-esteem and social standing, and provide women and girls with new skills	change social and gender norms, including the challenges regarding the women free movement and independent travel

স্বপক্ষের যুক্তি	বিপক্ষে যুক্তি
পরিবারের বাজেটে অতিরিক্ত আয়	পিছনে থাকা পরিবারের সদস্যদের উপর ভারী বোঝা
দারিদ্র্য থেকে মুক্তি পাওয়ার উপায়	বিদেশে যাওয়ার জন্য নিয়োগের ফি অনেক বেশি
বাচ্চাদের শিক্ষার জন্য বিকল্পগুলি বাড়ানো	পিছনে থাকা বাচ্চাদের জন্য শিক্ষাগত সমস্যা (যেমন, স্কুল ছাড়তে হবে)
আপনার পরিবারের অর্থনৈতিক এবং সামাজিক অবস্থা উন্নত করার একটি উপায়	বিচ্ছেদ কারণে সমস্যা (আরও / নতুন দায়িত্ব, মনস্তাত্ত্বিক বা মেডিকেল চিকিৎসা সংক্রান্ত সমস্যা)
ব্যবসায় বিনিয়োগের জন্য অর্থ সাশ্রয়ের সুযোগ	অভিবাসনের উচ্চ প্রত্যাশা / ব্যর্থতার ভয়
পরিবারের সদস্য যারা বাড়ীতে ফিরে যান তাদের শক্তি বাড়ানো	যে সকল পরিবারের সদস্যরা রেমিট্যান্স পেলে পিছনে থাকে তাদের শ্রমশক্তির অংশগ্রহণ হ্রাস করুন
মহিলাদের স্বায়ত্তশাসন, আত্মমর্যদাবোধ এবং সামাজিক অবস্থান উন্নতি করে এবং মহিলা ও মেয়েদেরকে নতুন দক্ষতা সরবরাহ করে	মহিলাদের মুক্ত চলাচল এবং স্বতন্ত্র ভ্রমণ সংক্রান্ত চ্যালেঞ্জ সহ সামাজিক ও লিঙ্গীয় নিয়মাবলী পরিবর্তন করুন

Can you stay away from your family for a long period?

Another element to consider when assessing the relationship between migration and the family left behind is the duration of migration. Modern technology facilitates more accessible communication now. You can use apps such as Viber, Imo, Facebook Messenger, WhatsApp, etc. so that you can talk to them regularly. However, it still makes a lot of difference if you're physically present. If you intend to stay for an extended period, you have to prepare them and yourself for this eventual new set-up in your daily lives.

আপনি কি দীর্ঘ সময়ের জন্য পরিবার থেকে দূরে থাকতে পারেন?

মাইগ্রেশন এবং পিছনে থাকা পরিবারের মধ্যে সম্পর্কের মূল্যায়ন করার সময় অন্য একটি উপাদান বিবেচনা করার বিষয় হলো অভিবাসন সময়কাল। যোগাযোগের সুবিধার্থে আধুনিক প্রযুক্তি এখন আরো সহজলভ্য। আপনি ভাইবার, ইমো, ফেসবুক ম্যাসেঞ্জার, হোয়াটসঅ্যাপ ইত্যাদির মতো অ্যাপ্লিকেশন গুলি ব্যবহার করতে পারেন যাতে আপনি তাদের সাথে নিয়মিত কথা বলতে পারেন। তবে, আপনার শারীরিকভাবে উপস্থিতি আলাদা বিষয়। যদি আপনি আরো বেশি সময়কালের জন্য থাকার ইচ্ছা করেন, আপনার প্রতিদিনের জীবনে এই নতুন সেট আপের জন্য আপনাকে তাদের এবং নিজেকে প্রস্তুত করতে হবে।

Can your family members manage to be away from you for a long period?

Your absence might have negative consequences for your spouse. You need to reassure them that the remaining family is not abandoned in any sense. Consider the effects long-distance might have on it. Make sure you discuss with your spouse about what you want out of your job abroad and pay attention to their objections. The worries can be related to new roles and responsibilities, payment of debt, anxiety, loneliness, as well as money issues. Review how to transfer the family roles each is taking on and how to split up the household responsibilities.

আপনার পরিবারের সদস্যরা কি দীর্ঘ সময়ের জন্য আপনার থেকে দূরে থাকতে পারবেন?

আপনার অনুপস্থিতি আপনার সঙ্গীর (স্ত্রী বা স্বামী) জন্য নেতিবাচক পরিণতি হতে পারে। আপনার তাদের আশ্বস্ত করতে হবে যে পরিবার কোন অর্থেই পরিত্যাজ্য নয়। শুধু অনেক-দূরত্বের প্রভাবগুলি বিবেচনা করুন। বিদেশে আপনার চাকরি থেকে আপনি কী চান সে বিষয় সম্পর্কে আপনার জীবন সঙ্গীর সাথে আলোচনা করে তাদের অভিযোগের প্রতি মনোযোগ দিচ্ছেন তা নিশ্চিত করুন। উদ্বেগগুলি নতুন ভূমিকা ও দায়িত্ব, ঋণ পরিশোধ, উদ্বেগ, একাকীত্ব, পাশাপাশি অর্থের সমস্যার সাথে সম্পর্কিত হতে পারে। পরিবারের প্রতিটি ভূমিকা কীভাবে স্থানান্তর করা যায় এবং কীভাবে পারিবারিক দায়িত্বগুলি বিভক্ত করবেন তা পর্যালোচনা করুন।

Can your family members manage the finance without your support?

Discuss and decide with your family about who will handle the finance, how it will be managed. Discuss openly with your spouse about how much your family is earning, how much you're expected to earn abroad, how much you owe, how much the family needs to spend, and how much you can save. Learn how you can make a financial plan visiting the Migrant Resource Centres <http://mrc-bangladesh.org/>.

আপনার পরিবারের সদস্যরা আপনার সমর্থন ছাড়াই কি আর্থিক বিষয়গুলি পরিচালনা করতে পারবেন?

কে আর্থিক পরিচালনা করবে, কীভাবে এটি পরিচালিত হবে সে সম্পর্কে আপনার পরিবারের সাথে আলোচনা করুন এবং সিদ্ধান্ত নিন। আপনার পরিবার কতটা উপার্জন করছে, বিদেশে আপনার কতটা আয় হবে, আপনি কতটা ব্যয়, পরিবারকে কতটা ব্যয় করতে হবে এবং আপনি কতটা সঞ্চয় করতে পারবেন সে সম্পর্কে আপনার স্ত্রীর সাথে খোলামেলা আলোচনা করুন। আপনি চাইলে অভিবাসী তথ্য কেন্দ্রগুলি <http://mrc-bangladesh.org/> তে গিয়ে কীভাবে আর্থিক পরিকল্পনা তৈরি করতে পারেন তা শিখুন।

How to make a financial plan?

You can create a personal financial plan to meet your financial goals. By choosing to budget, save and invest, you can pay off debt, send money to your children and put money away for a rainy day. A financial plan can be a helpful money management tool. Creating and maintaining a financial plan is something you must take seriously enough.

কিভাবে একটি আর্থিক বিষয়ে পরিকল্পনা করবেন?

আপনার আর্থিক লক্ষ্য পূরণের জন্য আপনি একটি ব্যক্তিগত আর্থিক পরিকল্পনা তৈরি করতে পারেন। বাজেট, সংরক্ষণ এবং বিনিয়োগ বেছে নেওয়ার মাধ্যমে আপনি ঋণ পরিশোধ করতে পারেন, আপনার বাচ্চাদের কাছে অর্থ প্রেরণ করতে পারেন এবং বর্ষা বন্যা এর আলাদা অর্থ জমা রাখতে পারেন। একটি আর্থিক পরিকল্পনা একটি সহায়ক অর্থ পরিচালন সরঞ্জাম হতে পারে। একটি আর্থিক পরিকল্পনা তৈরি করা এবং বজায় রাখা এমন একটি বিষয় যা আপনাকে অবশ্যই যথেষ্ট গুরুত্ব সহকারে নিতে হবে।

Write down your financial goals

Think about what you want to achieve financially within a certain number of months. What do you want in the future? In preparing your goals, be realistic and be flexible.

আপনার আর্থিক লক্ষ্যগুলি লিখুন

আপনি নির্দিষ্ট মাসের মধ্যে আর্থিকভাবে কী অর্জন করতে চান তা ভেবে দেখুন ভবিষ্যতে আপনি কী চান? আপনার লক্ষ্যগুলি প্রস্তুত করার ক্ষেত্রে, বাস্তববাদী হন এবং নমনীয় হন।

Try writing some of your financial goals

Short-term financial goals (less than a year from now)			
	Purpose?	Amount of money?	By when?
1	Minor repairs and home improvements	200 US\$	4 months from now
2	Payments toward rent	300 US\$	6 months from now
3	Saving for future investment	500 US\$	9 months from now
Long-term financial goals (more than a year from now)			
	Purpose?	Amount of money?	By when?
1	Pay Off Debts	2000 US\$	2 years from now
2	Become Mortgage-Free	1000 US\$	1,5 year from now
3	Save For Kids' Education	3000 US\$	3 years from now

আপনার কিছু আর্থিক লক্ষ্য লেখার চেষ্টা করুন

স্বল্প-মেয়াদী আর্থিক লক্ষ্য (এখন থেকে এক বছরেরও কম)			
	উদ্দেশ্য?	টাকার পরিমাণ?	কত সময়ে?
১	ছোটখাটো মেরামত এবং বাড়ির উন্নতি	২০০ মার্কিন ডলার	এখন থেকে ৪ মাস
২	ভাড়া প্রদান	৩০০ মার্কিন ডলার	এখন থেকে ৬ মাস
৩	ভবিষ্যতের জন্য সঞ্চয়	৫০০ মার্কিন ডলার	এখন থেকে ৯ মাস

দীর্ঘমেয়াদী আর্থিক লক্ষ্য (এখন থেকে এক বছরেরও বেশি)			
	উদ্দেশ্য?	টাকার পরিমাণ?	কত সময়ে?
১	ঋণ পরিশোধ	২০০০ মার্কিন ডলার	এখন থেকে ২ বছর
২	বন্ধক মুক্ত হওয়া	১০০০ মার্কিন ডলার	এখন থেকে ১.৫ বছর
৩	বাচ্চাদের শিক্ষার জন্য জমা করা	৩০০০ মার্কিন ডলার	এখন থেকে ৩ বছর

Make your financial budget

A budget allows you to understand where your money goes and identify money for saving. You can adapt the following table to match your own requirements. You need to determine if you are living on what you make (total expenses do not exceed total net income) or if you are spending more than you make (total expenses exceed total net income).

Total Income	1000 US\$
Total Expenses	1075 US\$
Total Surplus/ Deficit	- 75 US\$

আপনার আর্থিক বাজেট তৈরি করুন:

একটি বাজেট আপনাকে বুঝতে সাহায্য করে যে আপনার অর্থ কোথায় যায় এবং সঞ্চয় করার জন্য অর্থ থাকে। আপনার নিজের প্রয়োজনীয়তার সাথে মিল রেখে আপনি নীচের টেবিলটি মানিয়ে নিতে পারেন। আপনি যা নির্ধারণ করছেন (মোট ব্যয় মোট নেট আয়ের বেশি নয়) বা আপনি যে তুলনায় বেশি ব্যয় করছেন (মোট ব্যয় মোট নেট আয়ের চেয়ে বেশি) আপনাকে নির্ধারণ করতে হবে।

মোট আয়	১০০০ মার্কিন ডলার
মোট ব্যয়	১০৭৫ মার্কিন ডলার
মোট উদ্বৃত্ত / ঘাটতি	- ৭৫ মার্কিন ডলার

The amount of surplus (unspent money) is available for you to use for additional savings or to reach your short- or long-term goals. The amount of deficit is the amount of money you must subtract from your expenses in order to keep from spending more than you make.

To develop a budget, you need to:

1. Calculate your monthly income.
2. Track your daily expenses and determine how much you spend on monthly bills.

অতিরিক্ত সঞ্চয় বা আপনার স্বল্প বা দীর্ঘমেয়াদী লক্ষ্য পৌঁছানোর জন্য উদ্বৃত্ত পরিমাণ (অব্যবহৃত অর্থ) থাকতে হবে। ঘাটতির পরিমাণ হলো আপনার অর্থ ব্যয়ের থেকে বেশি ব্যয় করা, এর থেকে বাঁচার জন্য আপনাকে আপনার ব্যয় থেকে বিয়োগ করতে হবে।

একটি বাজেট বিকাশ করতে আপনার প্রয়োজনঃ

- ১। আপনার মাসিক আয় গণনা করা।
- ২। আপনার প্রতিদিনের ব্যয় চিহ্নিত করুন এবং আপনি মাসিক বিলে কতটা ব্যয় করেছেন তা নির্ধারণ করুন।

1. Calculate your monthly income

You should determine your **net income**, or what is left after deductions have been made from your wages. Your net income is the amount of money you control to purchase your needs and wants as well as money to save.

Total the incomes by category:

Monthly net income from all sources	
Source: employer 1	900 US\$
Source: employer 2	0 US\$
Part-time income:	100 US\$
Other:	0 US\$
Total of all above amounts	1000 US\$

১। আপনার মাসিক আয় গণনা করুন

আপনার নিজের নিট আয় বা আপনার মজুরি থেকে ছাড়ের পরে কী বাকী রয়েছে তা নির্ধারণ করা উচিত। আপনার নেট ইনকাম হ'ল আপনার প্রয়োজনীয়তা কেনার জন্য নিয়ন্ত্রণ করা অর্থের পরিমাণ এবং সেইসাথে অর্থ সঞ্চয় করার জন্য।

বিভাগ/শ্রেণী অনুসারে মোট আয়ঃ

সমস্ত উৎস থেকে মাসিক নিট আয়	
উৎসঃ নিয়োগকর্তা ১	৯০০ মার্কিন ডলার
উৎসঃ নিয়োগকর্তা ২	০ মার্কিন ডলার
খণ্ডকালীন আয়ঃ	১০০ মার্কিন ডলার
অন্যান্য	০ মার্কিন ডলার
উপরের সমস্ত পরিমাণ	১০০০ মার্কিন ডলার

2. Track your daily expenses and determine how much you spend on monthly bills

In order to manage your money, you have to know where your money is going. Record your expenses. Note each item purchased and how much you paid for it. **Fixed expenses** are those you usually pay on a regular basis. They may be the same amount each time, or they may vary from month to month. **Flexible expenses** are those that usually vary in amount from month to month.

২. আপনার প্রতিদিনের ব্যয় ট্র্যাক করুন এবং আপনি মাসিক বিলে কতটা ব্যয় করেছেন তা নির্ধারণ করুন

আপনার অর্থ পরিচালনা করার জন্য আপনাকে জানতে হবে আপনার অর্থ কোথায় যাচ্ছে। আপনার ব্যয় রেকর্ড করুন। কেনা প্রতিটি আইটেম এবং আপনি এটির জন্য কত অর্থ প্রদান করেছেন তা নোট করুন। নির্দিষ্ট ব্যয় হলো আপনি সাধারণত নিয়মিত ভিত্তিতে প্রদান করেন। এগুলি প্রতিবারের মতো একই পরিমাণে হতে পারে, বা তারা মাসে-মাসে পরিবর্তিত হতে পারে। নমনীয় ব্যয় হ'ল যা সাধারণত এক মাস থেকে মাসে মাসে পরিবর্তিত হয়।

Total the expenditures by category:

Amounts Spent by Week					
Categories	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	total
Fixed Expenses					710 US\$
housing (rent, cable TV, gas, water, electric, etc.)					250 US\$
debts/ loans					300 US\$
family remittance					100 US\$
insurance					10 US\$
savings					50 US\$
other					0 US\$
Flexible Expenses					365 US\$
food & related items (groceries, cigarettes etc.)	40 US\$	40 US\$	40 US\$	40 US\$	160 US\$
clothing & personal care (new clothes, clothing repairs, dry cleaning, hairdresser/barber etc.)	0 US\$	0 US\$	0 US\$	30 US\$	30 US\$
transportation (gasoline, car repair, public transportation, etc.)	10 US\$	10 US\$	10 US\$	10 US\$	40 US\$
medical care (doctor bills, medicine etc.)	10 US\$	10 US\$	10 US\$	45 US\$	75 US\$
recreation (books, magazines, movies, entertainment etc.)	10 US\$	10 US\$	10 US\$	10 US\$	40 US\$
other (birthdays, holidays)					20 US\$
Totals					1075 US\$

বিভাগ অনুসারে মোট ব্যয়:

সপ্তাহে ব্যয় করা পরিমাণ					
বিভাগ	সপ্তাহ ১	সপ্তাহ ২	সপ্তাহ ৩	সপ্তাহ ৪	মোট
নির্দিষ্ট ব্যয় সমূহ					৭১০ মার্কিন ডলার
আবাসন (ভাড়া, কেবল টিভি, গ্যাস, জল, বৈদ্যুতিন ইত্যাদি)					২৫০ মার্কিন ডলার
ঋণ / লোন					৩০০ মার্কিন ডলার
পরিবার রেমিট্যান্স					১০০ মার্কিন ডলার
বীমা					১০ মার্কিন ডলার
জমা					৫০ মার্কিন ডলার
অন্যান্য					০ মার্কিন ডলার

নমনীয় ব্যয়					৩৬৫ মার্কিন ডলার
খাদ্য ও সম্পর্কিত আইটেম (মুদি, সিগারেট ইত্যাদি)	৪০ মার্কিন ডলার	৪০ মার্কিন ডলার	৪০ মার্কিন ডলার	৪০ মার্কিন ডলার	১৬০ মার্কিন ডলার
পোশাক এবং ব্যক্তিগত যত্ন (নতুন পোশাক, লপ্ত্রী, ড্রাই ক্লিনিং, হেয়ারড্রেসার / নাপিত ইত্যাদি)	০ মার্কিন ডলার	০ মার্কিন ডলার	০ মার্কিন ডলার	৩০ মার্কিন ডলার	৩০ মার্কিন ডলার
পরিবহন (পেট্রোল, গাড়ি মেরামত, গণপরিবহন ইত্যাদি)	১০ মার্কিন ডলার	১০ মার্কিন ডলার	১০ মার্কিন ডলার	১০ মার্কিন ডলার	৪০ মার্কিন ডলার
চিকিৎসা সেবা (ডাক্তারের বিল, ওষুধ ইত্যাদি)	১০ মার্কিন ডলার	১০ মার্কিন ডলার	১০ মাঃ ডঃ	৪৫ মার্কিন ডলার	৭৫ মার্কিন ডলার
বিনোদন (বই, ম্যাগাজিন, সিনেমা, বিনোদন ইত্যাদি)	১০ মার্কিন ডলার	১০ মার্কিন ডলার	১০ মার্কিন ডলার	১০ মার্কিন ডলার	৪০ মার্কিন ডলার
অন্যান্য (জন্মদিন, ছুটির দিন)					২০ মার্কিন ডলার
মোট					১০৭৫ মার্কিন ডলার

Who will care for your children in your absence?

Ensure you have a good connection with your spouse to keep you up-to-date on what's happening in your child/children's life. For children, your absence is both an emotional and psychological distress. Children who remain behind are more likely to experience depression, anxiety, bullying and other health problems. Keep in contact with your child by texting, email, instant messaging, video calling and Skype. Be persevering even if your child does not understand your struggles and will not always answer as you expect.

আপনার অনুপস্থিতিতে আপনার বাচ্চাদের কে যত্ন নেবে?

আপনার সন্তানের / বাচ্চাদের জীবনে যা ঘটছে সে সম্পর্কে আপনাকে আপ টু ডেট রাখার জন্য আপনার স্ত্রী বা স্বামীর সাথে ভাল যোগাযোগ রাখুন। শিশুদের জন্য, আপনার অনুপস্থিতিতে আবেগীয় এবং মানসিক চাপ তৈরি হবে। যেসব শিশুরা পিছিয়ে থাকে তারা হতাশা, উদ্বেগ, হুমকি এবং অন্যান্য স্বাস্থ্য সমস্যার ঝুঁকির সম্ভাবনা বেশি থাকে। মেসেজ, ইমেল, তাৎক্ষণিক মেসেজ, ভিডিও কল এবং স্কাইপের মাধ্যমে আপনার সন্তানের সাথে যোগাযোগ রাখুন। আপনার শিশু যদি আপনার সংগ্রাম বুঝতে না পারে এবং আপনার প্রত্যাশা মতো সবসময় উত্তর না দেয়, তাহলেও নিয়মিত যোগাযোগ রাখুন।

Can your parents manage day to day activities without your support?

It's normal to have concerns about your parents' health and well-being. Older parents may need care and support from their children. Discuss with them about the ways to allow your parents to stay independent during your departure. You may need to find a caretaker to help your parents. This will affect your budget, so think carefully about it. Moreover, loneliness is a problem among the elderly

left behind, so it is important to keep contact. Find out what are the best options to stay in touch with them.

আপনার সমর্থন ছাড়া আপনার পিতামাতা প্রতিদিনের কাজ পরিচালনা করতে পারবেন?

আপনার পিতামাতার স্বাস্থ্য এবং সুস্বাস্থ্যের বিষয়ে আপনার উদ্বেগ থাকা স্বাভাবিক। বয়স্ক বাবা-মায়েদের তাদের সন্তানের কাছ থেকে যত্ন এবং সহায়তার প্রয়োজন হতে পারে। আপনার যাবার সময় আপনার পিতা-মাতাকে স্বাধীনভাবে থাকার উপায়গুলি সম্পর্কে তাদের সাথে আলোচনা করুন। আপনার পিতামাতাকে সাহায্য করার জন্য আপনার অন্য কাউকে দরকার হতে পারে। এটি আপনার বাজেটের উপর প্রভাব ফেলবে, তাই এটি সম্পর্কে সাবধানতার সাথে চিন্তা করুন। তদুপরি, প্রবীণদের একটি সমস্যা হলো একাকীত্ব যা একটি পিছুটান, তাই তাদের সাথে যোগাযোগ রাখা গুরুত্বপূর্ণ। তাদের সংস্পর্শে থাকার জন্য সবচেয়ে ভালো বিকল্পগুলি কী কী তা সন্ধান করুন।

Session 3 - Where to migrate

The main destination countries for migrant workers from Bangladesh are Saudi Arabia, Malaysia, Qatar, Oman, Singapore and the United Arab Emirates. In case of women, the main destination countries are Saudi Arabia, Jordan, Oman and Qatar. Note that some countries are emerging as new destination locations, such as Japan and the Republic of Korea.

সেশন ৩ – কোথায় অভিবাসন করবেন

বাংলাদেশ থেকে অভিবাসী শ্রমিকদের মূল গন্তব্য দেশগুলি হলো সৌদি আরব, মালয়েশিয়া, কাতার, ওমান, সিঙ্গাপুর এবং সংযুক্ত আরব আমিরাত। মহিলাদের ক্ষেত্রে, প্রধান গন্তব্য দেশগুলি হলো সৌদি আরব, জর্দান, ওমান এবং কাতার। উল্লেখ্য যে কয়েকটি দেশ জাপান এবং কোরিয়া প্রজাতন্ত্রের মতো নতুন গন্তব্যস্থল হিসাবে আবির্ভূত হচ্ছে।

Take your time

Don't rush into the decision to go abroad. It's much better off being safe than sorry. You must allow yourself to take the time to process all the information you've found during your research phase. Take your time to assess/understand what could go wrong.

আপনি সময় নিন

বিদেশ যাওয়ার সিদ্ধান্তে তাড়াহুড়ো করবেন না। দুঃখিত হওয়ার চেয়ে নিরাপদ থাকা অনেক ভাল। আপনার অনুসন্ধান পর্যায়ে যে সমস্ত তথ্য পেয়েছেন তা প্রক্রিয়াধীন করার জন্য আপনাকে অবশ্যই সময় দিতে হবে। কী ভুল হতে পারে তা নির্ধারণ / বোঝার জন্য আপনি সময় নিন।

What is your preferred destination?

Understandably, picking a destination is a big decision. Everyone wants a career that is both pleasant and pays all the bills. The problem is when your expectations don't match the reality of the new job. Keep in mind that the potential destinations are not always your preferred destination. The lack of finances, the policies in force in the destination country, other administrative barriers, or just bad luck may force you to select another destination.

আপনার পছন্দসই গন্তব্য কোনটি?

প্রসঙ্গত, কোন গন্তব্য বেছে নেওয়া একটি বড় সিদ্ধান্ত। প্রত্যেকেই এমন একটি ক্যারিয়ার চান যেখানে উভয়ই সন্তোষজনক এবং সমস্ত পারিশ্রমিক প্রদান করে। সমস্যাটি তখনই হয় যখন আপনার প্রত্যাশার নতুন কাজের বাস্তবতার সাথে মেলে না। মনে রাখবেন যে সম্ভাব্য গন্তব্যগুলি সর্বদা আপনার পছন্দসই গন্তব্য নয়। অর্থের অভাব, গন্তব্য দেশে কার্যকর নীতিগুলি, অন্যান্য প্রশাসনিক বাধা বা কেবল দুর্ভাগ্য আপনাকে অন্য গন্তব্য নির্বাচন করতে বাধ্য করতে পারে।

When making your plans keep in mind the following:

- The labour demand for migrant workers will remain high in the GCC countries, particularly in the **construction industry**. The governments promote mega-investment infrastructure projects as diversification strategies like UAE The Tower at Dubai Creek Harbour/ Dubai Creek Tower and Dubai's Blue Water Island; Qatar's World Cup 2022 & Lusail; Saudi Arabia's Kingdom Neom, the Red Sea Project, Qiddiya, Ad Diriyah, Jeddah Tower & Jeddah Metro, Al Widyah and Riyadh Metro; Bahrain's The Avenues; Kuwait Olympic Village; Oman's Ras Al Khar Eco-Resort Sur. Your bonus: employers prefer migrant workers than locals due to the perceived work ethic!

আপনার পরিকল্পনা করার সময় নিম্নলিখিত বিষয়গুলি মনে রাখবেন:

জি সি সি অর্থাৎ মধ্য প্রাচ্যের দেশগুলিতে, **বিশেষত নির্মাণ শিল্পে** অভিবাসী শ্রমিকদের শ্রমের চাহিদা বেশি থাকবে। সরকার বৈচিত্র্য কৌশল হিসাবে মেগা-বিনিয়োগের অবকাঠামো প্রকল্পগুলিকে প্রচার করে যেমন সংযুক্ত আরব আমিরাত দ্য টাওয়ার দুবাই ক্রিক হারবার / দুবাই ক্রিক টাওয়ার এবং দুবাইয়ের ব্লু ওয়াটার আইল্যান্ডের মতো; কাতারের বিশ্বকাপ ২০২২ & লুসাইল; সৌদি আরবের কিংডম নেওম, লোহিত সাগর প্রকল্প, কিদ্দিয়া, অ্যাড দিরিয়া: জেদ্দা টাওয়ার & জেদ্দা মেট্রো, আল বিদিয়ান এবং রিয়াদ মেট্রো; বাহরাইন দ্য অ্যাভিনিউস; কুয়েত অলিম্পিক ভিলেজ; ওমানের রাস আল খার ইকো-রিসর্ট সুর। আপনার বোনাস: মালিকগণ কর্মক্ষেত্রের অনুভূত কারণে স্থানীয়দের তুলনায় অভিবাসী কর্মীদের বেশি পছন্দ করেন!

- In the **care sector** the labour demand will remain high both in the short and long-run. However, take note of the fact the shortage of care workers, combined with diplomatic bans imposed by some sending countries, has triggered trafficking and irregular migration in destination countries.

সেবা খাতে স্বল্প ও দীর্ঘমেয়াদে শ্রমের চাহিদা বেশি থাকবে তবে, লক্ষ্য করবেন, কিছু প্রেরণকারী দেশ কর্তৃক আরোপিত কূটনৈতিক নিষেধাজ্ঞার কারণে সেবা কর্মীদের অভাব হয়, যা গন্তব্য দেশগুলিতে পাচার ও অনিয়মিতভাবে অভিবাসন ঘটায়।

- The labour demand will remain high in **medical and nursing** fields in various hospitals due to the expansion of health care facilities and the ageing population. But these positions impose high-skill requirements for future migrant workers prior to their arrival in the destination countries.

স্বাস্থ্যখাতের সুবিধাগুলি এবং বার্ধক্যের জনসংখ্যা বৃদ্ধির কারণে বিভিন্ন হাসপাতালে **চিকিৎসা ও নার্সিংয়ের** ক্ষেত্রে শ্রমের চাহিদা বেশি থাকবে। তবে এই অবস্থানগুলি গন্তব্য দেশে আসার আগে ভবিষ্যতের অভিবাসী কর্মীদের জন্য উচ্চ-দক্ষতা অর্জন করা প্রয়োজন।

How to pick the right destination?

Many factors come into play when picking the right destination; here are a few you should consider:

- **Costs**

make sure you understand all costs involved and what is and is not covered by your employer. What is the maximum limit you can afford to pay? Where will you take the money from?

- **Visas**

Even if you have the money, you need to understand the rights and limitations associated with the visa you can obtain; **this will play the most important role in determining where you can go for your work abroad**. Do a little research in advance and find out visa regulations. It can take a few months to acquire the right visa as there are plenty of documents to be prepared from your side, such as education or skills certificate, CV, criminal record check, and so on.

- **Rules and requirements**

Find out working regulations in your destination country (including professional experience and skills required for specific jobs). Make sure you understand what is required of you and take this process as seriously as possible. In some cases, you will not be covered by minimum wage protection, or your activity will not be considered work (domestic work in some countries). You need to take into consideration if there are job opportunities that match your skills and qualifications and how the migrant workers are treated and protected in the destination country.

- **Personal preference**

if you identify several countries where you can go (you have money and you can obtain a work visa) ask yourself how far do you want to go? Maybe you'd prefer to stay closer to your family so you can go back for visits. All these personal preferences will help you in picking a job abroad.

- **Personal health**

Ask for information to make sure you are able to work safely, and the employment conditions do not pose a hazard to you. A medical condition may limit, reduce or prevent you from performing a job effectively, it is likely to make it unsafe to do the job, or even may be made worse by the job.

- **New environment, culture and language**

Do you feel more comfortable working abroad in a country where you already speak the language? Can you handle the culture shock? Can you adjust to a new environment with different weather conditions?

কিভাবে সঠিক গন্তব্য নির্বাচন করবেন?

সঠিক গন্তব্য বাছাই করার সময় অনেকগুলি বিষয় বিবেচনা করতে হয়; এখানে আপনার কয়েকটি বিষয় বিবেচনা করা উচিত:

- **ব্যয়** - নিশ্চিত হয়ে নিন যে আপনার নিয়োগকর্তার দ্বারা আপনার সাথে জড়িত সমস্ত ব্যয় বহন করবে কি, করবে না। আপনি যে সর্বোচ্চ কত পরিশোধ করতে পারবেন তা কত? আপনি কোথা থেকে টাকা নেবেন?
- **ভিসা** - আপনার কাছে টাকা থাকলেও, ভিসার সাথে সম্পর্কিত অধিকার এবং সীমাবদ্ধতাগুলি আপনাকে বুঝতে হবে; আপনি বিদেশে আপনার কাজের জন্য কোথায় যেতে পারবেন তা

নির্ধারণে এটি সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করবে। আগে থেকে একটু অনুসন্ধান করুন এবং ভিসার বিধি সম্পর্কে সন্ধান করুন। সঠিক ভিসা অর্জন করতে কয়েক মাস সময় লাগতে পারে কারণ আপনার পক্ষ থেকে প্রচুর নথি তৈরি করতে হতে পারে যেমন শিক্ষা বা দক্ষতার শংসাপত্র, সিভি, ফৌজদারি রেকর্ড চেক ইত্যাদি।

- **বিধি এবং প্রয়োজনীয়তা**- আপনার গন্তব্য দেশে কাজের নিয়মাবলী অনুসন্ধান করুন (পেশাদার অভিজ্ঞতা এবং নির্দিষ্ট কাজের জন্য প্রয়োজনীয় দক্ষতা সহ)। আপনার যা প্রয়োজন তা আপনি বুঝতে পেরেছেন এবং যতটা সম্ভব এই প্রক্রিয়াটিকে গুরুত্ব সহকারে গ্রহণ করুন। কিছু ক্ষেত্রে, আপনি ন্যূনতম মজুরি-সুরক্ষা আওতায় আসবেন না, বা আপনার ক্রিয়াকলাপকে কাজ হিসাবে বিবেচনা করা হবে না (যেমন-কিছু কিছু দেশে গার্হস্থ্য বা গৃহের কাজ)। আপনার দক্ষতা এবং যোগ্যতার সাথে মেলে এবং অভিবাসী শ্রমিকদের কীভাবে গন্তব্যে দেশে আচরণ করা হয় এবং সুরক্ষিত করা হয় সে ক্ষেত্রে যদি কাজের সুযোগ থাকে তবে আপনাকে বিবেচনা করা উচিত।
- **ব্যক্তিগত পছন্দ**- আপনি যদি যেতে পারেন, এমন বেশ কয়েকটি দেশ সনাক্ত করেন (আপনার কাছে অর্থ আছে এবং আপনি একটি কাজের ভিসা নিতে পারেন) নিজেকে জিজ্ঞাসা করুন আপনি কতদূর যেতে চান? সম্ভবত আপনি আপনার পরিবারের নিকটবর্তী থাকতে পছন্দ করবেন যাতে আপনি দেখা করতে পারেন। এই সমস্ত ব্যক্তিগত পছন্দগুলি আপনাকে বিদেশে কাজ বাছতে সহায়তা করবে।
- **ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য**- আপনি নিরাপদে কাজ করতে পারবেন কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য তথ্যের জন্য জিজ্ঞাসা করুন তবে কর্মসংস্থানের পরিস্থিতি আপনার পক্ষে কোনও বিপত্তি সৃষ্টি করবে না। একটি শারীরিক অসুস্থ অবস্থা আপনাকে কার্যকরভাবে কোনও কাজ সম্পাদন করা থেকে সীমাবদ্ধ করতে পারে, হ্রাস করতে বা বাধা দিতে পারে, কাজটি করা অনিরাপদ হতে পারে, এমনকি কাজের দ্বারা আরও খারাপ হতে পারে।
- **নতুন পরিবেশ, সংস্কৃতি এবং ভাষা** – ইতিমধ্যে আপনি যে দেশের ভাষা বলছেন সে দেশে আপনি কি স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করছেন? আপনি কি এই সংস্কৃতিক ধাক্কাটি সহ্য করতে পারেন? আপনি বিভিন্ন আবহাওয়ার অবস্থার সাথে একটি নতুন পরিবেশের সাথে সামঞ্জস্য করতে পারেন?

Evaluate your skills, education, and qualification for the job

The level of your earnings will be correlated with your work experience and achievement within professions. Weigh well the requirements of the job you are considering, as you may be hired in jobs with qualification requirements that are different from what you actually possess, or your education qualifications may be insufficiently matched to those needed by the employer, or your skills may be insufficient to meet the demands of the job, (i.e. technological progress).

কাজের জন্য আপনার দক্ষতা, শিক্ষা এবং যোগ্যতার মূল্যায়ন করুন

আপনার আয়ের স্তরটি আপনার কাজের অভিজ্ঞতা এবং সফল পেশাসমূহের অর্জন এর সাথে সম্পর্কিত। আপনি যে কাজের জন্য বিবেচনা করছেন তার প্রয়োজনীয়তার সাথে ভালভাবে তুলনা করুন, যেহেতু আপনার যোগ্যতা ও প্রয়োজনীয়তার ভিত্তিতে আপনাকে নিয়োগ দেওয়া হতে পারে যা আপনার কাছে যা আছে তার থেকে আলাদা, বা আপনার শিক্ষাগত যোগ্যতা নিয়োগকর্তার

প্রয়োজনীয়তার সাথে অপরিপূর্ণভাবে মেলে, বা আপনার দক্ষতা হয়তো কাজের চাহিদা মেটাতে অপরিপূর্ণ (যেমন প্রযুক্তিগত অগ্রগতি)।

If necessary, find how much the cost is to enrol in a vocational or technical course and what the requirements are. For example, Technical Training Centres (TTCs) provide classes lasting a few weeks that are specifically tailored to overseas jobs. There are 71 TTCs in Bangladesh. You can have the complete list of TTC's and their addresses from <http://www.bmet.gov.bd/>.

প্রয়োজনে, একটি বৃত্তিমূলক বা প্রযুক্তিগত কোর্সে ভর্তির জন্য কত খরচ হয় এবং প্রয়োজনীয়তাগুলি কী তা সন্ধান করুন। উদাহরণস্বরূপ, প্রযুক্তি প্রশিক্ষণ কেন্দ্রগুলি বা টেকনিক্যাল ট্রেনিং সেন্টার (টিটিসি) বিদেশী চাকরীর জন্য নির্দিষ্টভাবে তৈরি কয়েক সপ্তাহের ক্লাস সরবরাহ করে। বাংলাদেশে ৭১ টি টিটিসি রয়েছে। আপনি টিটিসির সম্পূর্ণ তালিকা এবং তাদের ঠিকানাগুলি <http://www.bmet.gov.bd/> থেকে পেতে পারেন।

In other cases, you might accept jobs that don't fully use your qualifications and skills, and that can lead to a diminution of your skills and abilities.

অন্যান্য ক্ষেত্রে, আপনি এমন চাকরিগুলি গ্রহণ করতে পারেন যা আপনার যোগ্যতা এবং দক্ষতা পুরোপুরি ব্যবহার করে না এবং এটি আপনার দক্ষতা হ্রাস করতে পারে।

Assessing what you have to offer

Assessing your skills will help you **evaluate** yourself and measure critical elements of success on the job: competence, work ethic, and emotional intelligence.

		high	medium	Low
Personal competences	expertise			
	experience			
	willingness to learn			
	training/certification			
Work ethic	hardworking			
	conscientious			
	effective			
	reliable			
	punctual			
	responsible			
	ambitious			
	honest			
	Independent worker			
	organised			
Emotional intelligence	Self-management			
	works well with others			
	shows initiative			
	creative/new ideas			
	goal orientated			
	good listener			
	empathic/understanding			

	accepts challenges			
	appreciates diversity			
	communication skills			
	solves problems			
	entrepreneurial mind-set			
Practical skills	administrative skills			
	writing skills			
	foreign language			
	computer skills			
	driving skills			
	Mechanic skills			
	Handyman skills			
	Cooking skills			

আপনার নিজেকে কী অফার করতে হবে তা মূল্যায়ন

আপনার দক্ষতার মূল্যায়ন, আপনাকে নিজের মূল্যায়ন করতে এবং কাজের সাফল্যের গুরুত্বপূর্ণ উপাদানগুলি পরিমাপ করতে সহায়তা করবে, যেমন: দক্ষতা, কাজের নৈতিকতা এবং সংবেদনশীল বুদ্ধি।

		উচ্চ	মধ্যম	নিচু
ব্যক্তিগত তালিকা	অভিজ্ঞতা			
	শিখতে আগ্রহী			
	প্রশিক্ষণ / সার্টিফিকেশন			
নৈতিক কাজ	কঠোর পরিশ্রম			
	ন্যায্যবান			
	কার্যকর			
	বিশ্বাসযোগ্য			
	সময়নিষ্ঠ			
	দায়িত্বশীল			
	উচ্চাকাঙ্ক্ষী			
	সততা			
	স্বতন্ত্র কর্মী			
	সংগঠিত			
মানসিক বুদ্ধি	স্ব-ব্যবস্থাপনা			
	অন্যের সাথে ভাল কাজ করে			
	উদ্যোগী			
	সৃজনশীল / নতুন ধারণা			
	লক্ষ্য ভিত্তিক			
	ভালো শ্রোতা			
	সহমর্মিতা / বোঝার ক্ষমতা			
	চ্যালেঞ্জ গ্রহণ			
	ভিন্নতার প্রশংসা			
	যোগাযোগ দক্ষতা			
	সমস্যা সমাধান			

	উদ্যোক্তার মানসিকতা			
ব্যবহারিক দক্ষতা	প্রশাসনিক দক্ষতা			
	লেখার দক্ষতা			
	বিদেশী ভাষা			
	কম্পিউটার দক্ষতা			
	ড্রাইভিং দক্ষতা			
	যান্ত্রিক দক্ষতা			
	হ্যান্ডিম্যান দক্ষতা			
	রান্নার দক্ষতা			

Most recruiters are hired to find a candidate with specific expertise, experience, and skill set. Review the list of the skills and characteristics that employers search for when hiring. Skills vary by job, so also review more specific skills lists for particular occupations.

সুনির্দিষ্ট দক্ষতা এবং অভিজ্ঞতা সহ প্রার্থী খুঁজতে বেশিরভাগ নিয়োগকারী নিয়োগ করা হয়। নিয়োগের সময় নিয়োগকারীরা যে দক্ষতা এবং বৈশিষ্ট্যগুলি অনুসন্ধান করে তার তালিকা পর্যালোচনা করুন। দক্ষতার সাথে চাকরী অনুসারে আলাদা হয়, তাই নির্দিষ্ট পেশার জন্য আরও সুনির্দিষ্ট দক্ষতার তালিকা পর্যালোচনা করুন।

What are your information channels?

There is a high probability you already know someone who is working or has worked in the country you intend to go, maybe a colleague, a family member, or one of your friends. They can provide a valuable “unofficial” perspective on what conditions are really like in your host country (good and bad as well). Even if you intend to go to a different country or work in a separate area, hearing their stories will help you ask the right questions and to make an informed decision on whether migrating abroad for employment will be beneficial in your case. Ask them what they wish they’d known before they went overseas.

আপনার তথ্যের উৎস গুলো কি কি?

খুব বেশি সম্ভাবনা থাকে যে আপনি এমন কাউকে জানেন যিনি আপনার গন্তব্য দেশে বর্তমানে কাজ করছেন বা আগে কাজ করত, হতে পারে একজন সহকর্মী, পরিবারের একজন সদস্য, অথবা আপনার বন্ধুদের কেউ। আপনার আয়োজক দেশে পরিস্থিতিটি আসলে কী রকমের (ভাল এবং খারাপও) তার সম্পর্কে তারা একটি মূল্যবান “আনুষ্ঠানিক” দৃষ্টিভঙ্গি সরবরাহ করতে পারে। এমনকি যদি আপনি অন্য দেশে যেতে চান বা কোনও আলাদা অঞ্চলে কাজ করার ইচ্ছা পোষণ করেন, তাদের গল্প শুনে আপনি সঠিক প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে এবং কর্মসংস্থানের জন্য বিদেশে পাড়ি জমানোর ক্ষেত্রে আপনার জন্য উপকারী হবে কিনা, সে সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নিতে সহায়তা করবে। বিদেশে যাওয়ার আগে তারা কি কি জানতো তা জানতে চান।

One note of -reflection: individual experiences vary significantly and can mislead your decisions by being a channel for incorrect and incomplete information. So, cross-check every time before believing whatever you listen. If you have any doubt or question, you can contact the MRCs.

পুনঃনির্ধারণের একটি নোট: ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা উল্লেখযোগ্যভাবে পরিবর্তিত হয় এবং ভুল এবং অসম্পূর্ণ তথ্যের উৎস হয়ে আপনার সিদ্ধান্তগুলিকে বিভ্রান্ত করতে পারে। সুতরাং, আপনি যা শুনুন

বিশ্বাস করার আগে প্রতিবার ক্রস-চেক করুন। আপনার যদি কোনও সন্দেহ বা প্রশ্ন থাকে তবে আপনি এমআরসি এর সাথে যোগাযোগ করতে পারেন।

Additional sources of information

Additional sources of information and support include the following:

- **Bureau of Manpower, Employment and Training** disseminate information on legal recruitment and the risks of illegal activities <http://www.bmet.gov.bd/>
- **the Embassy or consulate of the destination country** in Bangladesh is offering information on visas, work permits, and other official requirements.
- **the Bangladeshi Embassy in the destination country** may provide information about security issues, assistance in an emergency, the list of services offered in the destination country.
- **Migrant Resource Centres** are a very convenient source of reliable information on overseas migration and destination countries. Ask MRC for handbooks or leaflets on your prospective host country's culture, history, and so on. Visit <http://mrc-bangladesh.org/>.
- **various NGOs and support groups** in the host country may provide information and referral services and assistance in finding and keeping employment
- **websites for expatriates** are offering advice on moving overseas, general information about life in specific countries, and discussion groups where you can ask questions.
- **Mass-media and social media**, especially newspapers (e.g., Prothom alo, Ittefaq, the daily star, Kaler kontho), can be a useful source of information for you to learn about job demands. Social media is also becoming an increasingly important avenue for information. The Bureau of Manpower, Employment and Training (BMET) has started posting job advertisements online to use social media. The BOESL also regularly publishes jobs available arising from government-to-government arrangements.

তথ্যের অতিরিক্ত উৎস

তথ্য এবং সহায়তার অতিরিক্ত উৎসগুলোর মধ্যে নিম্নলিখিত উৎসগুলো অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- **জনশক্তি, কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরো** আইনী নিয়োগ এবং অবৈধ ক্রিয়াকলাপগুলির ঝুঁকি সম্পর্কিত তথ্য প্রচার করে <http://www.bmet.gov.bd/>
- **গন্তব্য দেশে অবস্থিত বাংলাদেশে দূতাবাস** বা কনস্যুলেট ভিসা, ওয়ার্ক পারমিট এবং অন্যান্য সরকারী প্রয়োজনীয়তার উপর তথ্য সরবরাহ করে।
- গন্তব্য দেশে বাংলাদেশী দূতাবাস সুরক্ষা সংক্রান্ত সমস্যা, জরুরি অবস্থার জন্য সহায়তা, গন্তব্য দেশে প্রদত্ত পরিষেবার তালিকা সরবরাহ করতে পারে।
- **অভিবাসী তথ্য কেন্দ্রসমূহ** বিদেশী অভিবাসন এবং গন্তব্য দেশগুলির বিষয়ে নির্ভরযোগ্য তথ্যের একটি উৎস। আপনার সম্ভাব্য স্বাগতিক দেশের সংস্কৃতি, ইতিহাস ইত্যাদি বিষয়ে হ্যান্ডবুক বা লিফলেটগুলির জন্য এমআরসি তে এসে জানুন এবং এই ওয়েব সাইট এ ভিজিট করুনঃ [Http://mrc-bangladesh.org/](http://mrc-bangladesh.org/)
- **স্বাগতিক দেশের বিভিন্ন এনজিও এবং সহায়তা গোষ্ঠী** তথ্য এবং রেফারেল পরিষেবা এবং কর্মসংস্থান সন্ধান এবং বজায় রাখতে সহায়তা দিতে পারে
- **প্রবাসীদের জন্য ওয়েবসাইটগুলি** বিদেশে চলে যাওয়ার বিষয়ে পরামর্শ দিচ্ছে, নির্দিষ্ট দেশগুলির জীবন সম্পর্কে সাধারণ তথ্য এবং দলগত আলোচনার মাধ্যমে আপনি প্রশ্ন করতে পারেন।
- **গণমাধ্যম এবং সোশ্যাল মিডিয়া**, বিশেষত সংবাদপত্রগুলি (যেমন, প্রথম আলো, ইত্তেফাক, দি ডেইলি স্টার, কালের কণ্ঠ) আপনার কাজের চাহিদা সম্পর্কে জানার জন্য তথ্যের একটি উৎস হতে পারে। সোশ্যাল মিডিয়াও তথ্যের জন্য ক্রমবর্ধমান গুরুত্বপূর্ণ

স্থান হয়ে উঠছে। জনশক্তি, কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরো (বিএমইটি) সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করতে অনলাইনে চাকরির বিজ্ঞাপন পোস্ট করতে শুরু করেছে। বোয়েসেল সরকারী ব্যবস্থা থেকে শুরু করে বিভিন্ন চাকুরীর বিজ্ঞপ্তি নিয়মিত প্রকাশ করে।

Avoid misinformation and do not rely on sources that are opinion-based, or provide no information on sources. **If you have doubts on the legality of job offers, you may consult the MRC.**

ভুল তথ্য এড়িয়ে চলুন এবং মতামত ভিত্তিক এমন উৎসগুলির উপর নির্ভর করবেন না বা উৎসগুলিতে কোনও তথ্য সরবরাহ করবেন না। **কাজের প্রস্তাবগুলির বৈধতা সম্পর্কে যদি আপনার সন্দেহ থাকে তবে আপনি এমআরসি-র সাথে পরামর্শ করতে পারেন।**

Websites of the migration services

	Local institution	Embassy in Bangladesh
AFGHAN ISTAN	www.molsamd.gov.af www.mfa.gov.af	Embassy of Afghanistan in Dhaka House No 10, Road No.9, Baridhara, Culshan, Dhaka Phone +88-02-989 5994 +88-02-988 4767 Email dhaka@mfa.af www.dhaka.mfa.af
IRAQ	www.molsa.gov.iq/	Embassy of Iraq in Dhaka House 16 'Dodbash Rod 'Predra' Doblomatk 'Zun' Dhaka, Bangladesh Phone +88-02-882-4513 Fax +88-02-988-6639 http://www.mofamission.gov.iq/bgd/en/articles.aspx
PAKISTA N	http://www.ophrd.gov.pk/ https://beoe.gov.pk/ https://oec.gov.pk/	Embassy of Pakistan in Dhaka Road No. 71, Gulshan-II Dhaka, Bangladesh Phone +88-02-882-5388 Fax +88-02-885-0673 Email pahicdhaka76@gmail.com http://www.mofa.gov.pk/bangladesh/
SAUDI ARABIA	https://www.my.gov.sa/ https://mlsd.gov.sa/en/node	Saudi Arabia Embassy in Dhaka house 5 (NE) L,Road 83,Gulshan-2 1212, Dhaka, Bangladesh Phone +880-2882-9333 +880-2882-9329 Fax +880-2882-3616 Email bdemb@mofa.gov.sa http://embassies.mofa.gov.sa/sites/bangladesh/AR/Pages/default.aspx
QATAR	https://portal.moi.gov.qa/wps/portal/MOIIInternet/MOIHome	Qatar Embassy in Dhaka House No.1, Road No. 79/81, Gulshan No. 2 1212, Dhaka, Bangladesh Phone +880-2-9887429

		+880-2-8819930 Fax +880-2-9896071 Email dhaka@mofa.gov.qa Website URL http://dhaka.embassy.qa/
UNITED ARAB EMIRATE S	https://www.moi.gov.ae https://www.mohre.gov.ae	United Arab Emirates Embassy in Dhaka House No. 191, Gulshan North Avenue 1212, Dhaka, Bangladesh Phone +88-02-9882244 Fax +88-02-8823225 Email ambassaden.dhaka@foreign.ministry.se

See detail list in Annex 1.

মাইগ্রেশন পরিষেবা সংক্রান্ত ওয়েবসাইটগুলি

	স্থানীয় প্রতিষ্ঠান	বাংলাদেশে দূতাবাস
আফগা নিস্তান	www.molsamd.gov.af www.mfa.gov.af	আফগানিস্তানের দূতাবাস, ঢাকা বাড়ি নং ১০, রোড নং ৯, বারিধারা, গুলশান, ঢাকা ফোন + ৮৮-০২-৯৮৯ ৫৯৯৪ +৮৮-০২-৯৮৮ ৪৭৬৭ ইমেইলঃ Dhaka@mfa.af www.dhaka.mfa.af
ইরাক	www.molsa.gov.iq/	ইরাক দূতাবাস, ঢাকা বাসা ১৬ 'ডডব্যাস রোড, 'প্রেদা' Doblomatk 'Zun' ঢাকা, বাংলাদেশ Phone +88-02-882-4513 Fax +88-02-988-6639 http://www.mofamission.gov.iq/bgd/en/articles.aspx
পাকিস্তান	http://www.ophrd.gov.pk/ https://beoe.gov.pk/ https://oec.gov.pk/	পাকিস্তান দূতাবাস ঢাকা রোড নং ৭১, গুলশান -২ ঢাকা বাংলাদেশ ফোন +88-02-882-5388 ফ্যাক্স +88-02-885-0673 ইমেইলঃ pahicdhaka76@gmail.com http://www.mofa.gov.pk/bangladesh/
সৌদি আরব	https://www.my.gov.sa/ https://mlsd.gov.sa/en/node	সৌদি আরব দূতাবাস ঢাকা বাড়ি ৫ (এনই) এল, রোড ৮৩, গুলশান -২ ১২১২, ঢাকা, বাংলাদেশ ফোন + 880-2882-9333 + 880-2882-9329 ফ্যাক্স + 880-2882-3616 ইমেইলঃ Bdemb@mofa.gov.sa

		http://embassies.mofa.gov.sa/sites/bangladesh/AR/Pages/default.aspx
কাতার	https://portal.moi.gov.qa/wps/portal/MOInternet/MOIHome	কাতার দূতাবাস ঢাকা বাড়ি নং ১, রোড নং ৭৯/৮১, গুলশান নং ২ ১২১২ ঢাকা, বাংলাদেশ ফোন ৮৮০-২-৯৮৮৭৪২৯ ৮৮০-২-৮৮১৯৯৩০ ফ্যাক্স ৮৮০-২-৯৮৯৬০৭১ ইমেলঃ Dhaka@mofa.gov.qa ওয়েবসাইট URL http://dhaka.embassy.qa/
সংযুক্ত আরব আমিরাত	https://www.moi.gov.ae https://www.mohre.gov.ae	সংযুক্ত আরব আমিরাত দূতাবাস ঢাকা বাড়ি নং ১৯১, গুলশান নর্থ অ্যাভিনিউ ১২১২ ঢাকা, বাংলাদেশ ফোন ৮৮-০২-৯৮৮২২৪৪ ফ্যাক্স ৮৮-০২-৮৮২৩২২৫ ইমেলঃ Ambassaden.dhaka@fireign.ministry.se

বিস্তারিত তালিকা এনেক্স ১ এ দেখুন

Session 4 - Understanding changes linked to working abroad

Moving to a new country always means dealing with a complex range of issues. These primary issues are described below.

Learn the local language

Speaking the local language allows you to be more independent, even when you have a beginner's proficiency. The more proficient you are in the local language, the more effective you will be. You can talk with sellers, ask for directions if you get lost, and so forth. If you are unable to understand the local language, you could expose yourself to significant risks.

There are several online platforms or mobile application where you can learn basic languages for free:

- <https://www.duolingo.com/>
- <https://www.rosettastone.com/>
- <https://www.coursera.org/browse/language-learning>

If you do not speak a word of the local language:

- make a list of useful words such as hello, thank you, excuse me, help, yes, no etc.
- learn the words you commonly see on street signs, posters, or other advertisements, and find out what they mean, such as stop, danger, no entry, exit, etc.
- take advantage of any opportunities you can find for interaction and conversation with local people.
- try to learn those words first which are associated with your work profession

সেশন ৪ - বিদেশে কাজ করার সাথে যুক্ত পরিবর্তনগুলি সম্পর্কে জানা

নতুন দেশে যাওয়া মানে সবসময় জটিল বিষয়গুলো রপ্ত করা। এই প্রাথমিক বিষয়গুলি নিচে বর্ণনা করা হলো।

স্থানীয় ভাষা শিখুন

স্থানীয় ভাষায় কথা বলা আপনাকে আরও স্বচ্ছন্দ হতে সহায়তা করবে, এমনকি আপনার যদি কোন প্রাথমিক দক্ষতা থাকে। স্থানীয় ভাষায় আপনি যত বেশি দক্ষ, তত বেশি কার্যকরী হবেন। আপনি বিক্রেতার সাথে কথা বলতে পারবেন, আপনি যদি হারিয়ে যান তবে দিকনির্দেশনা চাইতে পারবেন এবং আরও অনেক কিছু। আপনি যদি স্থানীয় ভাষা বুঝতে অক্ষম হন তবে আপনি নিজেকে উল্লেখযোগ্য ঝুঁকিতে ফেলতে পারেন।

বেশ কয়েকটি অনলাইন প্ল্যাটফর্ম বা মোবাইল অ্যাপ্লিকেশন রয়েছে যেখানে আপনি কোন খরচ ছাড়া প্রাথমিক ভাষা শিখতে পারেন:

- <https://www.duolingo.com/>
- <https://www.rosettastone.com/>
- <https://www.coursera.org/browse/language-learning>

আপনি যদি স্থানীয় ভাষার একটি শব্দ না বলে থাকেন:

- দরকারী শব্দের একটি তালিকা তৈরি করুন যেমন হ্যালো, আপনাকে ধন্যবাদ, আমাকে ক্ষমা করুন, সহায়তা করুন, হ্যাঁ, না ইত্যাদি
- রাস্তার চিহ্ন, পোস্টার বা অন্যান্য বিজ্ঞাপনে আপনি যে শব্দগুলি সাধারণত দেখেন তা শিখুন এবং তাদের অর্থ কী, যেমন থামুন, বিপদ, প্রবেশ নয়, প্রস্থান ইত্যাদি সন্ধান করুন
- স্থানীয় মানুষের সাথে মিথস্ক্রিয়া এবং কথোপকথনের জন্য আপনি যে কোনও সুযোগসুবিধা পেতে পারেন সে সুযোগটি গ্রহণ করুন।
- আপনার শব্দ পেশার সাথে সম্পর্কিত যা প্রথমে সেই শব্দগুলি শেখার চেষ্টা করুন

Learn in advance about your new destination country

If you think it's not necessary to learn about your new destination country, you are wrong. Preparing ahead will help you avoid common difficulties. The more you know about your destination country, the easier it will be for you. No matter where you are going, there will inevitably be times when your values, expectations, and habits will contradict with those of the local people. As a foreigner, you must try to accommodate to the culture around you by:

- Realizing that people have different ways of going about their daily lives. Read at least one book or watch a reliable video on TV/YouTube/Facebook about the destination country
- Understanding the differences by knowing how your values and attitudes have been shaped by Bangladeshi culture.
- Studying or understanding the specific attitudes and values in the destination country to prevent embarrassing mistakes.
- Learning how to deal with the local people and holding back criticism of things that appear wrong for you. **Remember, your destination country is not your Facebook account, so do not jump in to comment!**

আপনার নতুন গন্তব্য দেশ সম্পর্কে আগেই জানুন

আপনি যদি মনে করেন যে আপনার নতুন গন্তব্য দেশ সম্পর্কে শেখার প্রয়োজন নেই তবে আপনি ভুল ভাবছেন। অগ্রিম প্রস্তুতি আপনাকে সাধারণ অসুবিধা এড়াতে সহায়তা করবে। আপনার গন্তব্য দেশ

সম্পর্কে আপনি যত বেশি জানবেন আপনার পক্ষে তত সহজ হবে। আপনি যেখানেই যান না কেন, অনিবার্যভাবে এমন সময় আসবে যখন আপনার মূল্যবোধ, প্রত্যাশাগুলি এবং অভ্যাসগুলি স্থানীয় মানুষের সাথে বিরোধিতা করবে। বিদেশী হিসাবে, আপনাকে অবশ্যই আপনার চারপাশের সংস্কৃতিতে সামঞ্জস্য করার চেষ্টা করতে হবে:

- উপলব্ধি করুন যে, মানুষের দৈনন্দিন জীবন যাপনের বিভিন্ন উপায় রয়েছে। আপনার গন্তব্য দেশ সম্পর্কে কমপক্ষে একটি বই পড়ুন বা টিভি / ইউটিউব / ফেসবুকে একটি নির্ভরযোগ্য ভিডিও দেখুন
- কীভাবে আপনি আপনার সংস্কৃতি দ্বারা আপনার মূল্যবোধ এবং দৃষ্টিভঙ্গি তাদের থেকে ভিন্ন তা জানুন এবং পার্থক্যগুলি বুঝুন।
- বিব্রতকর ভুলগুলি যেন না হয় তার জন্য গন্তব্য দেশের সুনির্দিষ্ট মনোভাব এবং মানগুলি জানুন অথবা বুঝুন।
- স্থানীয় লোকদের সাথে কীভাবে আচরণ করা যায় তা শিখতে হবে এবং আপনার ভুল হওয়া বিষয়গুলির সমালোচনা পিছনে রাখতে হবে। **মনে রাখবেন, আপনার গন্তব্য দেশটি আপনার ফেসবুক অ্যাকাউন্ট নয়, তাই কারো মন্তব্যে লাফ-ঝাপ দিবেন না!**

You may get copies of select country-specific information materials about your potential country of destination from the MRCs. They are also posted on the MRC website and social media account.

আপনি এমআরসি থেকে আপনার সম্ভাব্য গন্তব্যের দেশ সম্পর্কে -নির্দিষ্ট তথ্য উপকরণের অনুলিপি পেতে পারেন। এগুলি এমআরসি ওয়েবসাইট এবং সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাকাউন্টে পোস্ট করা হয়।

If you're not sure what kind of information you need, consider the following topics to get started:

	What do you know about it?
Human and natural resources	Geography and topography Regional characteristics Major cities Natural resources Climate Demographic information
Politics and government	Current political figures System of government Government organization Relationship with your country of origin
General law and regulations	Public law, citizenship
Economics and industry	Principal industries Local money
Family and social structure	Family life Social classes Male/female relationships Customs Local dialects/languages
Education system	The medium of education, compulsory education level
Religion and social norms	Religious beliefs, ethical practices
Culture	Tradition, present way of living, dress code
Foods	Unique products Local food

আপনার কী ধরণের তথ্য দরকার তা আপনি যদি নিশ্চিত না হন তবে শুরু করতে নিম্নলিখিত বিষয়গুলি বিবেচনা করুন:

	এই সম্পর্কে আপনি কি জানেন?
মানব ও প্রাকৃতিক সম্পদ	ভূগোল এবং টোগোগ্রাফি আঞ্চলিক বৈশিষ্ট্য প্রধান শহরগুলো প্রাকৃতিক সম্পদ জলবায়ু জনসংখ্যার তথ্য
রাজনীতি ও সরকার	বর্তমান রাজনৈতিক ব্যক্তিত্ব সরকার ব্যবস্থা সরকারি সংস্থা আপনার নিজের দেশটির সাথে সম্পর্ক
সাধারণ আইন ও বিধিমালা	সরকারী আইন, নাগরিকত্ব
অর্থনীতি ও শিল্প	প্রধান শিল্প স্থানীয় টাকা
পারিবারিক ও সামাজিক কাঠামো	পারিবারিক জীবন সামাজিক শ্রেণী পুরুষ / মহিলা সম্পর্ক কাস্টমস স্থানীয় উপভাষা / ভাষা
শিক্ষা ব্যবস্থা	শিক্ষার মাধ্যম, বাধ্যতামূলক শিক্ষার স্তর
ধর্ম এবং সামাজিক রীতিনীতি	ধর্মীয় বিশ্বাস, নৈতিক অনুশীলন
সংস্কৃতি	ঐতিহ্য, বর্তমান জীবনযাত্রার উপায়, পোষাক কোড
খাদ্য	অনন্য পণ্য স্থানীয় খাদ্য

Common cultural differences

Cultures are changing all the time and are influenced by many factors. History, climate, geography, religion, economic factors, and neighbouring cultures will affect how people view issues such as life, time, work, family, and interpersonal relationships. Although differences in local customs, foods, or dress rules may pose a challenge at first, these cultural individualities also offer a different experience. Be aware of the laws with implications for culture shock. In many western countries, sexual assault is a serious offence and may be investigated by police officials. It may be that culture is more deep-rooted than laws, but it's not worth it to risk to prove your point.

সাধারণ সাংস্কৃতিক পার্থক্য

সংস্কৃতি সব সময় পরিবর্তন হয় এবং অনেক বিষয় দ্বারা প্রভাবিত হয়। ইতিহাস, জলবায়ু, ভূগোল, ধর্ম, অর্থনৈতিক কারণ এবং প্রতিবেশী সংস্কৃতিগুলি জীবন, সময়, কাজ, পরিবার এবং আন্তঃব্যক্তিক

সম্পর্কের মতো বিষয়গুলি প্রভাবিত করবে। যদিও স্থানীয় রীতিনীতি, খাবার বা পোশাকের নিয়মের মধ্যে পার্থক্য প্রথমে একটি চ্যালেঞ্জ হতে পারে তবে এই সাংস্কৃতিক ব্যক্তিত্বগুলিও আলাদা অভিজ্ঞতা দেয়। আইন এর ফলে সংস্কৃতি শক এর প্রভাব সম্পর্কে সচেতন হন। অনেক পশ্চিমা দেশেই যৌন নিপীড়ন একটি গুরুতর অপরাধ এবং পুলিশ কর্মকর্তারা এই জন্য তদন্ত করতে পারেন। এই সংস্কৃতিক মূল্যবোধ আইনগুলির চেয়ে আরও গভীরে হতে পারে, তবে আপনার বিষয়টি প্রমাণ করার জন্য এটি ঝুঁকিপূর্ণ নয়।

Some things in the destination country may be new, and some may stand in stark contrast to your culture and morals. For women things can be even more complicated due to previously they may not have been experienced, or they have limited contact with the workforce, as in many cases working is seen as something affecting their person's reputation, or the reputation of a person's family or group. Once abroad, even a simple medical check can be seen as a threat for some conservative and Muslim women. **Take very seriously into consideration these issues before deciding to go abroad!**

গন্তব্য দেশের কিছু জিনিস নতুন হতে পারে এবং কিছু আপনার সংস্কৃতি এবং নৈতিকতার সম্পূর্ণ বিপরীতে দাঁড়িয়ে থাকতে পারে। মহিলারা ভাবেন যে আগের অভিজ্ঞতা না থাকার কারণে, বা তাদের কর্মীদের সাথে সীমাবদ্ধ যোগাযোগ রয়েছে বলে অনেক জটিল হতে পারে, কারণ অনেক কাজের ক্ষেত্রেই দেখা যায় ব্যক্তির খ্যাতি, ব্যক্তির পরিবার বা গোষ্ঠীর সুনামকে প্রভাবিত করে। বিদেশে আসার পর, এমনকি একটি সাধারণ মেডিকেল পরীক্ষাও কিছু রক্ষণশীল এবং মুসলিম মহিলাদের জন্য হুমকি হিসাবে দেখা যেতে পারে। **বিদেশে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে এই বিষয়গুলিকে খুব গুরুত্বের সাথে বিবেচনা করুন।**

The only way to integrate people from very different cultures into the destination country is to expose them as much as possible to "real life":

- **Listen and observe.** Listen carefully to verbal communication and also observe non-verbal communication. (i.e. a Bangladeshi woman whose religion forbids shaking hands with a man, is expected to tell the man, "I'm sorry. I can't shake hands, but I'm happy to meet you"; in many countries, punctuality becomes a virtue; it is insulting to waste someone's time).

গন্তব্য দেশে ভিন্ন সংস্কৃতি থেকে আসা মানুষকে একীভূত করার একমাত্র উপায় হলো তাদের "বাস্তব জীবন" এর সাথে যতটা সম্ভব পরিচিতি করাঃ

শুনুন এবং পর্যবেক্ষণ করুন

মৌখিক যোগাযোগ মনোযোগ সহকারে শুনুন এবং একই সাথে অমৌখিক যোগাযোগ পর্যবেক্ষণ করুন। (অর্থাৎ একজন বাংলাদেশী নারী, যার ধর্ম একজন পুরুষের সাথে হাত মেলাতে নিষেধ করে, সে লোকটিকে বলবে, "আমি দুঃখিত। আমি হাত মেলাতে পারছি না, কিন্তু তোমার সাথে দেখা হয়ে আমি খুশি"; অনেক দেশে, সময়ানুবর্তিতা একটি গুণ হয়ে ওঠে; কারো সময় নষ্ট করা অপমানজনক।

- **Try not to evaluate, judge or compare.** Your adjustment will be easier when you accept your new place of residence and begin to look for things you like about your new country of destination (i.e. a Bangladeshi employee of a German company is disturbed by all the closed doors; it seems cold and unfriendly).

কাউকে মূল্যায়ন, বিচার বা তুলনা করার চেষ্টা করবেন না

যখন আপনি আপনার নতুন বাসস্থান গ্রহণ করবেন এবং আপনার নতুন গন্তব্যস্থল সম্পর্কে আপনার পছন্দের জিনিস খুঁজতে শুরু করবেন (অর্থাৎ একটি জার্মান কোম্পানির একজন বাংলাদেশী কর্মচারী কে সব দরজা বন্ধ করার দায়িত্ব দেয়া হলো; এটি ঠাণ্ডা এবং বন্ধুত্বহীন মনে হতে পারে)।

- **Expect some anxiety and frustration.** Learning to function in a new culture is not easy. It is natural to feel anxiety and frustration; these are a normal part of the experience (i.e. when nobody asks you about your child or your family, you tend to feel isolated and disengaged).

কিছু উদ্বেগ এবং হতাশা আশা করুন

নতুন সংস্কৃতিতে কাজ করা শেখা সহজ নয়। উদ্বেগ এবং হতাশা অনুভব করা স্বাভাবিক; এগুলো অভিজ্ঞতার একটি স্বাভাবিক অংশ (অর্থাৎ যখন কেউ আপনাকে আপনার সন্তান বা আপনার পরিবার সম্পর্কে জিজ্ঞেস করে না, তখন আপনি বিচ্ছিন্ন বোধ করেন)।

- **Be open and curious.** Make an effort to meet people, establish friendships, get involved in activities, and learn about people and their culture (i.e. in many parts of the Middle East men hold hands as a sign of friendship and trust. If two men held hands in North America or in Europe, chances are it is for other reasons).

খোলা এবং কৌতূহলী হউন

মানুষের সাথে দেখা করা, বন্ধুত্ব প্রতিষ্ঠা করা, কর্মকাণ্ডে জড়িয়ে পড়তে এবং মানুষ এবং তাদের সংস্কৃতি সম্পর্কে জানার চেষ্টা করুন (অর্থাৎ মধ্যপ্রাচ্যের অনেক অংশে পুরুষরা বন্ধুত্ব এবং বিশ্বাসের প্রতীক হিসেবে হাত ধরে থাকে। যদি দুজন ব্যক্তি উত্তর আমেরিকা বা ইউরোপে হাত ধরে থাকে, তাহলে এটা অন্য কারণে হতে পারে)।

Rules in the destination country

Try to find out as much as possible about applicable regulations, as if you break the rules, you may face social embarrassment or legal trouble.

- **Alcohol and drugs** - the local customs and laws concerning the use of alcohol and drug.
- **Authority** - the best approach is simply to watch how other people deal with it.
- **Daily schedule** – the regular schedule most people generally follow; usual rest days.
- **Dress** - what is considered appropriate clothing? What is not acceptable?
- **Gestures** - what gestures or body language are considered rude or sexually allusive?
- **Greetings** - learn about usual greetings and what kind of questions to ask. In some countries, it is inappropriate to ask “are you married?” as is considered far too personal to ask someone.
- **National and local holidays** - holidays may be specific to a city or region as well as nationwide.
- **Neighbours** - what responsibilities do people have toward their neighbours?
- **Shopping** - what are the usual procedures for shopping? Where is one supposed to go shopping?
- **Smoking** - tolerance of smoking in restaurants, offices, and public facilities varies widely around the world.
- **Taboos** - are there any cultural or religious taboos? For example, Muslims do not eat, drink, or smoke during daylight hours in the month of Ramadan, and it is rude or even illegal in some places to break this fast in public.
- **Transportation** - what are the essential traffic laws? How to use public transportation?

গন্তব্য দেশের নিয়ম

প্রয়োজ্য বিধি নিষেধসম্পর্কে যতটা সম্ভব জানার চেষ্টা করুন, আপনি যদি নিয়মগুলি ভঙ্গ করেন, তবে আপনাকে সামাজিক বিব্রতবোধ বা আইনি ঝামেলার মুখোমুখি হতে পারে।

- অ্যালকোহল এবং মাদক - অ্যালকোহল এবং ড্রাগ ব্যবহার সম্পর্কিত স্থানীয় রীতিনীতি এবং আইন।
- কর্তৃপক্ষ - অন্যান্য লোকেরা কীভাবে এটি ব্যবহার করে তা দেখার জন্য সর্বোত্তম পন্থা।
- দৈনিক সময়সূচী - নিয়মিত সময়সূচী বেশিরভাগ লোকেরা সাধারণত অনুসরণ করেন; ছুটির দিনে স্বাভাবিক থাকে
- পোশাক - কোন পোশাক উপযুক্ত হিসাবে বিবেচনা করা হয়? কোনটি গ্রহণযোগ্য নয়?
- অঙ্গভঙ্গি - কোন অঙ্গভঙ্গি বা শরীরের ভাষা অভদ্র বা যৌন লোভনীয় হিসাবে বিবেচিত হয়?
- শুভেচ্ছা - সাধারণ শুভেচ্ছা এবং কী ধরনের প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করা উচিত সে সম্পর্কে শিখুন। কিছু দেশে, জিজ্ঞাসা করা অনুচিত যে "আপনি বিবাহিত?" এটা কাউকে জিজ্ঞাসা করা অনেক ব্যক্তিগত বিষয় বলে বিবেচিত।
- জাতীয় এবং স্থানীয় ছুটির দিন - ছুটির দিনগুলি কোন শহর বা অঞ্চলের পাশাপাশি দেশব্যাপী হতে পারে।
- প্রতিবেশী - প্রতিবেশীদের প্রতি লোকেরা কী দায়িত্ব নিয়েছে?
- কেনাকাটা - শপিংয়ের জন্য সাধারণ পদ্ধতিগুলি কী কী? কোথায় কেনাকাটা করতে যেতে হবে?
- ধূমপান - রেস্টোঁরা, অফিস এবং পাবলিক সুবিধাগুলিতে ধূমপানের সহনশীলতা বিশ্বজুড়ে ব্যাপকভাবে পরিবর্তিত হয়।
- নিষেধ - কোন সংস্কৃতি বা ধর্মীয় বারণ আছে? উদাহরণস্বরূপ, মুসলমানরা রমজান মাসে দিবালোকের সময় খাওয়া, পান করা বা ধূমপান করে না এবং কিছু জায়গায় প্রকাশ্যে এই রোজা ভাঙা অভদ্র বা এমনকি অবৈধ।
- পরিবহন - প্রয়োজনীয় ট্র্যাফিক আইন কী কী? কিভাবে পাবলিক পরিবহন ব্যবহার করতে হয়?

Attitudes and values

In some cases, the attitudes and values of nationals of the destination country may be very similar to those in Bangladesh. In other cases, you will find them senseless or wrong. The different attitudes and values can be a significant challenge because they are accepted as common sense by local people. Suspend judgment in your interactions with local people and avoid to offence anyone.

মনোভাব এবং মূল্যবোধ

কিছু ক্ষেত্রে গন্তব্য দেশের নাগরিকদের মনোভাব এবং মূল্যবোধ বাংলাদেশের নাগরিকদের সাথে অনেকটা একই রকম হতে পারে। অন্যান্য ক্ষেত্রে, আপনি তাদের অর্থহীন বা ভুল খুঁজে পাবেন। বিভিন্ন মনোভাব এবং মূল্যবোধ একটি গুরুত্বপূর্ণ চ্যালেঞ্জ হতে পারে কারণ স্থানীয় মানুষদের সাধারণ জ্ঞান ভিন্ন হয়। স্থানীয় জনগণের সাথে আপনার কথোপকথনের ফলে তাদের কে মনে মনেও বিচার করা থেকে বিরত থাকুন এবং অপরাধ করা থেকে বিরত রাখুন।

Religious beliefs

Learn about local religious practices and be sure not to ridicule local beliefs, even if they appear absurd to you.

ধর্মীয় বিশ্বাস

স্থানীয় ধর্মীয় অনুশীলন সম্পর্কে জানুন এবং স্থানীয় বিশ্বাসকে উপহাস করবেন না, যদিও সেসব আপনার কাছে অযৌক্তিক মনে হয়।

Medical issues

Health risks may be different in the destination countries (malaria, tropical diseases, pulmonary illnesses due to pollution, etc.). There are epidemic and contagious diseases or viruses to which migrants are more vulnerable to such as HIV/AIDS, SARS, MERS, Zika, Ebola and Corona (COVID-19). Ask advice about vaccinations, preventive measures, and medications to take with you.

চিকিৎসা সংক্রান্ত সমস্যা

গন্তব্য দেশগুলোতে স্বাস্থ্যের ঝুঁকি ভিন্ন হতে পারে (ম্যালেরিয়া, ক্রান্তীয় রোগ, দূষণের কারণে ফুসফুসের অসুখ, ইত্যাদি)। যেখানে মহামারী এবং সংক্রামক রোগ বা ভাইরাস আছে সেখানে অভিবাসীরা এইচআইভি/এইডস, এসএআর, মার্স, জিকা, ইবোলা এবং করোনা (সিওভিড-১৯) এর শিকার হয়। টিকা, প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা সম্পর্কে জানুন এবং নিজের কাছে ওষুধ রাখুন, ডাক্তারের পরামর্শ নিন।

In adjusting to the new living and working place, your body will also adapt to new weather, food, and surroundings that can affect your health and immune system. Emotional, mental, and psychological issues may also be present. Added to these is the need to prepare for emergencies, calamities, and crises.

নতুন জীবনযাত্রা এবং কাজের জায়গার সাথে মানিয়ে নিতে, আপনার শরীর নতুন আবহাওয়া, খাদ্য এবং পারিপার্শ্বিক পরিবেশের সাথে খাপ খাইয়ে নেবে যা আপনার স্বাস্থ্য এবং রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে প্রভাবিত করতে পারে। আবেগীয়, মানসিক এবং মনোবিজ্ঞান বিষয়ক সমস্যাও উপস্থিত থাকতে পারে। এর সাথে যোগ করা হয়েছে জরুরী অবস্থা, বিপর্যয় এবং সংকটের জন্য প্রস্তুত থাকা প্রয়োজন।

Where to get information from?

You can visit your respective “Union council information centre”, “Migrant resource centres”, “District employment and manpower office (DEMO)” or “Bureau of manpower, employment and training”- which is located in Dhaka- for more information on your destination country and other migration related affairs. You can have some country-specific information from <http://www.old.bmet.gov.bd/BMET/newsDetailAction.action?newsid=2>

Regular updates on government rules and regulations for working abroad are posted in the MEWOE, BMET and MRC social media accounts.

কোথা থেকে তথ্য পেতে পারেন?

আপনি আপনার নিজ নিজ "ইউনিয়ন কাউন্সিল ইনফরমেশন সেন্টার", "অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র", "ডিস্ট্রিক্ট এমপ্লয়মেন্ট এন্ড ম্যানপাওয়ার অফিস (ডেমো) অথবা " জনশক্তি, কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরো" যা ঢাকায় অবস্থিত এখান থেকে আপনার গন্তব্য দেশ এবং অন্যান্য অভিবাসন সংক্রান্ত বিষয়ে আরো তথ্য পেতে পারেন। আপনি কিছু নির্দিষ্ট- দেশ বিষয়ে তথ্য পেতে নিম্নের ওয়েব সাইট ভিজিট করুনঃ

<http://www.old.bmet.gov.bd/BMET/newsDetailAction.action?newsid=2>

বিদেশে কাজ করার জন্য সরকারী নিয়ম এবং নিয়মকানুন সম্পর্কে নিয়মিত আপডেট প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়, বিএমইটি, ডেমোএবং এমআরসি সোশ্যাল মিডিয়া একাউন্টে পোস্ট করা হয়।



Take notes

A large area for taking notes, consisting of a vertical dashed line on the left and horizontal dashed lines for writing.

Challenge Yourself

You have to answer at least 6 questions correctly to pass the examinations and proceed to the next module.

Q1. You should evaluate the risks associated with each alternative before making a decision.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q2. The potential destinations are not always the preferred destinations, usually due to policies in force in the destination country or lack of financing.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q3. As a foreigner, you must try to accommodate to the culture around you.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q4. Speaking the local language enables you to be more independent.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q5. The impact of migration on family members left behind can be very important, that's why the decision to migrate should be taken after discussing with your family members.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q6. It is essential to understand what your reasons are, as this will help you later on to overcome obstacles, and will make your decision process much more manageable.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q7. You should consider a variety of potential solutions before you make your decision to migrate.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q8. Migrants leave their homelands because of push factors and move to places with pull factors, but they often face barriers as they migrate.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q9. One of the most common negative impact of emigration on the country of origin is the loss of farmers resulting in smaller food supply.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q10. It is possible to make a distinction between asylum seekers and economic migrants on the ground of nationality.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False

নিজেকে চ্যালেঞ্জ করুন

পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হতে হলে আপনাকে অন্তত ৬টি প্রশ্নের সঠিক উত্তর দিতে হবে এবং পরবর্তী মডিউলে যেতে হবে।

প্রশ্ন ১. কোন সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে আপনার প্রতিটি বিকল্পের সাথে সংশ্লিষ্ট ঝুঁকির মূল্যায়ন করা উচিত।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ২. সাধারণত গন্তব্য দেশে বলবৎ নীতি বা অর্থায়নের অভাবের কারণে, সম্ভাব্য গন্তব্য সবসময় পছন্দের গন্তব্য হয়না।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা

প্রশ্ন ৩. একজন বিদেশী হিসেবে, আপনাকে অবশ্যই আপনার চারপাশের সংস্কৃতির সাথে খাপ খাইয়ে নেওয়ার চেষ্টা করতে হবে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৪. স্থানীয় ভাষায় কথা বলা আপনাকে আরো যোগ্য হতে সক্ষম করে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৫. পরিবারের সদস্যদের উপর অভিবাসনের প্রভাব খুবই গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে, তাই আপনার পরিবারের সদস্যদের সাথে আলোচনার পর দেশত্যাগের সিদ্ধান্ত নেওয়া উচিত।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৬. আপনার কারণ গুলি কি তা বোঝা অত্যাবশ্যিক, যেহেতু এটি পরবর্তীতে আপনাকে বাধা অতিক্রম করতে সাহায্য করবে, এবং আপনার সিদ্ধান্ত প্রক্রিয়াকে অনেক বেশি পরিচালনাযোগ্য করে তুলবে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৭. অভিবাসন করার সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে আপনার বিভিন্ন সম্ভাব্য সমাধান বিবেচনা করা উচিত।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৮. অভিবাসীরা বাধ্য হয়ে তাদের মাতৃভূমি ছেড়ে চলে যায় এবং এমন জায়গায় চলে যায়, যেখানে শোষণের স্বীকার হয় কিন্তু তারা প্রায়ই অভিবাসনের সময় বাধার সম্মুখীন হয়।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৯. নিজ দেশ থেকে অন্য দেশে অভিবাসনের সবচেয়ে নেতিবাচক প্রভাব হচ্ছে কৃষকদের ক্ষতি যার ফলে খাদ্য সরবরাহ কমে যায়।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ১০. এটা সম্ভব যে জাতীয়তার ভিত্তিতে আশ্রয় প্রার্থী এবং অর্থনৈতিক অভিবাসীদের মধ্যে পার্থক্য করা সম্ভব।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা

Background resources

- Ministry of Foreign Affairs <https://mofa.gov.bd/>
- Migrant Resource Centre <http://mrc-bangladesh.org/>

ব্যাকগ্রাউন্ড রিসোর্স

- পররাষ্ট্র মন্ত্রণালয় <https://mofa.gov.bd/>
- অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র <http://mrc-bangladesh.org/>

MODULE 2. MIGRATION PROCESS

Learning Objective:	To acquire practical information on how to get ready for your departure
Learning Outcome: At the end of this module, you will be able to:	<ul style="list-style-type: none">- understand the process of looking for a job abroad- explain the different steps of the recruitment process in Bangladesh- understand the importance of the labour contract

মডিউল ২ অভিবাসন প্রক্রিয়া

শিক্ষণের উদ্দেশ্য	আপনার প্রস্থানের জন্য কিভাবে প্রস্তুত হতে হয় সে সম্পর্কে ব্যবহারিক তথ্য সংগ্রহ করা
শিক্ষণের ফলাফল: এই মডিউল শেষে, আপনি বুঝতে সমর্থ হবেন:	<ul style="list-style-type: none">- বিদেশে চাকরির সন্ধানের প্রক্রিয়াটি বুঝবেন- বাংলাদেশে নিয়োগ প্রক্রিয়ার বিভিন্ন পদক্ষেপের ব্যাখ্যা বুঝবেন- শ্রম চুক্তির গুরুত্ব বুঝবেন

This module will offer you a short overview of the process of migration for labour purposes. The legal migration covers the conditions of exit, entry, and residence for migrants, including requirements on passport, visa, airplane ticket, work contracts, employment permits, training and language certification, medical examinations, migrant worker's ID, recruiting agency's identity, pre-departure seminars, travel clearances, membership in welfare fund, enrolling in insurance or provident savings program, getting health care, payment of taxes, etc.

এই মডিউল আপনাকে শ্রমের উদ্দেশ্যে অভিবাসন প্রক্রিয়ার একটি সংক্ষিপ্ত পর্যালোচনা প্রদান করবে। বৈধ অভিবাসন অভিবাসীদের জন্য প্রস্থান, প্রবেশ এবং বাসস্থানের শর্তাবলী অন্তর্ভুক্ত করে, যার মধ্যে রয়েছে পাসপোর্ট, ভিসা, বিমানের টিকিট, ওয়ার্ক কন্ট্রাক্ট, এমপ্লয়মেন্ট পারমিট, প্রশিক্ষণ এবং ভাষা সার্টিফিকেট, মেডিকেল পরীক্ষা, অভিবাসী শ্রমিকের পরিচয়পত্র, রিক্রুটিং এজেন্সির পরিচয়, প্রাক-বহির্গমন র্ সেমিনার, ট্রাভেল ক্লিয়ারেন্স, ওয়েলফেয়ার ফান্ডে সদস্যপদ, বীমা বা প্রভিডেন্ট সেভিংস প্রোগ্রামে অন্তর্ভুক্ত হওয়া, স্বাস্থ্য সেবা পাওয়া, কর প্রদান ইত্যাদি।

Session 1 - Legal migration procedures (exit, entry, length of stay)

The main legal acts regulating migration in Bangladesh:

- The Constitution of the People's Republic of Bangladesh
- The Overseas Employment and Migrants Act 2013
- Expatriates' Welfare and Overseas Employment Policy 2016
- Emigration Rules 2002
- Recruiting Agent Code of Conduct and License Rules 2002
- Wage Earners' Welfare Fund Rules 2002
- Wage Earners' Welfare Board Act 2018
- Special privilege policy of expatriate Bangladeshis for remittance, 2008
- Medical Test policy for overseas employment 2008
- Bangladesh Passport Order, 1973
- Bangladesh Passport Rules, 1974

- Prevention and Suppression of Human Trafficking Act 2012

These and other legal acts regulating migration can be found on the website of the Information System of the Laws of Bangladesh <http://bdlaws.minlaw.gov.bd/>.

সেশন ১ – বৈধ অভিবাসন প্রক্রিয়া (প্রস্থান, প্রবেশ, থাকার সময়কাল)

- বাংলাদেশে অভিবাসন নিয়ন্ত্রণের প্রধান আইন ও বিধিমালা সমূহঃ
 - গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশের সংবিধান
 - বৈদেশিক কর্মসংস্থান ও অভিবাসী আইন ২০১৩
 - প্রবাসীকল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান নীতি ২০১৬
 - অভিবাসন বিধিমালা ২০০২
 - রিকরুটিং এজেন্ট কোড অফ কন্ডাক্ট এন্ড লাইসেন্স বিধিমালা ২০০২
- মজুরী উপার্জনকারী কল্যাণ তহবিল বিধিমালা ২০০২
 - মজুরী উপার্জনকারী 'কল্যাণ বোর্ড আইন ২০১৮'
 - প্রবাসী বাংলাদেশীদের রেমিটেন্স এর বিশেষ সুবিধা নীতি, ২০০৮
 - বিদেশী কর্মসংস্থানের জন্য মেডিকেল টেস্ট পলিসি ২০০৮
 - বাংলাদেশ পাসপোর্ট আদেশ, ১৯৭৩
 - বাংলাদেশ পাসপোর্ট বিধিমালা, ১৯৭৪
 - মানব পাচার প্রতিরোধ ও দমন আইন ২০১২

অভিবাসন নিয়ন্ত্রণকারী এবং অন্যান্য আইনি কর্মকাণ্ড বাংলাদেশের আইনের তথ্য ব্যবস্থার ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে <http://bdlaws.minlaw.gov.bd/>

The **Overseas Employment and Migrants Act 2013** provides a basic legal framework governing out-migration. These include:

- the mechanism of sending workers abroad and recruiting agents, their licensing process, etc.
- the system of workers registration and method of clearance to leave the country.
- the regulatory framework for the job contract and migration agreements.
- the role and function of the office of labour attaches.
- the rights of migrants.
- The offence, punishment for each offence and competent authorities.

বৈদেশিক কর্মসংস্থান ও অভিবাসন আইন ২০১৩, অভিবাসন নিয়ন্ত্রণের একটি মৌলিক আইন কাঠামো প্রদান করে। এর মধ্যে রয়েছে:

- বিদেশে কর্মী পাঠানো এবং এজেন্ট নিয়োগ, তাদের লাইসেন্স প্রক্রিয়া ইত্যাদি।
- শ্রমিক নিবন্ধন এর পদ্ধতি এবং দেশ ত্যাগের অনুমোদনের পদ্ধতি।
- চাকরির চুক্তি এবং অভিবাসন চুক্তির জন্য নিয়ন্ত্রক কাঠামো।
- শ্রম দপ্তরের ভূমিকা এবং কার্যপ্রণালী।
- অভিবাসীদের অধিকার।
- অপরাধ, প্রতিটি অপরাধের শাস্তি এবং উপযুক্ত কর্তৃপক্ষের শাস্তি।

Passport

To legally travel abroad, a citizen of Bangladesh should have a valid passport. A passport is a document certifying the identity and citizenship of a Bangladeshi citizen both inside and outside Bangladesh. Your name, birth date, place of birth, and nationality are indicated in the passport. A passport is issued

to all citizens of Bangladesh by the Ministry of Home Affairs, the Department of Immigration and Passports. When leaving Bangladesh and crossing the border, citizens of Bangladesh have to go through the passport control, at which point the date when the border was crossed is stamped into the passport or the equivalent document.

পাসপোর্ট

বৈধভাবে বিদেশ ভ্রমণের জন্য বাংলাদেশের একজন নাগরিকের বৈধ পাসপোর্ট থাকতে হবে। পাসপোর্ট বাংলাদেশের অভ্যন্তরে ও বাইরে একজন বাংলাদেশী নাগরিকের পরিচয় ও নাগরিকত্ব এর একটি দলিল। আপনার নাম, জন্ম তারিখ, জন্মস্থান, এবং জাতীয়তা পাসপোর্টে নির্দেশ করা হয়। বাংলাদেশের সকল নাগরিককে পাসপোর্ট প্রদান করে স্বরাষ্ট্র মন্ত্রণালয় এর অভিবাসন ও পাসপোর্ট বিভাগ। বাংলাদেশ ছেড়ে সীমান্ত অতিক্রম করার সময় বাংলাদেশের নাগরিকদের পাসপোর্ট নিয়ন্ত্রণের মধ্য দিয়ে যেতে হয়।

The owner of the passport is responsible for keeping it safe and using it for the purpose it is intended.



Do not allow dalals to charge additional costs for processing passport applications. Apply yourself for a passport after reading all information on the procedures of issuing a passport for the citizens of Bangladesh available on the website: <http://passport.gov.bd/Default.aspx>.

পাসপোর্টের মালিক এটিকে সুরক্ষিত রাখবেন এবং পাসপোর্ট কোন উদ্দেশ্যে এটি ব্যবহার করবেন এর জন্য তিনি নিজেই দায়ী।

পাসপোর্টের আবেদন প্রক্রিয়াকরণের জন্য দালালদের অতিরিক্ত খরচ নিতে দেবেন না।

ওয়েবসাইটে বাংলাদেশের নাগরিকদের জন্য পাসপোর্ট ইস্যু করার পদ্ধতি সম্পর্কে সকল তথ্য পড়ার পর পাসপোর্টের জন্য আবেদন করুন: <http://passport.gov.bd/Default.aspx>

For e-passport: <https://epassport.gov.bd/landing>. Alternatively, you can go to your respective "Divisional passport and visa offices" and "Regional passport offices" for your passport issuance.

Consular registration of Bangladeshi citizens

Once abroad, consular registration means keeping the record of Bangladeshi citizens temporarily or permanently staying abroad; this task is carried out by Bangladesh's diplomatic missions or consular offices abroad.

ই-পাসপোর্টের জন্য: <https://epassport.gov.bd/landing>। অন্যথায়, আপনি আপনার পাসপোর্ট ইস্যুর জন্য আপনার নিজ নিজ "ডিভিশনাল পাসপোর্ট এবং ভিসা অফিস" এবং "আঞ্চলিক পাসপোর্ট অফিস" যেতে পারেন।

বাংলাদেশী নাগরিকদের কনসুলার রেজিস্ট্রেশন

একবার বিদেশে গেলে, কনস্যুলার রেজিস্ট্রেশন মানে বাংলাদেশী নাগরিকদের রেকর্ড সাময়িকভাবে বা স্থায়ীভাবে বিদেশে থাকা; এই কাজটি বাংলাদেশের কূটনৈতিক মিশন বা বিদেশে কনস্যুলার অফিস দ্বারা পরিচালিত হয়।

Visa

What is visa? Do you need one? Where can you get it?

A visa is a document that is either stamped on your passport or is issued in a separate paper by another country's authorities to allow you to travel to, enter or transit that country. You need to apply for your visa while in Bangladesh, before travelling to the destination country. Applications should be submitted to the Embassy or consulate general of the country of destination. Online visa checking programs are introduced for the expatriates moving to United Arab Emirates, Qatar, Singapore and Bahrain.

Below are copies of different types of visas.



ভিসা

ভিসা কি? আপনার কি কাজে লাগবে? আপনি এটা কোথায় পেতে পারেন?

ভিসা একটি নথি যা হয় আপনার পাসপোর্টে স্ট্যাম্প করা হয় অথবা অন্য দেশের কর্তৃপক্ষ আপনাকে সে দেশে ভ্রমণ, প্রবেশ বা ট্রানজিট করার অনুমতি দেওয়ার জন্য একটি পৃথক কাগজে ইস্যু করা হয়। গন্তব্য দেশে যাওয়ার আগে বাংলাদেশে থাকাকালীন সময়ে আপনাকে আপনার ভিসার জন্য আবেদন করতে হবে। গন্তব্য দেশের দূতাবাস বা কনস্যুলেট জেনারেলের কাছে আবেদনপত্র জমা দিতে হবে। সংযুক্ত আরব আমিরাত, কাতার, সিঙ্গাপুর এবং বাহরাইনে আসা প্রবাসীদের জন্য অনলাইন ভিসা চেকিং প্রোগ্রাম চালু করা হয়েছে।

Visa-free countries for Bangladeshi citizens

Under the international treaties and domestic legislation of individual states, the Bangladeshi citizens can travel visa-free or visa on arrival* to the following countries:

Asia	Bhutan Indonesia	Maldives * Nepal *	Sri Lanka ** Timor-Leste *
Africa	Cape Verde Islands * Comores Islands * Gambia Guinea-Bissau * Kenya *	Madagascar * Mauritania * Mozambique * Rwanda * Senegal *	Sierra Leone * Somalia * Togo * Uganda *

	Lesotho	Seychelles	
Oceania	Cook Islands	Fiji	
Micronesia	Niue Samoa *	Tuvalu *	Vanuatu
Caribbean	Caribbean Bahamas Barbados British Virgin Islands	Dominica Grenada Haiti Jamaica	Montserrat St. Kitts and Nevis St. Vincent and the Grenadines Trinidad and Tobago
Americas	Bolivia *		

Source <https://www.henleypassportindex.com/>

For additional information regarding the terms and conditions of the visa regime and procedures of obtaining visas, please visit the website of the Ministry of Foreign Affairs of Bangladesh: <https://mofa.gov.bd/>.

বাংলাদেশী নাগরিকদের জন্য ভিসামুক্ত দেশ

স্বতন্ত্র রাষ্ট্রের আন্তর্জাতিক চুক্তি এবং অভ্যন্তরীণ আইন অনুযায়ী, বাংলাদেশী নাগরিকরা নিম্নলিখিত দেশে ভিসা মুক্ত বা ভিসা ভ্রমণ করতে পারবেন:

এশিয়া	ভূটান ইন্দোনেশিয়া	মালদ্বীপ * নেপাল *	শ্রীলংকা ** পূর্ব-তিমুর *
আফ্রিকা	কেপ ভার্দে দ্বীপপুঞ্জ * কোমোরস দ্বীপপুঞ্জ * গাম্বিয়া গিনি-বিসাউ * কেনিয়া * লেসোথো	মাদাগাস্কার * মৌরিতানিয়া * মোজাম্বিক * রুয়ান্ডা * সেনেগাল * সিশেলস	সিয়েরা লিওন * সোমালিয়া * টোগো * উগান্ডা *
ওশেনিয়া	কুক দ্বীপপুঞ্জ	ফিজি	
মাইক্রোনেশিয়া	নিউ সামোয়া *	টুভালু *	ভানুয়াটু
ক্যারিবিয়ান	ক্যারিবিয়ান বাহামা বার্বাডোস ব্রিটিশ ভার্জিন দ্বীপপুঞ্জ	ডোমিনিকা গ্রেনাদা হাইতি জামাইকা	মন্টসেরাট সেন্ট কিটস এবং নেভিস সেন্ট ভিনসেন্ট এবং গ্রেনাদাইন ত্রিনিদাদ ও টোবাগো
আমেরিকাস	বলিভিয়া *		

উৎস: <https://www.henleypassportindex.com/>

ভিসা ব্যবস্থার শর্তাবলী এবং ভিসা পাওয়ার পদ্ধতি সম্পর্কে অতিরিক্ত তথ্যের জন্য দয়া করে বাংলাদেশের পররাষ্ট্র মন্ত্রণালয়ের ওয়েবসাইট দেখুন: <https://mofa.gov.bd/>

Fees and costs

What are the different fees and costs associated with the application for work abroad?

You need to learn what are the different costs and fees associated with the application for work abroad, the exact, average, or allowable fees for each item, and who pays for them. In this regard, you can prepare in advance for these costs. You will also avoid being duped by illegal recruiters or by licensed recruiters who may still demand a higher amount.

ফি এবং খরচ সমূহ

বিদেশে কাজের জন্য আবেদনের সাথে সংশ্লিষ্ট বিভিন্ন ফি এবং খরচ কি?

বিদেশে কাজের জন্য আবেদনের সাথে সংশ্লিষ্ট বিভিন্ন খরচ এবং ফি, প্রতিটি আইটেমের জন্য সঠিক, গড় বা অনুমোদনযোগ্য ফি, এবং কে তাদের জন্য অর্থ প্রদান করে তা আপনাকে শিখতে হবে। এই ক্ষেত্রে, আপনি এই খরচের জন্য আগাম প্রস্তুতি নিতে পারেন। এছাড়াও আপনি অবৈধ নিয়োগকারী বা লাইসেন্সপ্রাপ্ত নিয়োগকারীদের সাথে কথা বলা থেকে বিরত থাকবেন যারা এখনো বেশী অর্থ দাবী করতে পারেন।

Keep in mind that the cost varies across countries of destination and also depend on the type of work they will undertake.

Destination	Approximate Fees (taka)
KSA	1, 65,000
Malaysia	1,40,000-1,60,000
Singapore	2,62,270
Libya	1,45,780
Bahrain	97,780
UAE	1,07,780
Kuwait	1,06,780
Qatar	1,00,780
Oman	1,00,780
Iraq	1,29,540
Jordan	1,02,780
Egypt	1,20,080
Russia	1,66,680
Maldives	1,15,780
Brunei Darussalam	1,20,780
Lebanon	1,17,780

Check regularly the MEWOE and MRC social media accounts for changes in the costs.

মনে রাখবেন যে, খরচ গন্তব্যের বিভিন্ন দেশে পরিবর্তিত হয় এবং তারা কি ধরনের কাজ করবে তার উপর নির্ভর করে।

গন্তব্য	আনুমানিক ফি (টাকা)
সৌদি আরব	১, ৬৫,০০০
মালয়েশিয়া	১,৪০,০০০-১,৬০,০০০
সিঙ্গাপুর	২,৬২,২৭০
লিবিয়া	১,৪৫,৭৮০
বাহরিন	৯৭,৭৮০
সংযুক্ত আরব আমিরাত	১,০৭,৭৮০
কুয়েত	১,০৬,৭৮০
কাতার	১,০০,৭৮০
ওমান	১,০০,৭৮০
ইরাক	১,২৯,৫৪০
জর্ডন	১,০২,৭৮০
মিশর	১,২০,০৮০
রাশিয়া	১,৬৬,৬৮০
মালদ্বীপ	১,১৫,৭৮০
ব্রুনেই দারুসসালাম	১,২০,৭৮০
লেবানন	১,১৭,৭৮০

উল্লেখিত খরচ পরিবর্তন হতে পারে তা দেখার জন্য MEWOE এবং MRC সামাজিক মিডিয়া একাউন্ট নিয়মিত চেক করুন।

What are the options if you do not have sufficient funds?

Knowing and understanding these different costs, you need to reflect further on your plans to apply for overseas employment: Do you have sufficient funds to pay for all the costs? If not, what are the options? How can you obtain a loan?

আপনার যদি পর্যাপ্ত অর্থ না থাকে তাহলে বিকল্পগুলো কি?

এই বিভিন্ন খরচ জানা এবং উপলব্ধি করা, আপনাকে বিদেশে কর্মসংস্থানের আবেদন করার জন্য আপনার পরিকল্পনা নিয়ে আরো চিন্তা করতে হবে: আপনার কি সমস্ত খরচ পরিশোধ করার জন্য পর্যাপ্ত অর্থ আছে? যদি তা না থাকে, তাহলে বিকল্পগুলো কি? আপনি কিভাবে ঋণ পেতে পারেন?

If you avail of a loan, understand the terms and conditions very well. Some of the things you have to watch out for are:

- Are the terms and modes of payment, interest rates, and penalties for failure to pay, etc. according to the national laws? Are they heavy or excessive?
- If deducted from salary, are there additional or “hidden” fees or charges?
- Will the loan lead to debt bondage?
- Will it be a cause for non-issuance of exit permits (mainly applicable to Middle East countries)?

In Bangladesh, Agrani Bank Limited (ABL) <https://www.agranibank.org/> and Probashi Kallyan Bank (PKB) <http://www.pkb.gov.bd/> provide loans to cover migration cost to the out-bound workers.

আপনি যদি ঋণের সুবিধা পেয়ে থাকেন, তাহলে শর্তাবলী খুব ভালভাবে বুঝে নিন। কিছু বিষয় খেয়াল রাখতে হবে:

- জাতীয় আইন অনুযায়ী অর্থ প্রদানে ব্যর্থতার জন্য অর্থ প্রদানের শর্তাবলী, সুদের হার এবং জরিমানা কি? সেগুলো কি বেশী না অতিরিক্ত?
- যদি বেতন থেকে কেটে নেওয়া হয়, তাহলে কি অতিরিক্ত বা "লুকানো" ফি বা চার্জ আছে?
- ঋণ কি ধার - বন্ধনে নেতৃত্ব দেবে?
- এটা কি এক্সিট পারমিট ইস্যু না করার কারণ হবে (প্রধানত মধ্যপ্রাচ্যের দেশগুলোর ক্ষেত্রে প্রযোজ্য)?

বাংলাদেশে অগ্রণী ব্যাংক লিমিটেড (এবিএল) <https://www.agranibank.org/> এবং প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংক (পিকেবি) বহিমুখী শ্রমিকদের অভিবাসন খরচ বহন করার জন্য ঋণ প্রদান করে
বিস্তারিতঃ <http://www.pkb.gov.bd/>

Debt bondage occurs when you are forced to work to pay off a debt. You will be tricked into working for little or no pay, with no control over your debt. The debt bondage system is often based on a complex network of contractors and sub-contractors, and most or all of the money you earn goes to pay off your loan, and you can perform work for years without ever receiving any substantial income.

ঋণ বন্ধন ঘটে যখন একটি ঋণ পরিশোধে কাজ করতে আপনাকে বাধ্য করা হয়। আপনি সামান্য বেতন বা কোন বেতন ছাড়া কাজ করে প্রতারণিত হবেন, আপনার ঋণের উপর কোন নিয়ন্ত্রণ নেই। ঋণ বন্ধন ব্যবস্থা প্রায়ই ঠিকাদার এবং সাব-কন্ট্রাক্টরদের একটি জটিল নেটওয়ার্কের উপর ভিত্তি করে, এবং আপনি যে অর্থ উপার্জন করেন তার অধিকাংশই আপনার ঋণ পরিশোধ করতে চলে যায়, এবং আপনি কোন উল্লেখযোগ্য আয় ছাড়াই বছরের পর বছর কাজ করতে পারেন।

How much do they cost?

Possible costs in the pre-departure stage²

Please check MRC website and social media accounts for regular updates!

Requirements	Costs in local currency/US\$	Who is responsible for payment? As a general rule	Responsible agency(ies)
Passport	TK. 3450-6900/\$40-85	Migrant worker	Department of Immigration and Passports

² US\$ equivalent based on the exchange rate as of 1000 TK= 12 US\$

			http://www.dip.gov.bd/
Birth certificate	TK. 50 /\$3	Migrant worker	Office of the Registrar General, Birth & Death Registration http://br.lgd.gov.bd/english.html
National Identity Card for overseas Bangladeshi citizen	TK. 100/ \$ 1.5	Migrant worker	National Identity Registration Wing http://www.nidw.gov.bd/index.php
Marriage certificate	TK. 1250/ \$15	Migrant worker	Uttara Kazi Office http://kaziofficeuttara.com/
Police clearance or related documents	TK. 500 /\$7-10	Migrant worker	Metropolitan Police https://www.police.gov.bd/en/metropolitan_police
Certification, authentication academic degrees	TK. 500-800 /\$5-10 Abroad TK. 4000-7000/ \$45-85	Migrant worker	Ministry of Education (MOE) https://moedu.gov.bd/
Training certificates, including its CAV	TK. 500 /\$7-10	Migrant worker, unless paid by the employer	Technical Training Centre https://www.ttc.gov.bd
Trade testing (for skilled workers) training and language	TK. 1200-8000 /\$15-90	Migrant worker	
Medical or health examinations	TK. 5500/ \$50-70 TK. 6500(USA)/ \$80 TK. 6000 (Canada)/ \$71	Migrant worker, unless the employer requires additional medical examinations	Approved Medical Centres
Recruitment fee or placement fee or overseas employment fee	TK. 8000-18000/ \$ 100-200	Migrant worker	
Visa and other related costs	Depending on the country of destination TK. 4500-8500/ \$50-100	Employer	Embassies or Consulates Authorised recruitment agency
Work permit (if separate from the visa)	Depending on the country of destination TK. 4500-8500/ \$50-100	Employer	Embassies or Consulates Authorised recruitment agency
Transportation from the origin country to the workplace	TK. 43000-85000/ \$500- 1,000	Employer	Authorised recruitment agency
Data registration fee	TK. 200/ \$3-5	Employer	

Welfare Fund	TK. 2000 / \$25	Migrant worker	
Insurance fees	TK. 1000-2500 / \$15-30	Migrant worker	
Attendance the pre-departure orientation seminar	TK. 200/\$3 Or free by the government	Migrant worker Migrant worker	
Opening of bank account for remittances	Minimum amount; maintaining balance; TK. 500-1000/\$6-12	Migrant worker	Private banks
Other costs (photocopying of documents, transportation, etc.)	TK. 1700-2200/ \$20-25	Migrant worker	

খরচ কত হতে হবে?

প্রাক-প্রস্থান পর্যায়ে সম্ভাব্য খরচ

নিয়মিত আপডেটের জন্য অনুগ্রহ করে এমআরসি ওয়েবসাইট এবং সোশ্যাল মিডিয়া একাউন্ট চেক করুন!

কি কি দরকার	খরচ সমূহ স্থানীয় মুদ্রায়/ মার্কিন ডলার?	কে খরচ বহন করবে? সাধারণ নিয়ম হিসাবে	দায়িত্বশীল সংস্থা (ইত্যাদি)
পাসপোর্ট	৩৪৫০-৬৯০০ টাকা/ ৪০-৮৫ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	ডিপার্টমেন্ট অফ ইমিগ্রেশন এন্ড পাসপোর্ট http://www.dip.gov.bd/
জন্ম সনদ	৫০ টাকা/০৩ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	সাধারণ রেজিস্ট্রার, জন্ম ও মৃত্যু নিবন্ধনের কার্যালয় http://br.lgd.gov.bd/english.html
প্রবাসী বাংলাদেশী নাগরিকের জন্য জাতীয় পরিচয়পত্র	১০০ টাকা / ১.৫ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	অভিবাসী শ্রমিক ন্যাশনাল আইডেন্টিটি রেজিস্ট্রেশন বিভাগ http://www.nidw.gov.bd/index.php
বিবাহ সনদপত্র	১২৫০ টাকা/ ১৫ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	উত্তরা কাজী অফিস http://kaziofficeuttara.com/
পুলিশের ছাড়পত্র বা সংশ্লিষ্ট কাগজপত্র	৫০০ টাকা/ ৭-১০ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	মেট্রোপলিটন পুলিশ https://www.police.gov.bd/en/metropolitan_police
সার্টিফিকেট, একাডেমিক ডিগ্রী এর প্রত্যয়ন	৫০০-৭০০ টাকা/ ৫- ১০ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	শিক্ষা মন্ত্রণালয় (এমওই) https://moedu.gov.bd/

	বিদেশে ৪০০০-৭০০০ টাকা/ ৪৫-৮৫ মার্কিন ডলার		
প্রশিক্ষণের শংসাপত্রগুলি, এর সিএভি সহ	৫০০ টাকা/ ৭- ১০ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী, যদি না নিয়োগকর্তা দ্বারা পরিশোধ না করা হয়	কারিগরি প্রশিক্ষণ কেন্দ্র https://www.ttc.gov.bd
ব্যবসা সংক্রান্ত পরীক্ষা (দক্ষ কর্মীদের জন্য) প্রশিক্ষণ এবং ভাষা	১২০০-৮০০০ টাকা/ ১৫-৯০ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	
মেডিকেল বা স্বাস্থ্য পরীক্ষা	৫৫০০ টাকা/ ৫০-৭০ মার্কিন ডলার ৬০০০ টাকা (কানাডা)/ ৭১ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী, যদি না নিয়োগকর্তার অতিরিক্ত মেডিকেল পরীক্ষার প্রয়োজন হয়	অনুমোদিত মেডিকেল সেন্টারসমূহ
নিয়োগের ফি বা অবস্থানের ফি বা বিদেশের কর্মসংস্থান ফি	৮০০০-১৮০০০ টাকা/ ১০০-২০০ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	
ভিসা এবং অন্যান্য সংশ্লিষ্ট খরচ	গন্তব্য দেশের উপর নির্ভর করে ৪৫০০-৮৫০০ টাকা/ ৫০-১০০ মার্কিন ডলার	নিয়োগকর্তা	দূতাবাস বা কনসুলেট অনুমোদিত নিয়োগ সংস্থা
ওয়ার্ক পারমিট (যদি ভিসা থেকে আলাদা হয়)	গন্তব্য দেশের উপর নির্ভর করে ৪৫০০-৮৫০০ টাকা/ ৫০-১০০ মার্কিন ডলার	নিয়োগকর্তা	দূতাবাস বা কনসুলেট অনুমোদিত নিয়োগ সংস্থা
নিজ দেশ থেকে কর্মক্ষেত্রে পরিবহন	টাকা ৪৩০০০-৮৫০০০/ ৫০০-১,০০০ মার্কিন ডলার	নিয়োগকর্তা	অনুমোদিত নিয়োগ সংস্থা
ডাটা রেজিস্ট্রেশন ফি	টাকা ২০০/ ৩-৫ মার্কিন ডলার	নিয়োগকর্তা	
কল্যাণ তহবিল	টাকা ২০০০ / ২৫ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	
বীমা ফি	টাকা ১০০০-২৫০০ / ১৫-৩০ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	
অভিবাসন পূর্ব ও রিয়েন্টেশন সেমিনারে উপস্থিতি	২০০ টাকা/ ৩ মার্কিন ডলার অথবা সরকার কর্তৃক বিনামূল্যে	অভিবাসী কর্মী অভিবাসী কর্মী	

রেমিটেন্সের জন্য ব্যাংক একাউন্ট খোলা	কমপক্ষে ৫০০-১০০০ টাকা/৬-১২ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	বেসরকারি ব্যাংক
অন্যান্য খরচ (কাগজপত্র, পরিবহন ইত্যাদির ফটোকপি)	১৭০০-২২০০ টাকা/২০-২৫ মার্কিন ডলার	অভিবাসী কর্মী	

Session 2 - Recruitment system in Bangladesh

The migration of Bangladeshi workers is managed through a recruitment system with mandatory registration of all outgoing workers with the Bureau of Manpower, Employment and Training (BMET). Labour migration systems differ depending on the destination country.

BOESL facilitates and regulates the hiring and employment of migrant workers arising from government-to-government arrangements such as the Employment Permit System for South Korea and select female migrants' employment in Hong Kong and Jordan, among others.

সেশন- ২ বাংলাদেশের অভিবাসন নিয়োগ ব্যবস্থা

জনশক্তি, কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরোর (বিএমইটি) সাথে সকল বিদায়ী কর্মীদের বাধ্যতামূলক নিবন্ধনসহ একটি নিয়োগ ব্যবস্থার মাধ্যমে বাংলাদেশী শ্রমিকদের অভিবাসন পরিচালনা করা হয়। গন্তব্য দেশের উপর নির্ভর করে শ্রম অভিবাসন ব্যবস্থা ভিন্ন। বোয়েসেল দক্ষিণ কোরিয়ার জন্য এমপ্লয়মেন্ট পারমিট সিস্টেম এবং হংকং এবং জর্ডানে নারী অভিবাসীদের কর্মসংস্থান নির্বাচনের মত সরকারী ব্যবস্থায় অভিবাসী শ্রমিকদের নিয়োগ ও কর্মসংস্থানের সুবিধা ও নিয়ন্ত্রণ করে।

How to obtain information about foreign job opportunities?

There are many job opportunities, but that doesn't necessarily mean that every country is the right fit for you. Do your research to ensure there's a suitable job market. Make sure you can answer the following questions:

- How many jobs are available?
- What's the average salary?
- What's the cost of living?

বিদেশী কাজের সুযোগ সম্পর্কে কীভাবে তথ্য পাবেন?

চাকরির অনেক সুযোগ রয়েছে তবে এর অর্থ এই নয় যে প্রতিটি দেশই আপনার পক্ষে উপযুক্ত। আপনার জন্য উপযুক্ত কাজ রয়েছে কিনা তা অনুসন্ধান করুন। আপনি নিম্নলিখিত প্রশ্নের উত্তর দিতে পারেন, তা নিশ্চিত করুন:

- কতগুলো কাজ সহজলভ্য?
- গড় বেতন কত?
- জীবনযাত্রার খরচ কত?

How do you seek overseas employment?

A Bangladeshi citizen can take up overseas employment in a foreign country either through a registered recruiting agent or directly through a foreign employer. You can look for a job abroad:

- to a licensed PRA <http://www.old.bmet.gov.bd/BMET/raHomeAction>
- via governmental institutions. BMET recruit workers for Malaysia; BOESL and BMET recruit workers for Jordan; Hong Kong SAR, China; the Republic of Korea; and Japan.
- directly through a foreign employer or through a recommendation from family/friends.

Find the legitimate source and don't limit yourself to just one source, because each of them lists jobs from particular companies or countries. Be aware of jobs offered by "Dalal" (informal agents) or and subagents (located in both Bangladesh and countries of destination).

বিদেশের কর্মসংস্থান আপনি কীভাবে সন্ধান করবেন?

একজন বাংলাদেশী নাগরিক নিবন্ধিত রিক্রুটিং এজেন্টের মাধ্যমে বা সরাসরি বিদেশী নিয়োগকর্তার মাধ্যমে বিদেশে চাকরী নিতে পারবেন। বিদেশে চাকরির সন্ধান করতে পারেন:

- লাইসেন্সপ্রাপ্ত পি আর এ - তে <http://www.old.bmet.gov.bd/BMET/raHomeAction>
- সরকারী প্রতিষ্ঠানের মাধ্যমে। বিএমইটি কর্মী নিয়োগ করে মালয়েশিয়ার জন্য, বোয়েসেল এবং বিএমইটি কর্মী নিয়োগ করে জর্ডান, হংকং এসএআর, চীন; কোরিয়া প্রজাতন্ত্র; এবং জাপান এর জন্য
- সরাসরি বিদেশী নিয়োগকর্তার মাধ্যমে

What is a recruitment agency?

Recruitment agencies are individuals or corporations authorised to recruit and hire for employment in other countries. To be authorised, they should have a valid license.

Make sure that you apply only through recruitment agencies registered and licensed by the government. BMET usually publishes online the current status of recruitment agencies, or whether they are suspended and with pending cases or complaints.

<http://www.old.bmet.gov.bd/BMET/agentlistpreview.action?type=valid>.

রিক্রুটমেন্ট এজেন্সি বা নিয়োগকারী সংস্থা কি?

রিক্রুটমেন্ট এজেন্সি গুলি হচ্ছে ব্যক্তি বা কর্পোরেশন যারা অন্যান্য দেশে কর্মসংস্থানের জন্য নিয়োগ এবং ভাড়া করার জন্য অনুমোদিত। অনুমোদিত হতে, তাদের একটি বৈধ লাইসেন্স থাকা উচিত।

নিশ্চিত হয়ে নিন যে আপনি শুধুমাত্র সরকার কর্তৃক নিবন্ধিত এবং লাইসেন্সপ্রাপ্ত রিক্রুটমেন্ট এজেন্সির মাধ্যমে আবেদন করবেন। বিএমইটি সাধারণত অনলাইনে নিয়োগকারী সংস্থার বর্তমান অবস্থা প্রকাশ করে, অথবা তাদের বরখাস্ত করা হয়েছে কিনা কিংবা তাদের বিরুদ্ধে কোন মামলা বা অভিযোগ আছে কি না ইত্যাদি।

<http://www.old.bmet.gov.bd/BMET/agentlistpreview.action?type=valid>

Bangladesh Association of International Recruiting Agencies (BAIRA) is an association 1300 member agencies in collaboration with and support from the Government of Bangladesh. The main objectives of BAIRA is to promote and protect the rights and interests of the members of the association, to promote, advise and assist in the business activities the members of the association, to make all out efforts for providing Bangladeshis with job abroad and to co-ordinate the activities of the licensed recruiting agents approved by the Government of the People's Republic of Bangladesh.

Contact details: Bangladesh Association of International Recruiting Agencies (BAIRA)

BAIRA Bhaban, 130, New Eskaton Road, Dhaka-1000, Bangladesh
Tel: +88-02-9345587, +88-029331244,+88-02-9348096,
Fax: +88-02-9344979
Email: baira1984@gmail.com,
Web: www.baira.org.bd

বাংলাদেশ অ্যাসোসিয়েশন অফ ইন্টারন্যাশনাল রিক্রুটিং এজেন্সি (বায়রা) বাংলাদেশ সরকারের সহযোগিতায় গঠিত ১৩০০ সদস্যের একটি সংস্থা। বায়রার প্রধান উদ্দেশ্য হচ্ছে এসোসিয়েশনের সদস্যদের অধিকার ও স্বার্থ প্রচার ও রক্ষা করা, এসোসিয়েশনের সদস্যদের ব্যবসায়িক কর্মকাণ্ডে উন্নীত, উপদেশ দেওয়া এবং সহায়তা করা, বিদেশে বাংলাদেশীদের চাকরি প্রদানের সকল প্রচেষ্টা এবং লাইসেন্সপ্রাপ্ত রিক্রুটিং এজেন্টদের কার্যক্রম সমন্বয় করা।

বিস্তারিত যোগাযোগ: বাংলাদেশ অ্যাসোসিয়েশন অফ ইন্টারন্যাশনাল রিক্রুটিং এজেন্সি (বায়রা)
বায়রা ভবন, ১৩০, নিউ এক্সটন রোড, ঢাকা-১০০০, বাংলাদেশ
টেলিফোন: +৮৮-০২-৯৩৪৫৫৮৭, +৮৮-০২৯৩৩১২৪৪,+৮৮-০২-৯৩৪৮০৯৬,
ফ্যাক্স: +৮৮-০২-৯৩৪৪৯৭৯
ইমেইল: baira1984@gmail.com,
ওয়েব: www.baira.org.bd

Reviews and testimonials

Before you select a specific overseas employment promoter, make sure you read as many reviews and testimonials about the recruitment agencies, employers, or country of destination as possible. Many recruiters have been around for some time, and you can ask to put you in touch with former participants. Reading about other people's experiences will give you a much better understanding of what your job will look like in a specific country.

পর্যালোচনা এবং নির্দেশনা পত্র সমূহ

আপনি কোনও নির্দিষ্ট বিদেশী কর্মসংস্থান প্রবর্তক বাছাই করার আগে নিশ্চিত হয়ে নিন যে আপনি নিয়োগ সংস্থা, নিয়োগকর্তা বা গন্তব্যের দেশ সম্পর্কে যতবেশি সম্ভব পর্যালোচনা এবং নির্দেশনা পত্র সমূহ পড়েছেন। অনেক নিয়োগকারী কিছু সময়ের জন্য আপনার পাশে থাকতে পারেন এবং আপনাকে প্রাক্তন অংশগ্রহণকারীদের সাথে যোগাযোগ করতে বলতে পারেন। অন্যদের অভিজ্ঞতা সম্পর্কে জানা আপনাকে একটি নির্দিষ্ট দেশে আপনার কাজ কেমন হবে তা অনেক ভালোভাবে উপলব্ধি করতে সহায়তা করবে।

Beware of fake job offers

When you apply directly through a foreign employer, beware of the variety of different types of fake job offers.

- sounds too good to be true. A starting job offer for 4.000.000 Taka per annum is nonsense.
- vague job requirements/description. Beware when the job-related skills aren't included in the offer.
- the employer asks for online interviews via messaging services. Usually, when genuine companies are overseas, you will attend a skype video chat interview and not via Yahoo.
- correspondence doesn't include contact information. Bear in mind that any official job offer will includes their logo and contact information of the company.

- search results about employers don't add up. If it's a real company, you should be able to find information about the company by doing an online search (e.g. Google) (search for both the company's name and the email address).
- you're asked to provide confidential information. Check to make sure the website is secure by looking at the web address bar (the address should be https:// not http://). No matter how safe it looks, don't give out confidential information such as your bank account or credit card numbers.
- sending money or using a personal bank account
- anything involving the transfer of money;
- if it turns out to be a scam, report it to the authorities.

ভুয়া চাকরির অফার থেকে সাবধান

যখন আপনি সরাসরি কোন বিদেশী নিয়োগকর্তার মাধ্যমে আবেদন করবেন, বিভিন্ন ধরনের ভুয়া চাকরির অফার থেকে সাবধান থাকবেন।

- সত্য খুব খুব ভালো শোনায় যদি সেটা সত্য হয়। বছরের প্রথমেই ৪,০০০,০০০ টাকার একটি চাকরির প্রস্তাব একটা অর্থহীন বিষয়।
- কাজের অস্পষ্ট প্রয়োজনীয়তা বা বর্ণনা। সাবধান থাকবেন যখন চাকরি সংক্রান্ত দক্ষতা সমূহ অফারে অন্তর্ভুক্ত করা হয় না।
- নিয়োগকর্তা মেসেজিং সার্ভিসের মাধ্যমে অনলাইনে ইন্টারভিউ নেন। সাধারণত, যখন কোম্পানিগুলি আসল বলে বিদেশ থেকে আপনাকে একটি স্কাইপ ভিডিও চ্যাট ইন্টারভিউতে অংশ নিতে বলবে এবং ইয়াহু এর মাধ্যমে নয়।
- চিঠিপত্রে যোগাযোগের তথ্য অন্তর্ভুক্ত করা হয় না। মনে রাখবেন যে কোন অফিসিয়াল চাকরির অফারে কোম্পানির লোগো এবং যোগাযোগের তথ্য অন্তর্ভুক্ত থাকবে।
- নিয়োগকর্তাদের সম্পর্কে অনুসন্ধানের ফলাফল কে গুরুত্ব দিবেন না। যদি এটি একটি সত্যিকারের কোম্পানি হয়, তাহলে আপনি একটি অনলাইন অনুসন্ধান (উদাহরণস্বরূপ Google) (কোম্পানির নাম এবং ইমেইল ঠিকানা উভয় অনুসন্ধান) করে কোম্পানি সম্পর্কে তথ্য খুঁজে পেতে সক্ষম হবেন।
- আপনাকে গোপনীয় তথ্য দিতে বলা হয়েছে। ওয়েব ঠিকানা বার দেখে ওয়েবসাইটটি সুরক্ষিত আছে কিনা তা নিশ্চিত করতে পরীক্ষা করুন (ঠিকানাটি http:// নয় https:// এভাবে লিখে করা উচিত)। এটি যতই নিরাপদ হোক না কেন, আপনার ব্যাংক একাউন্ট বা ক্রেডিট কার্ড নম্বরের মতো গোপনীয় তথ্য দেবেন না।
- টাকা পাঠানো বা ব্যক্তিগত ব্যাংক একাউন্ট ব্যবহার করবেন না
- অর্থ হস্তান্তরের সাথে জড়িত যে কোন কিছু করবেন না
- যদি এটি একটি ভুয়া বলে প্রমাণিত হয়, তাহলে তা কর্তৃপক্ষের কাছে রিপোর্ট করুন।

Accepting a specific job

Even in a tight job market, it's not always in your best interest to take the first job offer you receive. It's important to prioritize what is most important to you and to evaluate how the offer at hand aligns with your priorities and your current options.

When evaluating whether to accept a job offer, you must consider the following:

- don't allow yourself to be influenced by the promise of a big salary if the job is a bad fit in other important ways.
- Accept a job that corresponds to your skills and competences
- Look for a job where your previous experience is valued/fit

- Never accept a job for which you are not medically able

একটি নির্দিষ্ট কাজ গ্রহণ করা

এমনকি একটি আটসাঁট চাকরির বাজারেও, আপনি যে প্রথম চাকরির প্রস্তাব পাবেন তা সবসময় আপনার ভালো নাও হতে পারে।

আপনার কাছে গুরুত্বপূর্ণ হলো সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয়কে অগ্রাধিকার দেওয়া এবং আপনার অগ্রাধিকার এবং আপনার বর্তমান বিকল্পগুলির সাথে অফারটি কিভাবে সামঞ্জস্যপূর্ণ তা মূল্যায়ন করা গুরুত্বপূর্ণ।

চাকরির প্রস্তাব গ্রহণ করা হবে কিনা তা মূল্যায়ন করার সময়, আপনাকে অবশ্যই নিম্নলিখিতগুলি বিবেচনা করতে হবে:

- বড় বেতনের প্রতিশ্রুতির ফাঁদে পড়ে দ্বারা নিজেকে প্রতারিত হতে দেবেন না।
- আপনার দক্ষতা এবং যোগ্যতার সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ কাজটি গ্রহণ করুন
- এমন একটি চাকরি খুঁজুন যেখানে আপনার আগের অভিজ্ঞতার সাথে মিল থাকে।
- এমন কোন চাকরী গ্রহণ করবেন না যার জন্য আপনি শারীরিক ভাবে সক্ষম নন

You can find job offers in Gulf countries on the following sites:

- Bayt: the big Middle Eastern job search site <https://www.bayt.com/>
- Gulf Talent: Recruitment and jobs <https://www.gulftalent.com/>
- Monster Gulf: <https://www.monstergulf.com/>
- Career Jet: they have job search options <https://www.careerjet.com/search/jobs?l=iraq>
- Learn4Good: a portal for jobs <https://www.learn4good.com/jobs/>.

আপনি নিচের সাইট গুলোতে উপসাগরীয় দেশগুলোতে চাকরির অফার পাবেন:

- বায়েত: মধ্যপ্রাচ্যের বড় জব সার্চ সাইট <https://www.bayt.com/>
- গালফ ট্যালেন্ট: নিয়োগ ও চাকরির <https://www.gulftalent.com/>
- মনস্টার গালফ: <https://www.monstergulf.com/>
- ক্যারিয়ার জেট: তাদের চাকরি অনুসন্ধান অপশন <https://www.careerjet.com/search/jobs?l=iraq>
- লারন ফর গুড: চাকরির জন্য একটি পোর্টাল <https://www.learn4good.com/jobs/>

Overseas and Expat Job Portals, including sections for Gulf countries:

- Overseas Jobs <https://www.overseasjobs.com/>
- Go Abroad <https://www.goabroad.com/>
- LinkedIn <https://www.linkedin.com/>

উপসাগরীয় দেশগুলোর জন্য বিদেশী এবং প্রবাসী জব পোর্টাল:

- বিদেশী চাকরির <https://www.overseasjobs.com/>
- বিদেশে যাওয়া <https://www.goabroad.com/>
- লিঙ্কড-ইন <https://www.linkedin.com/>

Legal emigration from Bangladesh for overseas employment

You can find overseas employment either through a foreign employment promoter (public or private agencies) or through your effort.

The migration process requires the following steps:

- obtain a national identity certificate
- obtain a passport
- registration (which a potential migrant worker could do online from rural areas such as in Union Parishad level or from respective DEMO) and pay the registration fees
- recording biometric fingerprint (potential migrant worker could do it from respective DEMO office.)
- complete a medical test
- apply for the work visa/acquiring of visa
- apply in the BMET
- destination-specific training including language training
- insurance of digitized smart card and BMET immigration clearance.

বিদেশী কর্মসংস্থানের জন্য বাংলাদেশ থেকে বৈধ অভিবাসন

আপনি বিদেশী চাকুরী পাবেন হয় বিদেশী এমপ্লয়মেন্ট প্রোমোটর (পাবলিক বা প্রাইভেট এজেন্সি) অথবা আপনার প্রচেষ্টার মাধ্যমে।

মাইগ্রেশন প্রক্রিয়ার জন্য নিম্নলিখিত পদক্ষেপগুলি প্রয়োজন:

- একটি জাতীয় পরিচয়পত্র সংগ্রহ করুন
- পাসপোর্ট সংগ্রহ করুন
- নিবন্ধন (যা একজন সম্ভাব্য অভিবাসী শ্রমিক, ইউনিয়ন পরিষদ পর্যায়ে অথবা সংশ্লিষ্ট ডেমো থেকে অনলাইনে করতে পারেন) এবং রেজিস্ট্রেশন ফি পরিশোধ করতে পারেন।
- বায়োমেট্রিক ফিঙ্গারপ্রিন্ট রেকর্ড করা (সম্ভাব্য অভিবাসী কর্মী সংশ্লিষ্ট ডেমো অফিস থেকে এটা করতে পারেন।)
- একটি মেডিকেল টেস্ট সম্পন্ন করুন
- ওয়ার্ক ভিসা/ভিসা অধিগ্রহণের জন্য আবেদন করুন
- বিএমইটি তে আবেদন করুন
- ভাষা প্রশিক্ষণসহ গন্তব্য-নির্দিষ্ট প্রশিক্ষণ
- ডিজিটাল আইজিড স্মার্ট কার্ড এবং বিএমইটি ইমিগ্রেশন ক্লিয়ারেন্সের বীমা।

The following documents need to be prepared before you apply for work abroad:

- CV
- Photos
- Passport
- Marriage certificate
- Diploma/Education certificate
- Skills certificate
- Police clearance
- Others, as may be required by the employer

Do not submit fake or falsified documents. This will be a ground not only for your disqualification from the job but also for being criminally charged and punished.

বিদেশে কাজের জন্য আবেদন করার আগে নিম্নলিখিত নথিগুলি প্রস্তুত করতে হবে:

- সিভি
- ছবি
- পাসপোর্ট

- বিবাহ মস্যাটিফিকেট
- ডিপ্লোমা/এডুকেশন স্যাটিফিকেট
- দক্ষতা স্যাটিফিকেট
- পুলিশের ছাড়পত্র
- অন্যান্য, যেমন নিয়োগকর্তার প্রয়োজন হতে পারে

ভুয়া বা ভুয়া কাগজপত্র জমা দেবেন না। এটা শুধু চাকরি থেকে অযোগ্যতার জন্য নয়, একই সাথে অপরাধমূলক ভাবে অভিযুক্ত এবং শাস্তি পাওয়ার জন্যও একটি ভিত্তি তৈরি হবে।

Training and language certification

The professions and qualifications most in-demand overseas are health care and home care, agriculture and food, civil engineering, garment and construction. In general, the request is for specific skills and professional qualifications. If you do not have either the required education or work experience, you are not qualified to be employed. You should not continue with your application if you do not meet the qualifying education or work experience requirements.

প্রশিক্ষণ এবং ভাষা প্রত্যয়ন পত্র

বিদেশে সবচেয়ে চাহিদা পেশা এবং যোগ্যতা হল স্বাস্থ্য সেবা এবং বাড়ির যত্ন, কৃষি ও খাদ্য, বেসামরিক প্রকৌশল, পোশাক এবং নির্মাণ। সাধারণভাবে, নির্দিষ্ট দক্ষতা এবং পেশাগত যোগ্যতার জন্যই চাহিদা থাকে। আপনার যদি প্রয়োজনীয় শিক্ষা বা কাজের অভিজ্ঞতা না থাকে, তাহলে আপনি চাকরি করার যোগ্য নন। **আপনি যদি যোগ্যতা সম্পন্ন শিক্ষা বা কাজের অভিজ্ঞতার প্রয়োজনীয়তা পূরণ না করেন তাহলে আপনার আবেদন চালিয়ে যাওয়া উচিত নয়।**

Other times, even if you don't have the academic or professional qualifications, training is needed to pursue your career abroad. The internet is becoming an invaluable educational tool. There is an increasing number of distance-learning courses available through the web. Professional associations and regulatory bodies will advise you on the availability of distance-learning courses.

অন্য সময়, আপনার একাডেমিক বা পেশাগত যোগ্যতা না থাকলেও বিদেশে আপনার কর্মজীবন অনুসরণ করার জন্য প্রশিক্ষণের প্রয়োজন হয়। ইন্টারনেট একটি অমূল্য শিক্ষামূলক হাতিয়ার হয়ে উঠছে। ওয়েবের মাধ্যমে দূর থেকে-শেখার কোর্সের সংখ্যা বাড়ছে। পেশাদার অ্যাসোসিয়েশন এবং নিয়ন্ত্রক সংস্থা আপনাকে দূরত্ব শেখার কোর্সের প্রাপ্যতা সম্পর্কে উপদেশ দেবে।

You can check this government e-learning website <http://muktopaath.gov.bd/> for different distance-learning courses, specifically this link <http://muktopaath.gov.bd/course-search?type=category&id=12&name=&page=1> for online courses related to preparation and skills development for migration.

আপনি বিভিন্ন দূরত্ব-শেখার কোর্সের জন্য এই সরকারী ই-লার্নিং ওয়েবসাইট <http://muktopaath.gov.bd/> চেক করতে পারেন, বিশেষ করে এই লিংকটি মাইগ্রেশনের জন্য প্রস্তুতি এবং দক্ষতা উন্নয়ন সম্পর্কিত অনলাইন কোর্সের জন্য <http://muktopaath.gov.bd/course-search?type=category&id=12&name=&page=1>।

In Bangladesh, TTCs and IMTs operating under BMET, provide training to a wide array of people in various trades. The private recruiting agencies have their training facilities, where aspirant migrants

acquire professional skills before their overseas deployment. The private recruiting agencies provide training as part of the PRA's recruitment contract (mainly for construction work and cleaning).

বাংলাদেশে বিএমইটি-র অধীনে পরিচালিত টিটিসি এবং আইএমটি বিভিন্ন দক্ষতায় বিভিন্ন শ্রেণীর লোককে প্রশিক্ষণ দিয়ে থাকে। বেসরকারী নিয়োগকারী সংস্থাগুলির প্রশিক্ষণের সুবিধা রয়েছে, যেখানে আগ্রহী অভিবাসীরা তাদের বিদেশে যাওয়ার আগে পেশাদার দক্ষতা অর্জন করে। বেসরকারী নিয়োগকারী সংস্থাগুলি পিআরএর নিয়োগ চুক্তির অংশ হিসাবে প্রশিক্ষণ প্রদান করে (মূলত নির্মাণ কাজ এবং পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার উপর)।

Medical examinations

Before you leave Bangladesh for working abroad, it is sometimes mandatory to get a medical certificate. If you are applying for a visa, you may need to have a medical examination as proof of your good health. In general, your medical examination results must be no more than 3 months old when you apply for a work visa.

মেডিকেল পরীক্ষা

বিদেশে কাজ করার জন্য বাংলাদেশ ছাড়ার আগে কখনও কখনও মেডিকেল সার্টিফিকেট পাওয়া বাধ্যতামূলক হয়। আপনি যদি ভিসার জন্য আবেদন করেন, আপনার সুস্থাস্থ্যের প্রমাণ হিসাবে আপনার মেডিকেল পরীক্ষা করাতে হতে পারে। সাধারণভাবে, আপনি যখন কাজের ভিসার জন্য আবেদন করেন তখন আপনার মেডিকেল পরীক্ষার ফলাফল ৩ মাসের বেশি পুরাতন হবে না।

You can visit any approved medical centres, which must complete the required medical certificates. A wide variety of public and private sector agencies are responsible for providing this service. BOESL arranges the health check-ups for migrants bound to Jordan and the Republic of Korea. Other countries of destination have their list of authorized centres for medical check-ups (the Gulf Approved Medical Companies Association GAMCA provides medical check-up services to aspirants going to the Middle East <http://www.gamcabd.org/index.php/index.php>). Usually, medical certificates must be completed in English. Depending on the destination country rules, you may be asked to do chest x-rays and laboratory tests at the clinic or a laboratory.

আপনি যে কোন অনুমোদিত চিকিৎসা কেন্দ্রে যেতে পারেন, যেখানে অবশ্যই প্রয়োজনীয় মেডিকেল সার্টিফিকেট সম্পন্ন করতে হয়। বিভিন্ন সরকারি ও বেসরকারি সংস্থা এই সেবা প্রদানের দায়িত্বে থাকে। বোয়েসেল জর্ডান এবং কোরিয়া প্রজাতন্ত্রে সম্পর্কিত অভিবাসীদের স্বাস্থ্য পরীক্ষার ব্যবস্থা করে। গন্তব্যের অন্যান্য দেশে মেডিকেল চেক-আপের জন্য অনুমোদিত কেন্দ্রের তালিকা রয়েছে (গালফ অনুমোদিত মেডিকেল কোম্পানি এসোসিয়েশন গ্যামকা মধ্যপ্রাচ্যে <http://www.gamcabd.org/index.php/index.php> যাওয়া প্রার্থীদের মেডিকেল চেক-আপ সেবা প্রদান করে)। সাধারণত, মেডিকেল সার্টিফিকেট অবশ্যই ইংরেজিতে করতে হবে। গন্তব্য দেশের নিয়মের উপর নির্ভর করে, আপনাকে ক্লিনিক বা ল্যাবরেটরিতে বুকের এক্স-রে এবং ল্যাবরেটরি পরীক্ষা করতে বলা হতে পারে।

Pre-departure seminars

The **Pre-Departure Orientation training** is a three-day mandatory program that Bangladeshi workers must attend before being given clearance to leave Bangladesh to work overseas. The departing migrants also receive a day-long pre-departure briefing by BMET when they collect the smart cards. PDOS seminars are conducted by TTCs.

A short briefing on the Pre-departure Orientation can be found on <http://www.wewb.gov.bd/site/page/f4f26779-0a5f-4b52-95de-cade3a1914ad/>.

The MRCs support the conduct of the pre-departure orientation seminars. You may check the MRC website and social media accounts for the modules.

প্রাক-বহির্গমন প্রশিক্ষণ সেমিনার

প্রাক- বহির্গমন প্রশিক্ষণ একটি তিন দিনের বাধ্যতামূলক কর্মসূচী যেখানে বাংলাদেশী শ্রমিকদের বিদেশে কাজ করার জন্য বাংলাদেশ ছেড়ে যাওয়ার আগে উপস্থিত থাকতে হবে। বিদায়ী অভিবাসীরা স্মার্ট কার্ড সংগ্রহ করার সময় বিএমইটি কর্তৃক একটি দিনব্যাপী প্রাক- বহির্গমন প্রশিক্ষণ পান। পিডিওএস সেমিনার টিটিসি দ্বারা পরিচালিত হয় এবং প্রশিক্ষণ শেষে সনদ প্রদান করা হয়

<http://www.wewb.gov.bd/site/page/f4f26779-0a5f-4b52-95de-cade3a1914ad/> এই লিঙ্ক এ প্রাক- বহির্গমন প্রশিক্ষণ ওরিয়েন্টেশন সম্পর্কে একটি সংক্ষিপ্ত ব্রিফিং পাওয়া যাবে।

এমআরসি প্রাক-প্রস্থান ওরিয়েন্টেশন সেমিনার পরিচালনা গুলোতে সহয়তা করে। আপনি মডিউলের জন্য এমআরসি ওয়েবসাইট এবং সোশ্যাল মিডিয়া একাউন্ট চেক করতে পারেন।

Emigration clearances

You must have the emigration clearances from BMET if you intend to go abroad for work. If you do not have the BMET clearance, you will not be allowed to board your flight. To obtain the smart card, the prospective migrants are required to complete an online registration form and record their biometric fingerprint data. The digital smart card is used at various service points in the migration chain – from the pre-departure stage to post-arrival, and return and reintegration stages.



ইমিগ্রেশন ক্লিয়ারেন্স বা বহির্গমন ছাড়পত্র

আপনি যদি কাজের জন্য বিদেশে যেতে চান তাহলে আপনাকে অবশ্যই বিএমইটি থেকে ইমিগ্রেশন ক্লিয়ারেন্স থাকতে হবে। আপনার যদি বিএমইটি ক্লিয়ারেন্স না থাকে, তাহলে আপনাকে আপনার ফ্লাইটে উঠতে দেওয়া হবে না। স্মার্ট কার্ড পেতে, সম্ভাব্য অভিবাসীদের একটি অনলাইন রেজিস্ট্রেশন ফর্ম পূরণ করতে হবে এবং তাদের বায়োমেট্রিক ফিঙ্গারপ্রিন্ট ডেটা রেকর্ড করতে হবে। ডিজিটাল স্মার্ট কার্ড মাইগ্রেশন চেইনের বিভিন্ন সার্ভিস পয়েন্টে ব্যবহার করা হয় - প্রাক-প্রস্থান পর্যায় থেকে শুরু করে গন্তব্য দেশের আসার পরবর্তী পর্যায়ে, এবং প্রত্যাবর্তন এবং পুন একত্রীকরণ পর্যায় পর্যন্ত।

Welfare fund

Payment of welfare fund fee gives you the right to the following benefits:

- Repatriation of deceased migrants
- Death compensation, unpaid salary, service benefits, and insurance claims
- Medical support
- Educational support for dependents
- Redress for human rights abuses
- Arbitration services in dealing with fraud

- Referral services at pre-departure and post-arrival stages.

WEWB is responsible for promoting the well-being of migrants and their families at various stages of the migration cycle <http://www.wewb.gov.bd/>.

কল্যান তহবিল

ওয়েলফেয়ার ফান্ড ফি পরিশোধ আপনাকে নিম্নলিখিত বেনিফিট সমূহের অধিকার প্রদান করে থাকে:

- মৃত অভিবাসীদের প্রত্যর্পণ বা দেশে ফেরত আনা।
- মৃত্যু ক্ষতিপূরণ, বকেয়া বেতন, সার্ভিস বেনিফিট, এবং বীমা দাবি
- মেডিকেল সাপোর্ট
- নির্ভরশীলদের জন্য শিক্ষামূলক সহায়তা
- মানবাধিকার লঙ্ঘনের প্রতিকার
- জালিয়াতি মোকাবেলায় সালিশি সেবা
- প্রাক-প্রস্থান এবং আগমন পরবর্তী পর্যায়ে রেফারেল সেবা।

অভিবাসন চক্রের বিভিন্ন পর্যায়ে অভিবাসী এবং তাদের পরিবারের কল্যাণের উন্নয়নের দায়িত্ব WEWB এর, বিস্তারিত জানতে <http://www.wewb.gov.bd/> চেক করুন।

Insurance

Many employers do not offer insurance packages, so many Bangladeshi workers migrant workers lack any insurance coverage during their employment in countries of destination. But the good news is, WEWB has initiated a mandatory insurance scheme for migrants from December 2019.

বীমা

অনেক নিয়োগকর্তা বীমা প্যাকেজ প্রদান করেন না, তাই অনেক বাংলাদেশী শ অভিবাসী শ্রমিক গন্তব্যদেশে তাদের কর্মসংস্থানের সময় কোন বীমা কভারেজ পান না। কিন্তু সুখবর হচ্ছে, WEWB ২০১৯ সালের ডিসেম্বর থেকে অভিবাসীদের জন্য একটি বাধ্যতামূলক বীমা প্রকল্প চালু করেছে।

Who are exempt from paying placement fees? Why? Who pays?

Depending on the laws of the origin or destination countries, some jobs do not require placement fees to be paid by the worker, such as seafarers or domestic work. Generally, the employer is accountable for paying the recruitment or placement fees. Based on the bilateral or multilateral agreements, some countries do not require recruitment fees such as the United States, Ireland, and South Korea under the Employment Permit System, Japan under the Nurse and Caregiver Programme, and Germany for the hiring of health professionals under the Triple Win programme.

কে প্লেসমেন্ট ফি প্রদান থেকে অব্যাহতি পায়? কেন? কে টাকা দেয়?

উৎপত্তি বা গন্তব্য দেশগুলির আইনের উপর নির্ভর করে, কিছু কাজের জন্য প্লেসমেন্ট ফি শ্রমিক, যেমন সমুদ্রযাত্রী বা গৃহস্থালীর কাজের জন্য প্লেসমেন্ট ফি দিতে হয় না। সাধারণত, নিয়োগকর্তা নিয়োগ বা প্লেসমেন্ট ফি পরিশোধের জন্য দায়ী। দ্বিপাক্ষিক বা বহুপাক্ষিক চুক্তির উপর ভিত্তি করে, কিছু দেশে ট্রিপল উইন কর্মসূচীর অধীনে স্বাস্থ্য পেশাদার নিয়োগের জন্য, এমপ্লয়মেন্ট পারমিট সিস্টেমের অধীনে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র, আয়ারল্যান্ড এবং দক্ষিণ কোরিয়ার মতো দেশে নিয়োগ ফি প্রয়োজন হয় না।

Dos and Don'ts

When you're seeking employment in another country, there are some common dos and don'ts.

DO	DON'T
Inform yourself about overseas employment	Do not become an easy target for traffickers and smugglers
Obey to legal rules applicable in Bangladesh on overseas employment	Don't deal with brokers or intermediaries' fixers
Double-check how much money the recruiting agency is asking for; and ask questions about costs covered by the foreign employer (i.e., visa, work permit, airplane ticket)	Don't pay more than the average fee. Apply yourself for passport, visa, and smart card to avoid paying unnecessary costs.
Do all the transactions inside government/official recruitment agencies	Avoid dalals. Do not accept to do a transaction in improper locations (streets, malls, shops, private homes)
Read the contract and make sure you understand all the conditions of the employment contract before you sign it.	Do not sign on a blank piece of paper no matter the reason or how much you trust the person who asks you to.
Inform yourself about ways to complaint about the violation of the foreign service agreement or contract	Do not renounce to your rights
Always make sure that your documents are valid.	Do not accept to use any types of forged or fake documents (passport, visa, entry and exit stamps, residence and work permits, or a tourist visa instead of a working visa)

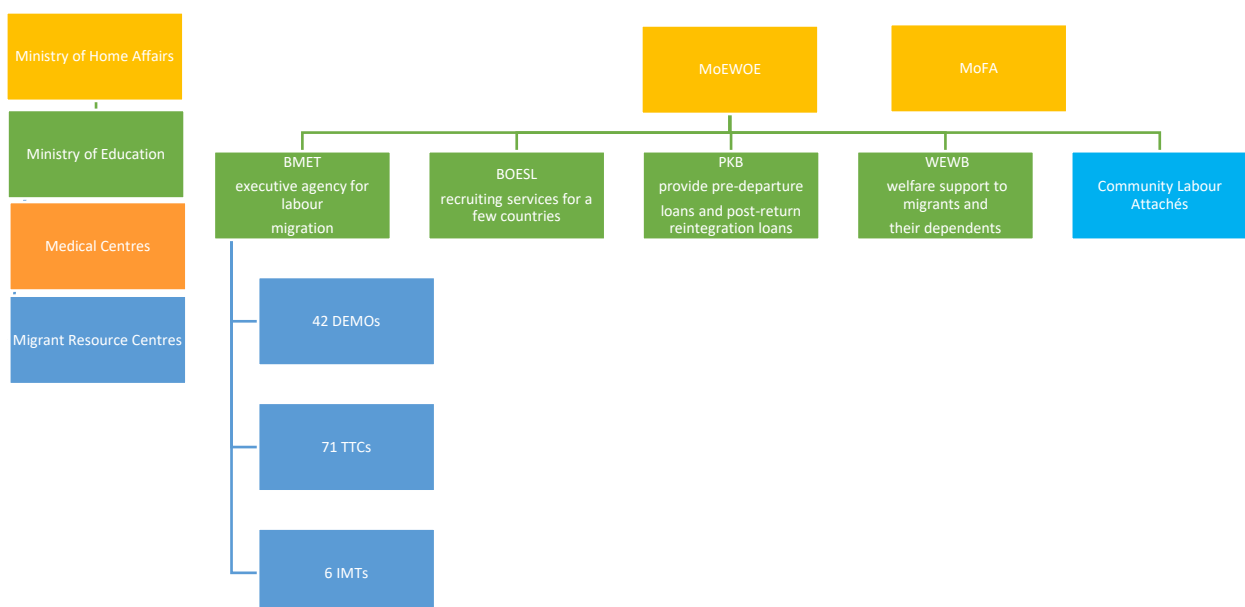
করণীয় এবং বর্জনীয়

আপনি যখন অন্য দেশে কর্মসংস্থান খুঁজবেন, তখন সাধারণত কিছু করণীয় এবং বর্জনীয় বিষয় নিয়ে দেয়া হলো।

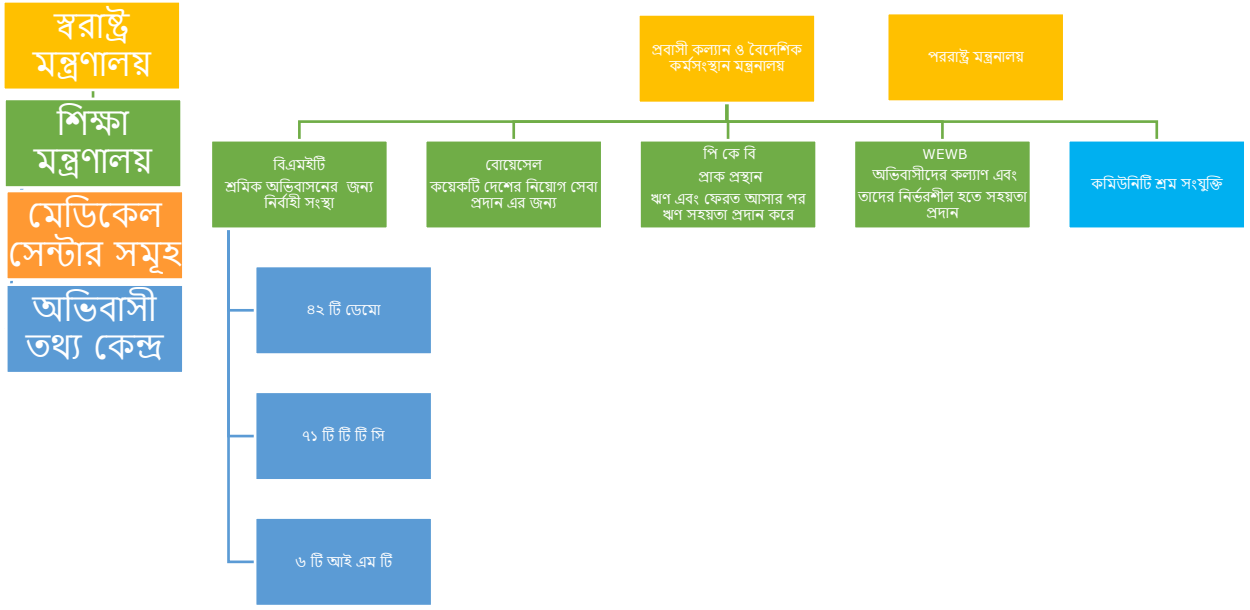
করণীয়	বর্জনীয়
বিদেশী কর্মসংস্থান সম্পর্কে নিজেকে অবহিত করুন	পাচারকারী এবং চোরাচালানীদের সহজ টার্গেটে পরিণত হবেন না
বিদেশী কর্মসংস্থানের ক্ষেত্রে বাংলাদেশে প্রযোজ্য আইন এবং নিয়মকানুন সমূহ মেনে চলুন	দালাল বা মধ্যস্থতাকারীদের সাথে লেনদেন করবেন না
দুইবার পরীক্ষা করে দেখুন যে রিক্রুটিং এজেন্সি কত টাকা চাইছে; এবং বিদেশী নিয়োগকর্তার আওতাভুক্ত খরচ সম্পর্কে প্রশ্ন করুন (অর্থাৎ, ভিসা, ওয়ার্ক পারমিট, প্লেনটিকেট)	গড় ফি-এর চেয়ে বেশি টাকা দেবেন না। অপ্রয়োজনীয় খরচ এড়াতে পাসপোর্ট, ভিসা এবং স্মার্ট কার্ডের জন্য আবেদন করুন।
সরকারী/সরকারী রিক্রুটমেন্ট এজেন্সির অভ্যন্তরে সকল লেনদেন করুন	দালাল এড়িয়ে চলুন। অবৈধ স্থানে লেনদেন করা মেনে নেবেন না (রাস্তা, শপিং মল, দোকান, ব্যক্তিগত বাড়ি)

চুক্তিটি ভালোভাবে পড়ুন এবং নিশ্চিত হোন যে আপনি স্বাক্ষর করার আগে এমপ্লয়মেন্ট কন্ট্রাক্টের সকল শর্তাবলী বুঝতে পেরেছেন।	কারণ যাই হোক না কেন বা ব্যক্তি যতটা বিশ্বাসী ই হোক না কেন ফাঁকা কাগজে কখনোই স্বাক্ষর করবেন না।
বিদেশী পরিষেবা চুক্তি বা চুক্তি লঙ্ঘন সম্পর্কে অভিযোগ করার উপায় সম্পর্কে জানুন	আপনার অধিকারসমূহ ছেড়ে দিবেন না
আপনার কাগজপত্র সমূহ বৈধ কিনা তা সর্বদা নিশ্চিত করুন।	কোনও প্রকারের জাল বা নকল নথি (পাসপোর্ট, ভিসা, প্রবেশ এবং প্রস্থান স্ট্যাম্প, বাসস্থান এবং ওয়ার্ক পারমিট, বা একটি ওয়ার্কিং ভিসার পরিবর্তে একটি ট্যুরিস্ট ভিসা) ব্যবহার করতে কখনো গ্রহণ করবেন না

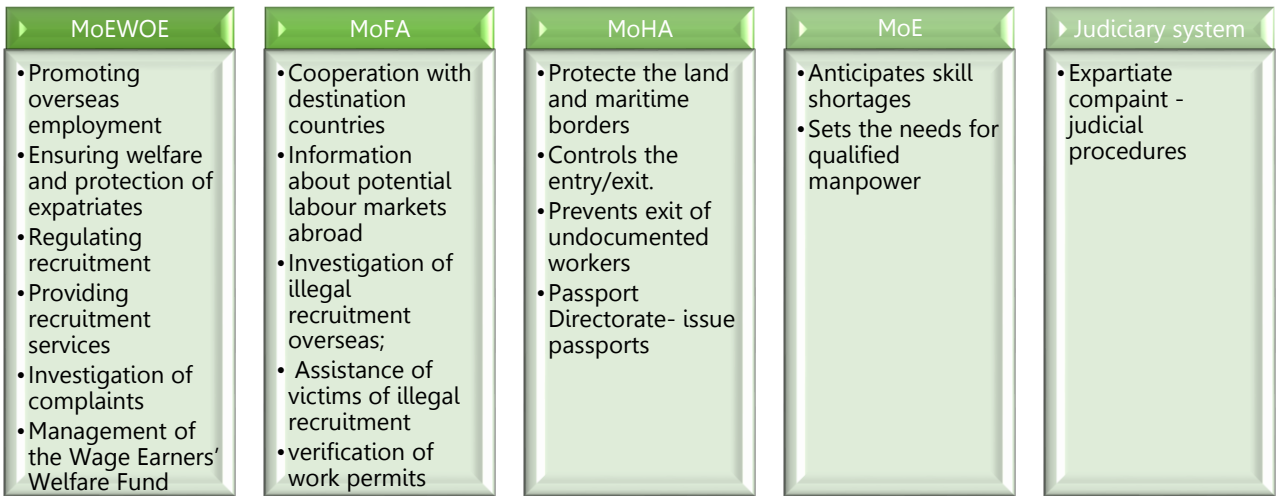
Know who's who



জেনে নিন কে কার সাথে সম্পর্কিত



Bangladesh - Institutions and roles in the emigration policy process



বাংলাদেশ - অভিবাসন নীতি প্রক্রিয়ায় প্রতিষ্ঠান ও ভূমিকা

প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়	পররাষ্ট্র মন্ত্রণালয়	স্বরাষ্ট্র মন্ত্রণালয়	শিক্ষা মন্ত্রণালয়	বিচার ব্যবস্থা
<ul style="list-style-type: none"> • বিদেশী কর্মসংস্থান উন্নীত করা • প্রবাসীদের কল্যাণ ও সুরক্ষা নিশ্চিত করা • নিয়োগ নিয়ন্ত্রণ • নিয়োগ সেবা প্রদান • অভিযোগের তদন্ত • মজুরী উপার্জনকারী কল্যাণ তহবিলের ব্যবস্থাপনা 	<ul style="list-style-type: none"> • গন্তব্য দেশগুলির সাথে সহযোগিতা • বিদেশে সম্ভাব্য শ্রমবাজার সম্পর্কে তথ্য • বিদেশে অবৈধ নিয়োগের তদন্ত; • অবৈধ নিয়োগের ক্ষতিগ্রস্থদের সহায়তা • কাজের অনুমতি যাচাই 	<ul style="list-style-type: none"> • স্থল এবং সামুদ্রিক সীমানা রক্ষা করুন • প্রবেশ / প্রস্থান নিয়ন্ত্রণ করে। • অ অনুমোদিত কর্মীদের প্রস্থান রোধ করে • পাসপোর্ট অধিদপ্তর-পাসপোর্ট ইস্যু করে 	<ul style="list-style-type: none"> • দক্ষতা ঘাটতি নিরূপণ করে • যোগ্যতা সম্পন্ন জনশক্তির চাহিদা নির্ধারণ করে 	<ul style="list-style-type: none"> • সংক্ষিপ্ত বিবরণ - বিচারিক পদ্ধতি

Session 3 - Prevention mechanisms

What do you do in case of recruitment violations?

Complaints can be received through many channels, including online, call-centre, or in person. The competent authorities have different ways of receiving complaints (many have an online section that can be accessed from abroad. Employment or recruitment related complaints regardless of where the grievance occurred can be filed in the following offices:

- Ministry of Expatriates' Welfare and Overseas Employment
- Bureau of Manpower Employment and Training (BMET) - <https://ovijogbmet.org/>
- Labour Attachés in the country of destination
- District Employment and Manpower Office <http://www.bmet.gov.bd/>
- Probash Bandhu Call Centre 09654333333. Call Centre responds on any request from various communicating channels and apps like e-mail, messengers, lmo, WhatsApp, Facebook, etc.
- Bangladesh Association of International Recruiting Agencies has its own arbitration cell <http://www.baira.org.bd/>

সেশন ৩- প্রতিরোধ পদ্ধতি

নিয়োগ লঙ্ঘনের ক্ষেত্রে আপনি কি করবেন?

অনলাইন, কল-সেন্টার বা ব্যক্তিগতভাবে সহ অনেক চ্যানেলের মাধ্যমে অভিযোগ দেওয়া যেতে পারে। উপযুক্ত কর্তৃপক্ষের অভিযোগগুলো পাওয়ার বিভিন্ন উপায় আছে (অনেকের একটি অনলাইন বিভাগ আছে যা বিদেশ থেকে অ্যাক্সেস বা প্রবেশ করা যেতে পারে। অভিযোগ যেখানেই হোক না কেন কর্মসংস্থান বা নিয়োগ সংক্রান্ত অভিযোগ নিম্নলিখিত অফিসে দাখিল করা যেতে পারে:

- প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়
- জনশক্তি কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরো (বিএমইটি) - <https://ovijogbmet.org/>
- গন্তব্যের দেশে শ্রম কল্যাণ উইং সমূহ

- জেলা কর্মসংস্থান ও জনশক্তি অফিস <http://www.bmet.gov.bd/>
- প্রবাস বন্ধু কল সেন্টার ০৯৬৫৪৩৩৩৩৩৩৩। কল সেন্টার বিভিন্ন যোগাযোগ চ্যানেল এবং অ্যাপস যেমন ই-মেইল, মেসেঞ্জার, ইমো, হোয়াটসঅ্যাপ, ফেসবুক ইত্যাদি থেকে যে কোন অনুরোধে সাড়া দিয়ে থাকে।
- বাংলাদেশ অ্যাসোসিয়েশন অফ ইন্টারন্যাশনাল রিক্রুটিং এজেন্সির নিজস্ব সালিশি সেল রয়েছে, বিস্তারিতঃ <http://www.baira.org.bd/>

What happens to your complaint?

Depending on the nature of your complaint, the institutions mentioned above may decide to:

- Refer your complaint to another institution that is better placed to act on it (usually the BMET, the Ministry of Home Affairs or labour attachés through the Ministry of Foreign Affairs);
- Take no further action if there isn't enough information to assess it or there is no way to confirm the details you provided;
- Investigate your complaint and make a decision. The BMET, after assessing the case and provided documents, updates the complainant of the date of arbitration through issuing email and letters. Redressing the grievances or complaints through the arbitration process requires 1-2 months.

আপনার অভিযোগের কি হয়?

আপনার অভিযোগের প্রকৃতির উপর নির্ভর করে উপরে বর্ণিত সংস্থাগুলি সিদ্ধান্ত নিতে পারে:

- আপনার অভিযোগ অন্য কোন প্রতিষ্ঠানের কাছে উল্লেখ করুন যা এটির উপরে কাজ করার জন্য আরও ভালভাবে সাড়া দেয় (সাধারণত বিএমইটি, স্বরাষ্ট্র মন্ত্রণালয় বা পররাষ্ট্র মন্ত্রণালয়ের মাধ্যমে শ্রম সংযুক্তি);
- যদি মূল্যায়ন করার মতো পর্যাপ্ত তথ্য না থাকে বা আপনার সরবরাহিত বিষয়টি নিশ্চিত করার কোনও উপায় না থাকে তবে পরবর্তী পদক্ষেপ নেবেন না;
- আপনার অভিযোগের তদন্ত করুন এবং সিদ্ধান্ত নিন। বিএমইটি, মামলাটি মূল্যায়ন এবং কাগজপত্র প্রদানের পর, ইমেইল এবং চিঠি ইস্যু করার মাধ্যমে সালিশির তারিখের অভিযোগকারীকে আপডেট করে। সালিশি প্রক্রিয়ার মাধ্যমে অভিযোগ বা অভিযোগের নিষ্পত্তি করতে ১-২ মাস সময় লাগে।

What can you report?

You can complain about, but are not limited to, dalals' activity, lack of pay, overtime work, unsuitable food and accommodation, an unsafe working environment, job duties, workdays and leave entitlements, insurance, workers' compensation, harassment, exploitation or forced labour, disciplinary actions or termination of employment, delay in deployment or no job provided, contract substitution, and missing migrant workers.

If you have been mistreated by dalals, recruitment agencies, recruitment agency staff, other individuals associated with the recruitment agency, or the employer, you also have the grounds to complain.

Your family and friends can also lodge complaints on your behalf if you are unable to do so yourself.

আপনি কি রিপোর্ট করতে পারবেন?

আপনি দালালদের কার্যকলাপ ই নয় বরং বেতনের অভাব, ওভারটাইম কাজ, অনুপযুক্ত খাবার ও আবাসন, অনিরাপদ কাজের পরিবেশ, কাজের দায়িত্ব, কর্মদিবস এবং ছুটির অধিকার, বীমা, শ্রমিকদের ক্ষতিপূরণ, হয়রানি, শোষণ, বাধ্যতামূলক শ্রম, শৃঙ্খলাবদ্ধ পদক্ষেপ বা কর্মসংস্থান সমাপ্তি, নিয়োগে বিলম্ব বা চাকরির ব্যবস্থা না করা, চুক্তির বিকল্পীকরণ এবং নিখোঁজ অভিবাসী শ্রমিক বিষয়েও অভিযোগ বা রিপোর্ট করতে পারবেন।

আপনার যদি দালাল, রিক্রুটিং এজেন্সি, রিক্রুটিং এজেন্সি স্টাফ, নিয়োগ সংস্থার সাথে সম্পর্কিত অন্যান্য ব্যক্তি বা নিয়োগকর্তা আপনার সাথে দুর্ব্যবহার করেন তবে আপনার কাছে অভিযোগ করার ভিত্তি রয়েছে।

আপনি নিজে করতে না পারলে আপনার পরিবার এবং বন্ধুরাও আপনার পক্ষ থেকে অভিযোগ দায়ের করতে পারে।

Session 4 - Employment contract

From your perspective, the most significant issue to be resolved with the overseas employment promoter and/or the employer is the labour contract. Bearing in mind that this will be an international contract, it is important to understand:

- the length of the appointment;
- salary and benefits;
- a procedure for return at the end of the contract;
- the procedure if a further job is offered.

সেশন ৪ – কর্মসংস্থান চুক্তি

আপনার দৃষ্টিকোণ থেকে, বিদেশী কর্মসংস্থান প্রবর্তক এবং / বা নিয়োগকর্তার সাথে সমাধান করা সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ সমস্যাটি শ্রম চুক্তি। এটি একটি আন্তর্জাতিক চুক্তি হবে তা মনে রাখবেন, এটি বোঝা গুরুত্বপূর্ণ:

- নিয়োগের সময়কাল
- বেতন এবং সুবিধা;
- চুক্তির শেষে ফেরতের জন্য নির্দিষ্ট পদ্ধতি;
- যদি আরও কাজের অফার দেওয়া হয় তবে তার প্রক্রিয়া।


For sure you are familiar with a standard work contract, as the legislation of Bangladesh regulates it. The Bangladeshi law might be useful for you as a guide regarding the provisions of employment contracts more generally. If you're interested, you can find out more about the employment contract in the Pre-departure handbook – module 2, section 4, available online at www.mrc-bangladesh.org.

At this stage, it is imperative to understand that if you're considering taking employment abroad, you will incur a whole range of issues that would not arise if you were employed in Bangladesh. It is useful to identify these issues and to check whether your contract covers them.


নিশ্চিতভাবে আপনি একটি আদর্শ কাজের চুক্তির সাথে পরিচিত, যেহেতু বাংলাদেশের আইন এটিকে নিয়ন্ত্রণ করে। বাংলাদেশী আইন আরো সাধারণভাবে কর্মসংস্থান চুক্তির বিধান একটি নির্দেশিকা হিসেবে আপনার জন্য উপকারী হতে পারে। আপনি যদি আগ্রহী হন, তাহলে আপনি প্রাক-প্রস্থান হ্যান্ডবুকে কর্মসংস্থান চুক্তি সম্পর্কে আরো জানতে পারবেন - মডিউল ২, সেকশন ৪ এ, এ ছাড়াও www.mrc-bangladesh.org অনলাইনে পাওয়া যাবে।

এই পর্যায়ে, এটা বোঝা জরুরী যে আপনি যদি বিদেশে চাকরি নেওয়ার কথা বিবেচনা করেন, তাহলে আপনি এমন অনেক বিষয়ের সম্মুখীন হবেন যা বাংলাদেশে কাজ করলে ঐ ঘটনা গুলো আপনার সামনে আসতোই না। এই বিষয়গুলি চিহ্নিত করা এবং আপনার চুক্তি সেগুলি অন্তর্ভুক্ত কিনা তা পরীক্ষা করা দরকারী।

Your employment checklist

		Check it 
Legal status	Is the legal status of your employment clear?	
	Have all the terms of the job (nature, tasks, scope, and conditions of work) and remuneration been established in writing?	
	Do you clearly understand the length of the contract and how to act in case of a dispute (the contract terminates before the legal term)?	
Working in a foreign company	Are the duties of the job included in the contract of employment (safe and decent conditions of work, free of any sort of inhumane treatment)?	
	Are the normal working hours mentioned (regular hours, overtime, days off, breaks)?	
	Are all matters affecting payment (i.e. overtime) clear?	
	Are there arrangements for sick payment?	
Personal finance	Will the employer pay at least the minimum wages that are set in the legislation of the country of destination?	
	Will you have complete control over your earnings?	
	Will the employer pay for your insurance?	
	Will the employer pay for social security?	
	Will the employer pay/contribute to your medical expenses?	
Leave entitlement	What arrangements are there for your leaves?	
	Does the employer provide return airfares to Bangladesh?	
Accommodation	Is your employer going to provide accommodation? If so, of what standard (safe, clean and hygienic)?	
	Who is going to pay for utilities (gas, water, electricity, telephone)?	
	If the accommodation is not free, are you sure your salary is adequate? Do not accept the job unless you are sure about this.	
Language	Will your employer contribute towards language courses?	
Personal protection	Will the employer offer you a training course to cope with the risks involved in living in a high-risk country?	

আপনার কর্মসংস্থান চেকলিস্ট

		চেক করুন 
আইনি অবস্থা	আপনার চাকুরীর আইনি অবস্থা কি পরিষ্কার?	
	কাজের সকল শর্তাবলী (প্রকৃতি, কাজ, সুযোগ, এবং কাজের শর্তাবলী) এবং বেতনাদি কি লিখিতভাবে প্রতিষ্ঠিত হয়েছে?	

	আপনি কি চুক্তির দৈর্ঘ্য এবং কোনও বিরোধের ক্ষেত্রে আইনটি কীভাবে কাজ করবে (আইনী শর্তের আগে চুক্তিটি সমাপ্ত হবে) তা স্পষ্টভাবে বুঝতে পেরেছেন?	
বিদেশি সংস্থায় কর্মরত	চাকুরীর দায়িত্ব কি কর্মসংস্থানের চুক্তিতে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে (কাজের নিরাপদ এবং ভদ্র পরিবেশ, কোন ধরনের অমানবিক আচরণ মুক্ত)?	
	সাধারণ কাজের সময়গুলি কি উল্লেখ করা হয়েছে (নিয়মিত ঘন্টা, ওভারটাইম, দিন ছুটি, বিরতি)?	
	অর্থ প্রদানের (অর্থাৎ ওভারটাইম) প্রভাবিত সমস্ত বিষয় কি পরিষ্কার?	
	অসুস্থতাজনিত পেমেন্টের ব্যবস্থা আছে কি?	
ব্যক্তিগত মূলধন	গন্তব্য দেশের আইন অনুযায়ী নিয়োগকৃত নিয়োগকর্তা কি সর্বনিম্ন বেতন প্রদান করবেন?	
	আপনার আয়ের উপর কি আপনার সম্পূর্ণ নিয়ন্ত্রণ থাকবে?	
	নিয়োগকর্তা আপনার বীমা জন্য অর্থ প্রদান করবে?	
	নিয়োগকর্তা কি সামাজিক সুরক্ষার জন্য অর্থ প্রদান করবেন?	
	নিয়োগকর্তা কি আপনার চিকিৎসা ব্যয় প্রদান / অবদান রাখবেন?	
ছুটির অন্তর্ভুক্তি	আপনার ছুটির জন্য কি ব্যবস্থা আছে?	
	নিয়োগকর্তা কি বাংলাদেশে ফেরতের জন্য বিমান ভাড়া প্রদান করবেন?	
বাসস্থান	আপনার নিয়োগকর্তা কি বাসস্থানের ব্যবস্থা করবেন? যদি তা হয় তবে তা কেমন হবে (নিরাপদ, পরিষ্কার এবং স্বাস্থ্যকর)?	
	ইউটিলিটিগুলির জন্য (গ্যাস, জল, বিদ্যুৎ, টেলিফোন) কে অর্থ প্রদান করবেন?	
	যদি বাসস্থান বিনামূল্যে না হয়, আপনি কি নিশ্চিত যে আপনার বেতন পর্যাপ্ত? এই বিষয়ে নিশ্চিত না হলে কাজটি গ্রহণ করবেন না।	
ভাষা	আপনার নিয়োগকর্তা কি ভাষা কোর্সের ব্যাপারে অবদান রাখবেন?	
ব্যক্তিগত নিরাপত্তা	উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ দেশে বসবাসের সাথে জড়িত ঝুঁকিগুলি মোকাবেলার জন্য নিয়োগকর্তা কি আপনার জন্য একটি প্রশিক্ষণ কোর্সের ব্যবস্থা করবেন?	

What is a work permit?

Aside from the labour contract, you will need a work permit. A work permit is an authorisation to work in the country of destination. Applications for work permits are usually submitted together with the visa application, which is done in Bangladesh.

ওয়ার্ক পারমিট কি?

শ্রম চুক্তি ছাড়াও, আপনার ওয়ার্ক পারমিটের প্রয়োজন হবে। একটি ওয়ার্ক পারমিট গন্তব্য দেশে কাজ করার একটি অনুমোদন। বাংলাদেশে করা ভিসার আবেদনের সাথে ওয়ার্ক পারমিটের জন্য আবেদন পত্র সাধারণত জমা দেওয়া হয়।

Rules applicable to the work permit system differ for each country, but procedures are similar.

Challenge Yourself

You have to answer at least 6 questions correctly to pass the examinations and proceed to the next module.

Q1. A passport is a document certifying the identity and citizenship of a Bangladeshi citizen both inside and outside Bangladesh.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q2. The Gulf Approved Medical Companies Association GAMCA provides medical check-up services to aspirants going to the Middle East.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q3. BMET publishes online the current status of recruitment agencies, or whether they are suspended and with pending cases or complaints.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q4. At the entry point in the destination country, the local immigration officer decides whether to allow you to enter and how long you can stay for any particular visit.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q5. The Ministry of Home Affairs, the Department of Immigration and Passports will issues the passport free of charge.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q6. At border posts at airports as well as at ports and road and train border posts, immigrations officers check passports to find fake ID documents and who are travelling with these passports.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q7. Employment or recruitment related complaints regardless of where the grievance occurred can be filed in the Probash Bandhu Call Centre.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q8. You should read the labour contract and make sure you understand all the conditions of the employment contract before you sign it	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q9. WEWB is responsible for promoting the well-being of migrants and their families at various stages of the migration cycle.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q10. Under the international treaties and domestic legislation of individual states, the Bangladeshi citizens can travel visa-free or visa on arrival everywhere, without restrictions.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False

নিজেকে চ্যালেঞ্জ করুন

পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হতে আপনাকে পরবর্তী মডিউলটিতে কমপক্ষে ৬ টি প্রশ্নের উত্তর দিতে হবে।

প্রশ্ন ১. পাসপোর্ট বাংলাদেশের অভ্যন্তরে ও বাইরে একজন বাংলাদেশী নাগরিকের পরিচয় ও নাগরিকত্বের একটি দলিল।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ২. গালফ অনুমোদিত মেডিকেল কোম্পানি এসোসিয়েশন গ্যামকা মধ্যপ্রাচ্যে যাওয়া প্রার্থীদের মেডিকেল চেক-আপ সেবা প্রদান করে।	

<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৩. বিএমইটি অনলাইনে নিয়োগ সংস্থার বর্তমান অবস্থা প্রকাশ করে, অথবা তাদের বরখাস্ত করা হয় কিনা এবং বকেয়া মামলা বা অভিযোগ সমূহ	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৪. গন্তব্য দেশের এন্ট্রি পয়েন্টে, স্থানীয় ইমিগ্রেশন অফিসার সিদ্ধান্ত নেন যে আপনাকে প্রবেশের অনুমতি দেওয়া হবে কিনা এবং আপনি কতদিন কোন নির্দিষ্ট ভ্রমণের জন্য থাকতে পারবেন।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৫. স্বরাষ্ট্র মন্ত্রণালয়, অভিবাসন ও পাসপোর্ট বিভাগ বিনামূল্যে পাসপোর্ট ইস্যু করবে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৬. বিমানবন্দরের পাশাপাশি বন্দর, সড়ক ও ট্রেন বর্ডার পোস্টে ইমিগ্রেশন কর্মকর্তারা জাল পরিচয়পত্র খুঁজতে পাসপোর্ট চেক করেন এবং যারা এই পাসপোর্ট নিয়ে ভ্রমণ করছেন।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৭. অভিযোগ যেখানেই হোক না কেন কর্মসংস্থান বা নিয়োগ সংক্রান্ত অভিযোগ প্রবাস বন্ধ কল সেন্টারে দাখিল করা যেতে পারে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৮. আপনার শ্রম চুক্তি পড়া উচিত এবং এটা নিশ্চিত করা উচিত যে, আপনি এটিতে স্বাক্ষর করার আগে এমপ্লয়মেন্ট কন্ট্রাক্টের সমস্ত শর্তাবলী বুঝতে পেরেছেন।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৯. অভিবাসনের বিভিন্ন পর্যায়ে অভিবাসী এবং তাদের পরিবারের কল্যাণের উন্নয়নের জন্য WEWB দায়ী।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ১০. আন্তর্জাতিক চুক্তি এবং স্বতন্ত্র রাষ্ট্রের অভ্যন্তরীণ আইন অনুযায়ী, বাংলাদেশী নাগরিকরা কোন বিধিনিষেধ ছাড়াই সর্বত্র ভিসা মুক্ত বা ভিসা ভ্রমণ করতে পারবেন।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা

Background resources

- Ministry of Expatriates' Welfare and Overseas Employment <https://probashi.gov.bd/>
- Bureau of Manpower Employment and Training (BMET) - <https://ovijogbmet.org/>
- District Employment and Manpower Office <http://www.bmet.gov.bd/>
- Bangladesh Association of International Recruiting Agencies <http://www.baira.org.bd/>
- Bangladesh Overseas Employment and Services Limited (BOESL) <http://www.boesl.gov.bd/>
- Migrant Resource Centre (MRC), Bangladesh www.mrc-bangladesh.org

প্রেক্ষাপট এর উৎস সমূহ

- প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয় <https://probashi.gov.bd/>
- জনশক্তি কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরো (বিএমইটি) - <https://ovijogbmet.org/>
- জেলা কর্মসংস্থান ও জনশক্তি অফিস <http://www.bmet.gov.bd/>
- বাংলাদেশ অ্যাসোসিয়েশন অফ ইন্টারন্যাশনাল রিক্রুটিং এজেন্সি <http://www.baira.org.bd/>
- বাংলাদেশ ওভারসিজ এমপ্লয়মেন্ট এন্ড সার্ভিসেস লিমিটেড (বোয়েএসএল) <http://www.boesl.gov.bd/>
- অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র (এমআরসি), বাংলাদেশ www.mrc-bangladesh.org

MODULE 3. IRREGULAR MIGRATION

Learning Objectives:	To focus on profiles and consequences of irregular migration
Learning Outcome: At the end of this module, you will be able to:	<ul style="list-style-type: none">- Have a clear understanding of the causes and risks of irregular migration;- Learn more on human trafficking and smuggling;- Gain knowledge of the vulnerabilities of migrant workers in different stages of the migration process.

মডিউল ৩। অনিয়মিত অভিবাসন

শিক্ষণের উদ্দেশ্য:	অনিয়মিত মাইগ্রেশনের প্রোফাইল এবং ফলাফলের উপর মনোযোগ প্রদান করা
শিক্ষণের ফলাফল: এই মডিউলের শেষে, আপনি সক্ষম হবেন:	<ul style="list-style-type: none">- অনিয়মিত অভিবাসনের কারণ এবং ঝুঁকি সম্পর্কে পরিষ্কার ভাবে উপলব্ধি করতে পারবেন- মানব পাচার এবং চোরাচালান সম্পর্কে আরও জানতে পারবেন- অভিবাসন প্রক্রিয়ার বিভিন্ন পর্যায়ে অভিবাসী শ্রমিকদের দুর্বলতা সম্পর্কে জ্ঞান অর্জন করবেন।

Session 1 - Irregular migration and human trafficking

The extent of the flow of irregular workers is a strong indication that the demand for regular migrant workers is not being matched by the supply, with migrants serving as the buffers between political needs and economic realities.

সেশন ১ অনিয়মিত অভিবাসন এবং মানব পাচার

অনিয়মিত শ্রমিকদের প্রবাহের প্রবণতা একটি দৃঢ় ইঙ্গিত যেটা নিয়মিত অভিবাসী কর্মীদের চাহিদা সরবরাহের সাথে মিলছে না, প্রবাসীরা রাজনৈতিক প্রয়োজন এবং অর্থনৈতিক বাস্তবতার মধ্যে মাধ্যম হিসাবে কাজ করছে।

Risks of irregular migration

Irregular migrant workers are found in all activities, including construction, agriculture and horticulture, mining, food processing, domestic service, and other care and cleaning work.

অনিয়মিত অভিবাসনের ঝুঁকি

অনিয়মিত অভিবাসী শ্রমিকদের নির্মাণ, কৃষি ও উদ্যানপালন, খনি, খাদ্য প্রক্রিয়াকরণ, অভ্যন্তরীণ সেবা, এবং অন্যান্য যত্ন এবং পরিষ্কার কাজ সহ সকল কর্মকাণ্ডে দেখা যায়।

If you plan to work abroad, double-check the reliability of the offered job before departure, and take necessary precautions. Take into consideration that irregular emigration to a foreign country is an illegal act, posing severe risks. Many workers become irregular because of their need to pay back the

loan made in obtaining jobs abroad. The fees may range from two- or three-months' wages to one year's wages. **Carefully consider when you borrow to go abroad.**

আপনি যদি বিদেশে কাজ করার পরিকল্পনা করেন, **তাহলে বিদেশ যাওয়ার আগে প্রস্তাবিত কাজের নির্ভরযোগ্যতা দুইবার পরীক্ষা করুন এবং প্রয়োজনীয় সতর্কতা অবলম্বন করুন।** আপনি জানেন যে বিদেশে অনিয়মিত অভিবাসন একটি অবৈধ কাজ, যা গুরুতর ঝুঁকির সম্মুখীন হতে পারে। বিদেশে চাকরি পাওয়ার জন্য যে ঋণ নেয়া হয় তা ফেরত দেওয়ার প্রয়োজনীয়তার কারণে অনেক শ্রমিক অনিয়মিত হয়ে পড়েন। **ফি দুই বা তিন মাসের বেতন থেকে এক বছরের বেতন পর্যন্ত হতে পারে। বিদেশে যাওয়ার জন্য ধার নেওয়ার সময় সাবধানতা অবলম্বন করুন।**

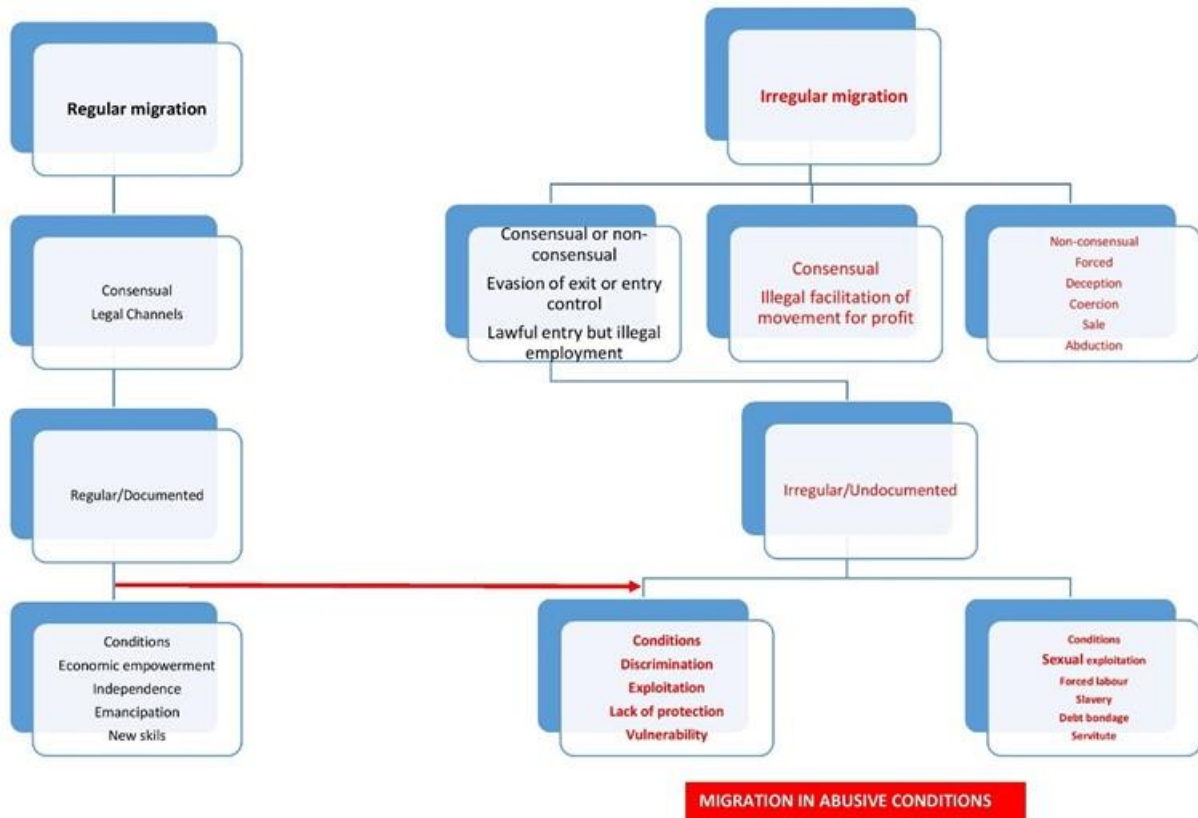
What is an irregular migrant?

A person whose movement takes place outside the regulatory norms of the sending, transit and/or receiving countries. There is no universally accepted definition of irregular migration. From the perspective of destination countries, it is the entry, stay, or work in a country without having the necessary authorization or documents required under immigration regulations. From the standpoint of Bangladesh, the irregularity is, for example, seen in cases in which you cross the international border without a valid passport or travel document or do not fulfil the administrative requirements for leaving the country.

একজন অনিয়মিত অভিবাসী কি?

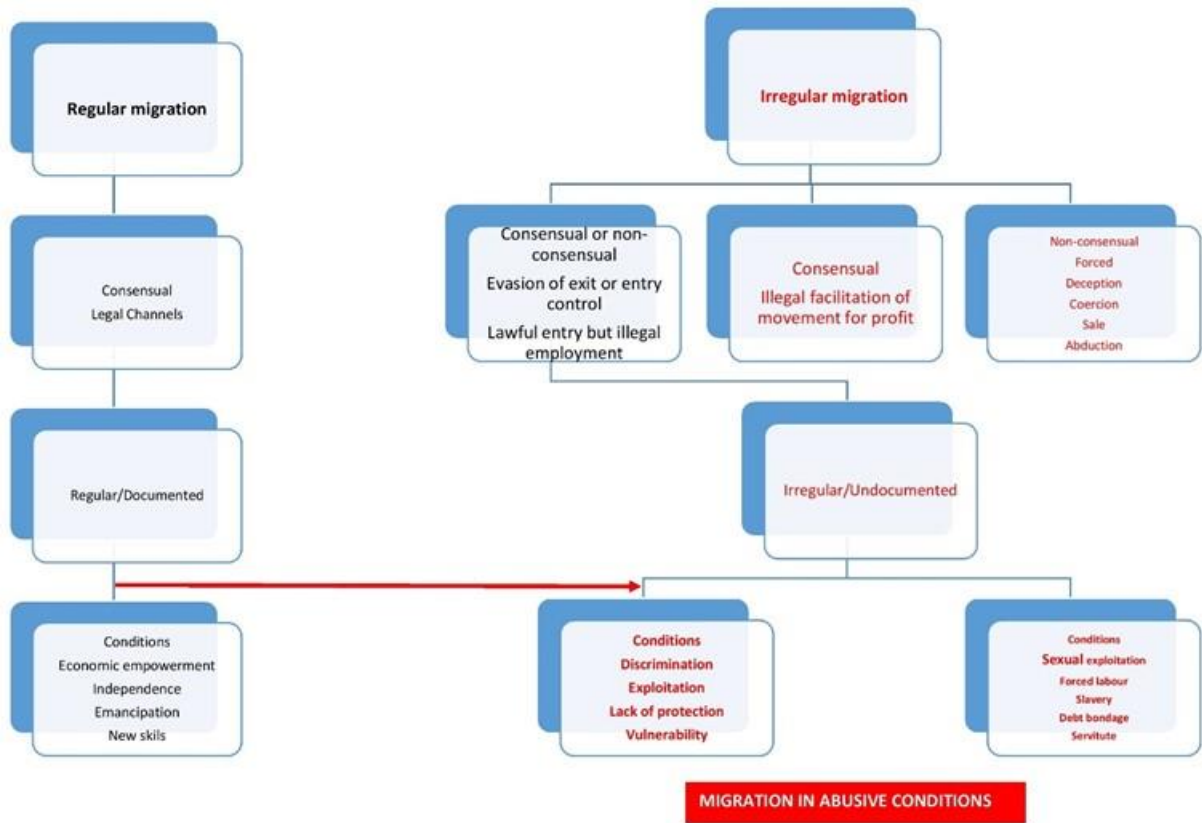
একজন ব্যক্তি যার গতিবিধি পাঠানো, ট্রানজিট এবং/অথবা গ্রহণকারী দেশগুলোর নিয়ন্ত্রক নিয়মের বাইরে অনুষ্ঠিত হয়। অনিয়মিত অভিবাসনের কোন সার্বজনীনভাবে গৃহীত সংজ্ঞা নেই। গন্তব্য দেশগুলির দৃষ্টিকোণ থেকে, ইমিগ্রেশন বিধিমালায় অধীনে প্রয়োজনীয় অনুমোদন বা কাগজপত্র ছাড়াই কোন দেশে প্রবেশ, থাকা বা কাজ করা। বাংলাদেশের দৃষ্টিকোণ থেকে, উদাহরণস্বরূপ, যে সব ক্ষেত্রে আপনি বৈধ পাসপোর্ট বা ভ্রমণ নথি ছাড়াই আন্তর্জাতিক সীমান্ত অতিক্রম করেন অথবা দেশ ত্যাগের জন্য প্রশাসনিক প্রয়োজনীয়তা পূরণ করেন না, সেক্ষেত্রে এই অনিয়ম দেখা যায়।

The interrelation between regular and irregular migration, trafficking and smuggling



Source: An Information Guide: Preventing Discrimination, Exploitation and Abuse of Women Migrant Workers, Geneva, ILO, 2003

নিয়মিত এবং অনিয়মিত অভিবাসন, পাচার এবং চোরাচালানের মধ্যে পারস্পরিক সম্পর্ক



সূত্র: একটি তথ্য নির্দেশিকা: নারী অভিবাসী শ্রমিকদের প্রতি বৈষম্য, শোষণ এবং নির্যাতন প্রতিরোধ, জেনেভা, আইএলও, ২০০৩

To protect yourself, do not accept:

- any type of fake passport (entirely fake or genuine passports that have been altered);
- to use a passport that belongs to another person with similar features;
- to go with a falsified or fraudulently obtained visa;
- to falsify the entry and exit stamps;
- a forged residence and/or work permit.

নিজেকে রক্ষা করতে, গ্রহণ করবেন না:

- যে কোনও ধরণের জাল পাসপোর্ট (পুরোপুরি ভুয়া বা আসল পাসপোর্ট যা পরিবর্তিত হয়েছে);
- একই রকম দেখতে অন্য ব্যক্তির সাথে সম্পর্কিত একটি পাসপোর্ট ব্যবহার করা;
- মিথ্যা বা প্রতারণামূলকভাবে প্রাপ্ত ভিসা নিয়ে যাওয়া;
- প্রবেশ এবং প্রস্থান স্ট্যাম্প জালিয়াতি করা;
- একটি নকল আবাস এবং / অথবা ওয়ার্ক পারমিট।

What are the risks associated with irregular migration?

Irregular migration is associated with many inconveniences. The absence of required documents causes difficulties when finding a job in the destination country, renting accommodation, and getting access to health and social services. Notwithstanding how you have acquired irregular status, as an irregular migrant, you are disproportionately exposed to human rights violations. You can be subject

to arbitrary and prolonged detention and can be subject to inadequate conditions in arrest. **You will be able to defend your legal rights and interests only if you fully respect the legislation.**

অনিয়মিত মাইগ্রেশনের সাথে সম্পর্কিত ঝুঁকি কি?

অনিয়মিত মাইগ্রেশন অনেক অসুবিধার সাথে জড়িত। প্রয়োজনীয় কাগজপত্রের অনুপস্থিতি গন্তব্য দেশে চাকরি খুঁজে পাওয়া, বাসস্থান ভাড়া এবং স্বাস্থ্য ও সামাজিক সেবা পাওয়ার সময় অসুবিধার সৃষ্টি করে। আপনি কিভাবে অনিয়মিত মর্যাদা অর্জন করেছেন, একজন অনিয়মিত অভিবাসী হিসেবে, আপনি সমানুপাতিকভাবে মানবাধিকার লঙ্ঘনের সম্মুখীন হয়েছেন। আপনি অনিচ্ছাকৃত এবং দীর্ঘ সময়ের জন্য আটকের শিকার হতে পারেন এবং গ্রেফতারের ক্ষেত্রে অপরিপূর্ণ শর্তের সম্মুখীন হতে পারেন। **আপনি যদি এই আইনকে পুরোপুরি সম্মান করেন তবেই আপনি আপনার আইনি অধিকার এবং স্বার্থ রক্ষা করতে পারবেন।**

Some tips for increasing your awareness of irregular migration

Despite having laws in place, it is unavoidable that there are people who make promises, get unauthorised payments, falsify documents, traffic and smuggle people, etc. The promises made by the illegal recruiters are so good that if you do not have the correct and timely information, you will easily believe them and comply with their demands. To protect yourself:

অনিয়মিত অভিবাসন সম্পর্কে আপনার সচেতনতা বৃদ্ধির জন্য কিছু টিপস

আইন থাকা সত্ত্বেও, এটা অনিবার্য যে কিছু লোক আছে যারা প্রতিশ্রুতি দেয়, অনুমোদনহীন অর্থ প্রদান করে, মিথ্যা কাগজপত্র তৈরি করে, বাণিজ্য এবং চোরাচালান ইত্যাদি করে থাকে। অবৈধ নিয়োগকারীদের দেওয়া প্রতিশ্রুতি গুলো এতই ভালো হয় যে, আপনার কাছে যদি সঠিক এবং সময়োপযোগী তথ্য না থাকে, তাহলে আপনি সহজেই তাদের বিশ্বাস করবেন এবং তাদের দাবীসমূহ মেনে নেবেন। নিজেকে রক্ষা করার জন্য নিম্নের নির্দেশনা গুলো মেনে চলুন।

- You need to **understand the risk**. If you do not feel vulnerable, you will not act on the information. Human trafficking is not something that only happens to others. Anyone can get into an irregular situation.

আপনাকে **ঝুঁকিসমূহ বুঝতে হবে**। আপনি যদি সুরক্ষিত বোধ করেন, তাহলে আপনি তথ্যের উপর কাজ করবেন না। মানব পাচার এমন কিছু নয় যা শুধুমাত্র অন্যদের সাথে ঘটে। যে কেউ অনিয়মিত পরিস্থিতিতে পড়তে পারে।

- If you understand the risk but are still willing to engage in risky behaviour to reach a job abroad, **read the experiences of other migrant workers** about dangerous journeys, labour exploitation, and prison conditions.

আপনি যদি ঝুঁকি বুঝতে পারেন কিন্তু এখনও বিদেশে একটি চাকুরীতে পৌঁছাতে ঝুঁকিপূর্ণ আচরণে লিপ্ত হতে ইচ্ছুক, তাহলে বিপজ্জনক ভ্রমণ, শ্রম শোষণ এবং কারাগারের অবস্থা সম্পর্কে **অন্যান্য অভিবাসী শ্রমিকদের অভিজ্ঞতা পড়ুন**।

- Double-check the information and **do not rely only on someone's promises**. You should never trust someone easily even if the person is a close relative of yours; this can put you in trouble.

তথ্য দুবার পরীক্ষা করুন এবং শুধুমাত্র **কারো প্রতিশ্রুতির উপর নির্ভর করবেন না**। ব্যক্তিটি আপনার ঘনিষ্ঠ আত্মীয় হলেও আপনি কখনোই সহজে কাউকে বিশ্বাস করবেন না; এটা আপনাকে বিপদে ফেলতে পারে।

- Always look for safer behaviour.

সবসময় নিরাপদ আচরণ খুঁজুন।

Common indicators of illegal recruitment

Illegal recruiters use various means, strategies, and schemes to consume their unlawful acts. Be observant, cautious, and vigilant about recruitment agencies. Always check with the government agency in charge of regulating or monitoring them. Make it a habit to double or triple check their current status.

অবৈধ নিয়োগের সাধারণ সূচক

অবৈধ নিয়োগকারীরা তাদের বেআইনী কাজ ভোগ করার জন্য বিভিন্ন উপায়, কৌশল এবং পরিকল্পনা ব্যবহার করে। নিয়োগ সংস্থা সম্পর্কে পর্যবেক্ষণ, সতর্ক এবং সজাগ থাকুন। সবসময় তাদের নিয়ন্ত্রণ বা পর্যবেক্ষণের দায়িত্বে থাকা সরকারী সংস্থার সাথে চেক করুন। তাদের বর্তমান অবস্থা দ্বিগুণ বা তিনগুণ হারে যাচাই করার অভ্যাস করুন।

The most common indicators or signs of illegal recruiters are the following:

- Doesn't have a foreign demand
- Does not disclose or explain in detail the recruitment process or the employment; they are evasive in their answers or information
- Immediately asks you for fees or payments
- It does not issue any receipt or invoice; if it releases one, it is generic and does not contain details such as an address, tax identification number, license number, etc.
- Promises to fast track the process for employment application using tourist or visit visa
- Poses as connected to a high-ranking official or persons with authority
- Advice you not to go through the authorised government agency and deal with them exclusively
- Recruits in malls, parks, restaurants, houses and in other places which are not its official or registered address
- Doesn't ask you questions and doesn't check your background or your skills/knowledge/competencies; they just accept all types of applicants as long as they pay.
- Offers jobs online and requests for bank transfers without meeting in person.

অবৈধ নিয়োগকারীদের সবচেয়ে সাধারণ সূচক বা লক্ষণ গুলো হল:

- কোন বিদেশী চাহিদা নেই
- নিয়োগ প্রক্রিয়া বা কর্মসংস্থান বিস্তারিতভাবে প্রকাশ বা ব্যাখ্যা করে না; তারা তাদের উত্তর বা তথ্য লুকিয়ে রাখে
- অবিলম্বে আপনার কাছে ফি বা পেমেন্ট চাওয়া
- এটি কোন রসিদ বা ইনভয়েস ইস্যু করে না; যদি এটি একবার প্রকাশিত হয়, এটি সাধারণ এবং ঠিকানা, ট্যাক্স আইডেন্টিফিকেশন নম্বর, লাইসেন্স নম্বর ইত্যাদি বিবরণ ধারণ করে না।
- পর্যটক বা ভিজিট ভিসা ব্যবহার করে কর্মসংস্থানের আবেদন প্রক্রিয়া দ্রুত ট্র্যাক করার প্রতিশ্রুতি

- একজন উচ্চপদস্থ কর্মকর্তা বা কর্তৃপক্ষের সাথে সংযুক্ত
- অনুমোদিত সরকারী সংস্থার মাধ্যমে না যাওয়ার পরামর্শ প্রদান করে এবং তাদের সাথে একচেটিয়াভাবে মোকাবেলা না করার পরামর্শ
- শপিং মল, পার্ক, রেস্টুরেন্ট, বাড়ি এবং অন্যান্য স্থানে নিয়োগ যা তার অফিসিয়াল বা রেজিস্টার্ড ঠিকানা নয়
- আপনাকে প্রশ্ন করবেন না এবং আপনার প্রেক্ষাপট বা আপনার দক্ষতা/জ্ঞান/যোগ্যতা পরীক্ষা করবে না; তারা শুধু সব ধরনের আবেদনকারীকে গ্রহণ করে যতক্ষণ তারা টাকা দেয়।
- অনলাইনে চাকরির প্রস্তাব এবং ব্যক্তিগতভাবে মিটিং ছাড়াই ব্যাংক ট্রান্সফারের জন্য অনুরোধ করবে

Tips or advice on how to avoid illegal recruiters:

- Deal only with licensed or registered recruitment agencies.
- Regularly check if such agencies are with valid job orders or foreign demand.
- Transact business in the official or registered office address of the agencies or recruiters.
- Do not apply to agencies whose published address is only PO Box. Do not send the documents only in PO Box.
- Avoid dealing with dalals or intermediaries. Check their profile if the agents or intermediaries reach out to you.
- Do not accept tourist or visit visas for purposes of work or employment abroad. Ensure that you have a work visa.
- Be cautious about agencies who immediately ask for payments for visa, flights, etc.
- Do not immediately pay the placement fee. Check if you are required to pay it. Pay only when the job is assured or when there is already a contract.
- Ask for an official receipt or invoice.

অবৈধ নিয়োগকারীদের এড়ানোর টিপস বা উপদেশ:

- শুধুমাত্র লাইসেন্সপ্রাপ্ত বা নিবন্ধিত রিক্রুটমেন্ট এজেন্সির সাথে চুক্তি করুন।
- নিয়মিত পরীক্ষা করে দেখুন এই ধরনের সংস্থাগুলির বৈধ জব অর্ডার বা বিদেশী চাহিদা আছে কিনা।
- এজেন্সি বা নিয়োগকর্তাদের অফিসিয়াল বা রেজিস্টার্ড অফিস ঠিকানায় ব্যবসা লেনদেন করুন।
- যে সব সংস্থার প্রকাশিত ঠিকানা শুধুমাত্র পিও বক্স সেখানে আবেদন করবেন না শুধুমাত্র পিও বক্স ঠিকানায় কোন নথি প্রেরণ করবেন না।
- দালাল বা মধ্যস্থতাকারীদের সাথে আচরণ করা থেকে বিরত থাকুন। এজেন্ট বা মধ্যস্থতাকারীরা আপনার সাথে যোগাযোগ করলে তাদের প্রোফাইল চেক করুন।
- বিদেশে কাজ বা কর্মসংস্থানের উদ্দেশ্যে পর্যটক বা টুরিস্ট ভিসা গ্রহণ করবেন না বা যাবেন না। নিশ্চিত করুন যে আপনার ওয়ার্ক ভিসা আছে।
- যে সব সংস্থা অবিলম্বে ভিসা, ফ্লাইট ইত্যাদির জন্য অর্থ প্রদান চায় তাদের ব্যাপারে সতর্ক থাকুন।
- অবিলম্বে প্লেসমেন্ট ফি পরিশোধ করবেন না। পরীক্ষা করে দেখুন যে আপনাকে টাকা দিতে হবে কিনা। যখন কাজ নিশ্চিত হবে অথবা যখন ইতোমধ্যে একটি চুক্তি হবে তখনই ফি দিবেন।
- অফিসিয়াল রসিদ বা ইনভয়েস জিজ্ঞাসা করুন।

Session 2 - Human trafficking and smuggling

The irregular migration includes human trafficking, illegal border crossing, and illegal transportation of a person across the border (smuggling).

সেশন ২ – মানব পাচার এবং চোরাচালান

এই অনিয়মিত অভিবাসনের মধ্যে রয়েছে মানব পাচার, অবৈধ সীমান্ত পারাপার, এবং একজন ব্যক্তির সীমান্তের ওপারে অবৈধ পরিবহন (চোরাচালান)।

What is human trafficking?

Human trafficking is **modern-day slavery** and the victims of the trafficking become victims of physical, psychological, or sexual violence. The definition emphasises the following main points:

- Actions: recruitment (the nature of their job, working conditions, pay, living conditions, the identity of their employer, their migration status, or their right to end the working relationship and return home), transportation, transfer, harbouring or receipt of a person.
- Means: threat or use of force, deception, abduction, coercion, fraud, terrorisations, and abuse of power or a position of vulnerability; some migrants will have little option but to accept abusive working and living conditions to survive.
- Scope: exploitation, forced labour, slavery, and servitude.

মানব পাচার কি?

মানব পাচার **আধুনিক দাসত্ব** এবং পাচারের শিকার রা শারীরিক, মানসিক বা যৌন নির্যাতনের শিকার হয়। সংজ্ঞাটি নিম্নলিখিত মূল বিষয়গুলির উপর জোর দেয়:

- কর্ম (Actions): একজন ব্যক্তির নিয়োগ (তাদের কাজের প্রকৃতি, কাজের পরিবেশ, বেতন, জীবনযাত্রার পরিবেশ, তাদের নিয়োগকর্তার পরিচয়, তাদের অভিবাসন অবস্থা, অথবা কাজের সম্পর্ক শেষ করে দেশে ফেরার অধিকার), পরিবহন, স্থানান্তর, আশ্রয়।
- অর্থ (Means): বল প্রয়োগ, প্রতারণা, অপহরণ, জোর পূর্বক, জালিয়াতি, সন্ত্রাস, এবং ক্ষমতার অপব্যবহার বা দুর্বলতার অবস্থান; কিছু অভিবাসীর বেঁচে থাকার জন্য অপমানজনক কাজ এবং জীবনযাত্রার পরিবেশ গ্রহণ করা ছাড়া আর কোন উপায় থাকে না।
- সুযোগ (Scope): শোষণ, জোরপূর্বক শ্রম, দাসত্ব এবং গোলামী।

What are the most common forms of human trafficking?

The most common forms of human trafficking include:

- Trafficking for sexual exploitation;
- Forced labour in agriculture or horticulture, construction, garments, and textiles under sweatshop conditions, catering and restaurants, domestic work, entertainment, and the sex industry.
- Trafficking in human organs.

মানব পাচারের সবচেয়ে সাধারণ ধরন কি?

মানব পাচারের সবচেয়ে সাধারণ ফর্মের মধ্যে রয়েছে:

- যৌন শোষণের জন্য পাচার;
- অমানবিক পরিস্থিতিতে কৃষি বা উদ্যানপালন, নির্মাণ, পোশাক এবং টেক্সটাইল, কেটারিং এবং রেস্টুরেন্ট, গার্মেন্টস কাজ, বিনোদন এবং যৌন শিল্পে জোর পূর্বক শ্রম।
- মানব অঙ্গপাচার।

Differences between human trafficking and smuggling

TRAFFICKING	SMUGGLING
-------------	-----------

No consent from your part Coercive, deceptive or abusive actions have rendered your consent	You consent
If you're trafficked, you are a victim.	You are complicit
You are threatened There is coercion against you (use of force, abduction, fraud, deception, abuse of power)	There is no actual or implied coercion against you
You are exploited to generate illicit profits for the traffickers	Once in the destination country, you're on your own
You are enslaved, subjected to limited movement or isolation, or have your documents confiscated.	You are free to leave, change jobs, etc.
You can be taken to another state or moved from one place to another within Bangladesh	Smuggling is always transnational

মানব পাচার এবং চোরাচালানের মধ্যে পার্থক্য

পাচার	চোরাচালান
যেখানে আপনার কোন সম্মতি নেই জোরপূর্বক, প্রতারণামূলক বা অপমানজনক কাজে আপনার সম্মতি প্রদানে বাধ্য করেছে	আপনার কোন সম্মতি আছে
আপনি যদি পাচার হয়ে থাকেন তবে আপনি ক্ষতিগ্রস্ত ব্যক্তি।	আপনি জটিল
আপনাকে হুমকি দেওয়া হচ্ছে আপনার বিরুদ্ধে জবরদস্তি করা হয়েছে (বল প্রয়োগ, অপহরণ, জালিয়াতি, প্রতারণা, ক্ষমতার অপব্যবহার)	আপনার বিরুদ্ধে কোনও প্রকৃত বা নিহিত জবরদস্তি হয়নি
পাচারকারীদের অবৈধ মুনাফা অর্জনের জন্য আপনাকে শোষণ করা হয়	একবার গন্তব্য দেশে আসার পর, আপনি একাই আপনার
আপনি দাস, সীমিত আন্দোলন বা একাকীত্বের শিকার, অথবা আপনার কাগজপত্র বাজেয়াপ্ত করা হয়েছে।	আপনি চলে যেতে, চাকরি পরিবর্তন, ইত্যাদি স্বাধীন।
আপনাকে অন্য রাষ্ট্রে নিয়ে যাওয়া যেতে পারে অথবা বাংলাদেশের অভ্যন্তরে এক জায়গা থেকে অন্য স্থানে স্থানান্তর করা যেতে পারে	চোরাচালান সবসময় বহুজাতিক

Physical risks in case of smuggling

The smuggler will tell you that the journey will be safe and secure, and you will find job opportunities in transit and destination countries. But in fact, smuggling puts you at serious risk of abuse and exploitation. On overland routes, many migrants are abandoned before completing their journey or suffocate to death, as they attempt to reach other countries in many dangerous ways, such as hiding in trucks or boats.

চোরাচালানের ক্ষেত্রে শারীরিক ঝুঁকি

চোরাচালানকারী আপনাকে বলবে যে যাত্রাটি নিরাপদ এবং সুরক্ষিত হবে এবং আপনি ট্রানজিট এবং গন্তব্য দেশগুলিতে কাজের সুযোগ পাবেন। তবে বাস্তবে, চোরাচালান আপনাকে অপব্যবহার এবং

শেষের গুরুতর ঝুঁকিতে ফেলে দিবে। ওভারল্যান্ডের রুটে অনেক যাত্রী তাদের যাত্রা শেষ করার আগেই ফেলে দেওয়া হয় বা মৃত্যুর শিকার হয়ে যায়, কারণ তারা অন্যান্য বিপদজনক পন্থায় বিভিন্ন দেশে পৌঁছানোর চেষ্টা করে যেমন ট্রাক বা নৌকায় লুকিয়ে।

Financial risks in case of smuggling

The price to reach another country when you don't have the required visa is not fixed. The amount you pay will depend on several factors, such as the route you take, the smugglers you use, and the type of transport.

চোরাচালানের ক্ষেত্রে আর্থিক ঝুঁকি

যখন আপনার কাছে প্রয়োজনীয় ভিসা না থাকে তখন অন্য দেশে পৌঁছানোর জন্য দাম নির্ধারিত হয় না। আপনি যে পরিমাণ অর্থ প্রদান করছেন তা বিভিন্ন কারণের উপর নির্ভর করবে যেমন আপনি যে রুটটি নিয়েছেন, আপনি যে চোরাকারবারীদের ব্যবহার করেন এবং পরিবহণের ধরণ তার উপর।

You will start the trip with a price in mind, but smugglers often demand more money for each stage of the journey, claiming that they must pay for food and accommodation costs or to bribe officials. If you run out of cash, you may be forced to work as a slave under very harsh conditions to pay the smugglers. **Be aware of the fact that many migrants have to return home before they reach their final destination, spending large sums of money for nothing.**

আপনি একটি আর্থিক মূল্য মাথায় রেখে ভ্রমণ শুরু করবেন, কিন্তু চোরাচালানকারীরা প্রায়ই যাত্রার প্রতিটি পর্যায়ের জন্য আরো টাকা দাবি করবে, তারা দাবি করবে যে, তাদের অবশ্যই খাদ্য এবং বাসস্থানের খরচ দিতে হবে অথবা কর্মকর্তাদের ঘুষ দিতে হবে। যদি আপনার নগদ টাকা শেষ হয়ে যায়, তাহলে আপনি পাচারকারীদের টাকা দেওয়ার জন্য অত্যন্ত কঠোর পরিস্থিতিতে ক্রীতদাস হিসেবে কাজ করতে বাধ্য হতে পারেন। এই বাস্তবতা সম্পর্কে সচেতন থাকুন যে অনেক অভিবাসীকে তাদের চূড়ান্ত গন্তব্যে পৌঁছানোর আগেই দেশে ফিরে যেতে হবে, কোন কিছুর জন্য বিপুল পরিমাণ অর্থ ব্যয় করতে হবে।

Definition of forced labour

According to the ILO Convention No. 29/1930, forced labour is “all work or service which is exacted from any person under the menace of any penalty and for which the said person has not offered himself voluntarily.”

জোরপূর্বক শ্রমের সংজ্ঞা

আইএলও কনভেনশন নং ২৯/১৯৩০ অনুসারে, জোরপূর্বক শ্রম হচ্ছে "সকল কাজ বা সেবা যাহা যে কোন শাস্তির বা হুমকির অধীনে যে কোন ব্যক্তির কাছ থেকে জোরপূর্বক আদায় করা এবং যে কাজের জন্য বলা হয়েছে, তা তিনি স্বৈচ্ছায় করতে রাজী হননি।

The main elements of this definition are:

- **All work or service:** all types of work, service, and employment, regardless of the industry, sector, or occupation. It is not related only to illegal and informal jobs; legal and formal employment is impacted as well as.
- **Any person:** it is irrelevant whether the person is a national of the country in which the forced labour case has been identified or a foreigner.

- **Menace of any penalty:** includes various forms of coercion such as threats, violence, and the retention of identity documents, confinement, or non-payment of wages.
- **Not voluntary:** refers to work or service against the freedom of choice, with no possibility to leave it without penalty or the threat of punishment.

এই সংজ্ঞার প্রধান উপাদানগুলো হল:

- **সকল কাজ বা সেবা:** শিল্প, খাত বা পেশা নির্বিশেষে সকল ধরনের কাজ, সেবা এবং কর্মসংস্থান। এটা শুধুমাত্র অবৈধ এবং অনানুষ্ঠানিক কাজের সাথে সম্পর্কিত নয়; আইনগত এবং আনুষ্ঠানিক কর্মসংস্থানও প্রভাবিত হয়।
- **যে কোন ব্যক্তি:** কোন দেশের জোরপূর্বক শ্রম মামলা চিহ্নিত করা হয়েছে বা বিদেশী হিসেবে চিহ্নিত করা হয়েছে, সেই দেশের নাগরিক কিনা তা অপ্রাসঙ্গিক।
- **যে কোন শাস্তির হুমকি:** বিভিন্ন ধরনের চাপ যেমন হুমকি, সহিংসতা, এবং পরিচয় পত্র রাখা, আটক রাখা, অথবা বেতন না দেওয়া।
- **স্বেচ্ছাসেবী নয়:** পছন্দের স্বাধীনতার বিরুদ্ধে কাজ বা সেবা বোঝায়, কোন শাস্তি বা শাস্তির হুমকি ছাড়া ইহা ত্যাগ করার কোন সম্ভাবনা নেই।

How to identify forced labour in practice?

The following factors can be used to identify forced labour in practice (source ILO, A Global Report under the Follow-up to the ILO Declaration on Fundamental Principles and Rights at Work, 2005):

- presence or threat of a penalty, including physical or sexual violence; financial penalties (including non-payment of wages);
- loss of rights or privileges;
- denunciation to authorities and deportation;
- dismissal from current employment or exclusion from future employment;
- deprivation of food, shelter or other necessities;
- lack of consent to work, including restriction of freedom of movement, physical confinement in the work location;
- psychological compulsion;
- deception or false promises about types and terms of work;
- withholding and non-payment of wages;
- confiscation of identity documents; etc.

কিভাবে জোরপূর্বক শ্রম কে চিহ্নিত সনাক্ত করা যায়?

নিম্নলিখিত বিষয়গুলি অনুশীলনে জোরপূর্বক শ্রম সনাক্ত করতে ব্যবহার করা যেতে পারে (উৎস আইএলও, কর্মক্ষেত্রে মৌলিক নীতি এবং অধিকার বিষয়ক আইএলও ঘোষণার অধীনে একটি বৈশ্বিক প্রতিবেদন, ২০০৫):

- শারীরিক বা যৌন নির্যাতনসহ জরিমানার উপস্থিতি বা হুমকি; আর্থিক জরিমানা (মজুরী পরিশোধ না করা সহ);
- অধিকার বা সুবিধা হারানো;
- কর্তৃপক্ষের নিন্দা এবং নির্বাসন;
- বর্তমান কর্মসংস্থান থেকে বরখাস্ত অথবা ভবিষ্যৎ কর্মসংস্থান থেকে বহিষ্কার;
- খাদ্য, আশ্রয় বা অন্যান্য প্রয়োজনীয় তার বঞ্চনা;
- কাজের ক্ষেত্রে সম্মতির অভাব, যার মধ্যে রয়েছে আন্দোলনের স্বাধীনতা নিষিদ্ধ করা, কর্মক্ষেত্রে শারীরিক সীমাবদ্ধতা;
- মানসিক বাধ্যবাধকতা;
- কাজের ধরন ও শর্তাবলী সম্পর্কে প্রতারণা বা মিথ্যা প্রতিশ্রুতি;

- মজুরি রহিত করা এবং বেতন পরিশোধ না করা;
- পরিচয় পত্র বাজেয়াপ্ত করা; ইত্যাদি।

Session 3 - Vulnerabilities of migrant workers

At this stage, when you think if it's good for you to go to work abroad, you are vulnerable when:

- you are under economic or other pressure to migrate, with limited ability to access information about jobs overseas or migration process.
- you think you have few or no legal migration options.
- you are living in a conflict zone or a crisis.

সেশন ৩ - অভিবাসী কর্মীদের ক্ষতিকারক দিক সমূহ

এই পর্যায়ে, যখন আপনি মনে করেন যে বিদেশে কাজ করতে যাওয়া আপনার জন্য ভালো, তখন আপনি অসুরক্ষিত হয়ে পড়েন যখন:

- আপনার বিদেশে চাকরি বা অভিবাসন প্রক্রিয়া সম্পর্কে পর্যাপ্ত তথ্য নেই তাছাড়া অভিবাসন করার জন্য অর্থনৈতিক বা অন্যান্য চাপের মধ্যে থাকেন।
- আপনি মনে করেন আপনার কাছে খুব কম বা কোন বৈধ মাইগ্রেশন অপশন নেই।
- আপনি একটি দ্বন্দ্ব অঞ্চল বা সঙ্কটে বসবাস করছেন।

The risk is further increased when you move or work through irregular channels and the brokers, third party agents or recruiters:

- Have more knowledge than you on legal/irregular migration process, or access to jobs, employers.
- Have unclear legal responsibility for what occurs to you overseas.
- Know ways to act with impunity.
- Have control over financial or logistical resources.
- Have been identified as "helping."

আপনি যখন অনিয়মিত মাধ্যম সমূহ এবং ব্রোকার, তৃতীয় পক্ষের এজেন্ট বা নিয়োগকারীদের মাধ্যমে স্থানান্তর বা কাজ করেন তখন ঝুঁকি আরও বেড়ে যায়:

- আইনগত/অনিয়মিত অভিবাসন প্রক্রিয়া, অথবা চাকুরীতে প্রবেশাধিকার, নিয়োগকর্তাদের সম্পর্কে আপনার চেয়ে তাদের বেশি জ্ঞান থাকা।
- বিদেশে আপনার সাথে যা ঘটে তার জন্য আইনি সম্পর্কে অস্পষ্ট ধারণা দায়ী।
- দায়মুক্তি নিয়ে কাজ করার উপায় জানুন।
- আর্থিক বা লজিস্টিক সম্পদের উপর নিয়ন্ত্রণ থাকা।
- "সাহায্য" হিসেবে চিহ্নিত করা হয়েছে।

Irregularities in the migration process

Migration Process	Against Migrants	By Migrants
Recruitment	Advertisement without job order Forging documents Providing incorrect/false information Contract substitution Exactng illegal fees Practising without a licence	Utilizing unlicensed recruiters Forging documents Providing incorrect/false information

Transportation	Processing without proper documentation	
Entry	Smuggling people across borders/avoiding checkpoints Admitting people without proper documentation	Entering/avoiding checkpoints Destroying personal documents
Residence	Discrimination in access to public facilities	
Employment	Hiring workers without proper documentation Placing workers with a different employer Hiring for a different occupation Confiscating documents Contract substitution Abusing working conditions (working hours, safety, etc.) Wage cuts and wage retention	Working without a permit Working for a different employer Working in a different occupation
Return	Not providing return ticket	Staying after visa expiration

Source: G. Battistella and M. M.B. Asis, "Southeast Asia and the Specter of Unauthorized Migration"

অভিবাসন প্রক্রিয়ায় অনিয়ম

মাইগ্রেশন প্রক্রিয়া	অভিবাসীদের প্রতিকূলে	অভিবাসীদের দ্বারা
নিয়োগ	কাজের অর্ডার ছাড়াই বিজ্ঞাপন ফরজ ডকুমেন্টস ভুল / মিথ্যা তথ্য সরবরাহ করা চুক্তি প্রতিস্থাপন অবৈধ ফি আদায় করা লাইসেন্স ছাড়াই অনুশীলন করা যথাযথ ডকুমেন্টেশন ছাড়াই প্রক্রিয়াজাতকরণ	লাইসেন্সবিহীন নিয়োগকারীদের ব্যবহার করা হয় নথি জাল করা হয় ভুল/মিথ্যা তথ্য প্রদান করা হয়
পরিবহন	যথাযথ ডকুমেন্টেশন ছাড়াই প্রক্রিয়াকরণ	
প্রবেশ	সীমান্ত পেরিয়ে লোকজন পাচার / চেকপয়েন্টগুলি এড়ানো যথাযথ দলিল ছাড়াই মানুষ গ্রহণ করা	চেকপয়েন্টগুলিতে প্রবেশ / এড়ানো ব্যক্তিগত নথিগুলি ধ্বংস করা
বাসস্থান	সরকারি সুযোগ-সুবিধায় প্রবেশাধিকারে বৈষম্য	
কর্মসংস্থান	যথাযথ ডকুমেন্টেশন ছাড়াই শ্রমিক নিয়োগ করা কর্মীদের ভিন্ন ভিন্ন নিয়োগকর্তা থাকা বিভিন্ন পেশার জন্য নিয়োগ দেয়া বাজেয়াপ্ত নথি চুক্তি প্রতিস্থাপন	পারমিট ছাড়া কাজ করা একজন ভিন্ন নিয়োগকর্তার জন্য কাজ করা একটি ভিন্ন পেশায় কাজ করা

	আপত্তিজনক কাজের অবস্থা (কাজের সময়, সুরক্ষা ইত্যাদি) মজুরি কাটা এবং মজুরি ধরে রাখা	
প্রত্যাবর্তন	রিটার্ন টিকেট প্রদান না করা	ভিসার মেয়াদ উত্তীর্ণ হওয়ার পরও থাকা

সূত্র: জি ব্যাটিসটেলা এবং এম। এম.বি. আসিস, "দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়া এবং অননুমোদিত অভিবাসনের স্পেকট্র"।

What can you do?

If:

- anyone restricts your freedom;
- an employer has confiscated your identification document;
- you have become a victim of forced labour

আপনি কি করতে পারেন?

যদি:

- যে কেউ আপনার স্বাধীনতায় বাধা দেয়;
- কোনও নিয়োগকারী আপনার সনাক্তকরণ দলিল টি বাজেয়াপ্ত করেছেন;
- আপনি জোর করে শ্রমের শিকার হয়েছেন

Immediately contact Bangladesh's diplomatic mission or consular office, which will protect your rights and legal interests. In this case, it does not matter whether the stay in a foreign country is legal or illegal. In case you wish so, Bangladesh's diplomatic mission or consular office can issue relevant documents and ensure your safe return to the home country.

অবিলম্বে বাংলাদেশের কূটনৈতিক মিশন বা কনস্যুলার অফিসে যোগাযোগ করুন, যা আপনার অধিকার এবং আইনী স্বার্থ রক্ষা করবে। এই ক্ষেত্রে, বিদেশে অবস্থান আইনী বা অবৈধ কিনা তা বিবেচ্য নয়। আপনি যদি চান তবে বাংলাদেশের কূটনৈতিক মিশন বা কনস্যুলার অফিস প্রাসঙ্গিক নথি জারি করতে পারে এবং স্বদেশে আপনার নিরাপদ প্রত্যাবর্তন নিশ্চিত করতে পারে।

Be aware of the fact that irregular migrants have rights too!

Rights	UN Conventions and Declarations	ILO Conventions
Right not to be enslaved or in forced or compulsory labour	UDHR, Art 4 ICESCR, Art 10(3) ICCPR, Art 8(1, 2, 3a) CEDAW, Art 6 CRC, Art 11(1), 32(1), 34, 35, 36 ICMW, Art 11(1, 2)	C29, Art 1(1) C105, Art 1(e), 2 C182, Art 1, 3
Right to health care	UDHR, Art 25 ICERD, Art 5(e-iv) ICESCR, Art 12(1) CRC, Art 24(1), 25, 39 CEDAW, Art 14 (2b) ICRMW, Art 28	
Right to adequate housing	UDHR, Art 25(1) ICERD, Art 5(e-iii) ICESCR Art 11(1) CEDAW Art 14(2-h) CRC, Art 27(3)	
Right to family life	ICESCR, Art 10(1,2) ICCPR, Art 23(1) CRC Art 9(1), 10(1), 20(1)	

Right to a minimum subsistence	UDHR, Art 25(1) ICESCR, Art 11(1)	
Right to fair conditions of employment	ICESCR, Art 6, 7 CRC, Art 32(1) ICRMW, Art 25(1)	C143, Art 9(1, 2)
Right to join trade unions and other associations	UDHR, Art 20, 23(4) ICERD, Art 5(e-ii) ICESCR, Art 8(1) ICCPR, Art 22(1) CEDAW, Art 14(2-e) ICRMW, Art 26(1)	C87, Art 11 C98, Art 1(1)
Right to social security	UDHR, Art 22 ICERD, Art 5(e-iv) ICESCR, Art 9 ICRMW, Art 27(1)	C143, Art 9
Right to education	UDHR, Art 26(1) ICERD, Art 5(e-v) ICESCR, Art 13(1, 2), 14 CRC, Art 28(1), 29(1) ICRMW, Art 30 UNESCO Convention, Art 3	

অনিয়মিত অভিবাসীদেরও অধিকার রয়েছে তা সম্পর্কে সচেতন হন!

অধিকার সমূহ	জাতিসংঘের সম্মেলন এবং ঘোষণা সমূহ	আইএলও কনভেনশনস সমূহ
দাসত্ব বা জোরপূর্বক বা বাধ্যতামূলক শ্রমে না থাকার অধিকার	UDHR, Art 4 ICESCR, Art 10(3) ICCPR, Art 8(1, 2, 3a) CEDAW, Art 6 CRC, Art 11(1), 32(1), 34, 35, 36 ICMW, Art 11(1, 2)	C29, Art 1(1) C105, Art 1(e), 2 C182, Art 1, 3
স্বাস্থ্য সেবার অধিকার	UDHR, Art 25 ICERD, Art 5(e-iv) ICESCR, Art 12(1) CRC, Art 24(1), 25, 39 CEDAW, Art 14 (2b) ICRMW, Art 28	
পর্যাপ্ত আবাসনের অধিকার	UDHR, Art 25(1) ICERD, Art 5(e-iii) ICESCR Art 11(1) CEDAW Art 14(2-h) CRC, Art 27(3)	
পারিবারিক জীবনের অধিকার	ICESCR, Art 10(1,2) ICCPR, Art 23(1) CRC Art 9(1), 10(1), 20(1)	
ন্যূনতম জীবিকার অধিকার	UDHR, Art 25(1) ICESCR, Art 11(1)	
কর্মসংস্থানের ন্যায্য পরিবেশের অধিকার	ICESCR, Art 6, 7 CRC, Art 32(1) ICRMW, Art 25(1)	C143, Art 9(1, 2)
ট্রেড ইউনিয়ন এবং অন্যান্য এসোসিয়েশনে যোগদানের অধিকার	UDHR, Art 20, 23(4) ICERD, Art 5(e-ii) ICESCR, Art 8(1) ICCPR, Art 22(1) CEDAW, Art 14(2-e) ICRMW, Art 26(1)	C87, Art 11 C98, Art 1(1)
সামাজিক নিরাপত্তার অধিকার	UDHR, Art 22 ICERD, Art 5(e-iv) ICESCR, Art 9 ICRMW, Art 27(1)	C143, Art 9
শিক্ষার অধিকার	UDHR, Art 26(1) ICERD, Art 5(e-v) ICESCR, Art 13(1, 2), 14 CRC, Art 28(1), 29(1) ICRMW, Art 30 UNESCO Convention, Art 3	

Session 4 - How to protect yourself

While numerous factors contribute to your vulnerability to human trafficking, forced labour, and modern slavery, it is possible to identify some patterns of risk and to protect yourself. These are some areas where your efforts should focus:

সেশন ৪- কিভাবে নিজেকে রক্ষা করবেন

যদিও অনেক বিষয় মানব পাচার, জোরপূর্বক শ্রম এবং আধুনিক দাসত্বে ঝুঁকি রয়েছে, কিন্তু ঝুঁকির কিছু বিষয় চিহ্নিত করলে নিজেকে রক্ষা করতে পারবেন। নিম্ন লিখিত কিছু বিষয়ের উপর আপনার মনোযোগ প্রদান করা উচিত:

Recruitment for employment abroad

Be careful and stay safe

- inform yourself about the migration and recruitment processes;
- access the legitimate sources of work and/or finance along the migration process;
- make sure you ask questions about conditions of work no less favourable than those available to locally-recruited workers;
- never enter into an employment relationship if you or one of your family members have been threatened;
- do not pay unreasonable fees to the employer or an intermediary;
- avoid if possible, to have lodged a deposit upon commencing employment;
- be vigilant on abusive conditions and fraudulent practices that may lead to coercion and trafficking for labour exploitation.

বিদেশে কর্মসংস্থানের জন্য নিয়োগ

সাবধান থাকুন এবং নিরাপদে থাকুন

- মাইগ্রেশন এবং নিয়োগ প্রক্রিয়া সম্পর্কে নিজেকে অবহিত করুন;
- মাইগ্রেশন প্রক্রিয়াতে যেন কাজের বৈধ উৎস এবং/অথবা অর্থের বৈধ উৎস থাকে;
- স্থানীয়ভাবে নিয়োগপ্রাপ্ত কর্মীদের তুলনায় কাজের পরিস্থিতি সম্পর্কে কম প্রশ্ন করা নিশ্চিত করুন
- যদি আপনাকে বা আপনার পরিবারের কোন সদস্যকে হুমকি দেওয়া হয় তাহলে কখনও চাকুরীর সম্পর্ক রাখবেন না;
- নিয়োগকর্তা বা মধ্যস্থতাকারীকে অযৌক্তিক ফি দেবেন না;
- সম্ভব হলে এড়িয়ে চলুন, কর্মসংস্থান শুরু করার পর আমানত দাখিল করা;
- অপমানজনক পরিস্থিতি এবং প্রতারণামূলক অনুশীলনের ব্যাপারে সতর্ক থাকুন যা শ্রম শোষণের জন্য জোর পূর্বক এবং পাচারের কারণ হতে পারে।

Your vulnerabilities

- If you choose to leave as an irregular migrant, you can be an easy target for traffickers and smugglers;
- Even if you reach your destination, your rights will be limited, and you will often be in a vulnerable situation.

আপনার ঝুঁকিসমূহ

- আপনি যদি একজন অনিয়মিত অভিবাসী হিসেবে চলে যেতে চান, তাহলে আপনি পাচারকারী এবং পাচারকারীদের জন্য একটি সহজ টার্গেট হতে পারেন;

- এমনকি যদি আপনি আপনার গন্তব্যে পৌঁছান, আপনার অধিকার সীমিত হবে, এবং আপনি প্রায়ই একটি ঝুঁকিপূর্ণ পরিস্থিতিতে থাকবেন।

Employment agencies and contracts

Be careful and stay safe

- certify that the agencies used are licensed or endorsed by the competent Bangladeshi authority;
- check if the private employment agencies have been involved in abuses related to forced labour and human trafficking;
- the contract of employment provided to you is in a language that you can easily understand;
- the contract of employment indicates your rights and responsibilities concerning wages, working hours, valid grounds for termination, and other issues related to forced labour.

নিয়োগ সংস্থা এবং চুক্তি

সাবধান এবং নিরাপদে থাকুন

- প্রমাণ করতে হবে যে ব্যবহৃত এজেন্সিগুলি উপযুক্ত বাংলাদেশী কর্তৃপক্ষ কর্তৃক লাইসেন্সপ্রাপ্ত বা অনুমোদনপ্রাপ্ত;
- বেসরকারী কর্মসংস্থান সংস্থাগুলি জোর করে শ্রম ও মানব পাচার সম্পর্কিত অপব্যবহারে জড়িত ছিল কিনা তা পরীক্ষা করুন;
- আপনাকে দেওয়া কর্মসংস্থানের চুক্তিটি এমন ভাষায় যা আপনি সহজেই বুঝতে পারবেন;
- কর্মসংস্থান চুক্তি আপনার মজুরি, কাজের সময়, সমাপ্তির বৈধ ভিত্তি এবং জোরপূর্বক শ্রমের সাথে সম্পর্কিত অন্যান্য বিষয় সম্পর্কিত দায়িত্বগুলি নির্দেশ করে।

Your vulnerabilities

- if you are not well informed, the agency can take advantage of you and ask for fees and costs related to recruitment that should not be charged directly or indirectly to you but should instead be borne by the employer;
- taking advantage of your ignorance the agency or the intermediary may be charging excessive recruitment fees;
- Recruitment agencies (especially the unlicensed ones) could be part of organized criminal groups involved in human trafficking.

আপনার ঝুঁকিসমূহ

- যদি আপনি ভালভাবে না জানেন, এজেন্সি আপনার সুবিধা নিতে পারে এবং নিয়োগের সাথে সম্পর্কিত ফি বা ব্যয় জিজ্ঞাসা করতে পারে যা প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে আপনার কাছে নেওয়া উচিত নয় বরং নিয়োগকর্তাকে বহন করতে হয়;
- আপনার অজ্ঞতার সুযোগ নিয়ে এজেন্সি বা মধ্যস্থতাকারী অতিরিক্ত নিয়োগের চার্জ নিতে পারে;
- নিয়োগ সংস্থা (বিশেষত লাইসেন্সবিহীন ব্যক্তির) মানব পাচারে জড়িত সংগঠিত অপরাধী গোষ্ঠীর অংশ হতে পারে।

Freedom and termination of employment

Be careful and stay safe

- always enter into employment relationships voluntarily and freely, without any threat or pressure;
- choose a work relationship where you have the freedom to terminate employment at any time without any penalty;
- be vigilant about any provision in the employment contract, which gives the employer the possibility to obstruct the legal termination at any time;
- always retain control over your documents (e.g., birth certificates, passports, work permits, residence permits and/or identity cards);
- complaint to authorities in case the employer withholds or confiscates your identity documents.

চাকুরির স্বাধীনতা এবং সমাপ্তি

সাবধান এবং নিরাপদে থাকুন

- সবসময় কোন ছুমকি বা চাপ ছাড়াই স্বেচ্ছায় এবং স্বাধীনভাবে কর্মসংস্থানে প্রবেশ করা;
- একটি কাজের সম্পর্ক বেছে নিন যেখানে আপনার কোন জরিমানা ছাড়াই যে কোন সময় কর্মসংস্থান বন্ধ করার স্বাধীনতা আছে;
- কর্মসংস্থান চুক্তির যে কোন বিধান সম্পর্কে সতর্ক থাকুন, যা নিয়োগকর্তাকে যে কোন সময় আইনি পন্থা ব্যতিরেকে আপনাকে বাদ দেওয়ার সম্ভাবনা প্রদান করে;
- সবসময় আপনার কাগজপত্রের উপর নিয়ন্ত্রণ বজায় রাখুন (যেমন, জন্ম সনদ, পাসপোর্ট, ওয়ার্ক পারমিট, রেসিডেন্স পারমিট এবং/অথবা পরিচয়পত্র);
- নিয়োগকর্তা যদি আপনার পরিচয়ের কাগজপত্র আটকে রাখেন বা বাজেয়াপ্ত করেন সে ক্ষেত্রে কর্তৃপক্ষের কাছে অভিযোগ করুন।

Your vulnerabilities

- the employer controls your identity documents, including passports;
- the employer directly or indirectly imposes financial penalties on you;
- the employer is delaying/not paying wages and is so creating dependency on the employer.

আপনার ঝুঁকিসমূহ

- নিয়োগকর্তা পাসপোর্টসহ আপনার পরিচয় পত্র নিয়ন্ত্রণ করেন;
- নিয়োগকর্তা প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে আপনার উপর আর্থিক জরিমানা আরোপ করেন;
- নিয়োগকর্তা দেরি করছেন/বেতন দিচ্ছেন না যার মাধ্যমে নিয়োগকর্তার উপর নির্ভরশীলতা সৃষ্টি করছেন।

Violence, harassment, and intimidation

Be careful and stay safe

- Never enter into an employment relationship if someone uses or threatens with physical or sexual abuse, harassment, or intimidation against you or your family.

Your vulnerabilities

- financial debts can push you to accept dangerous situations and put you in unsafe conditions. Think carefully and weigh all your options;
- the employer is threatening you with violence.

সহিংসতা, হয়রানি এবং ভীতি প্রদর্শন

সাবধান থাকুন এবং নিরাপদে থাকুন

- যদি কেউ আপনার বা আপনার পরিবারের বিরুদ্ধে শারীরিক বা যৌন নির্যাতন, হয়রানি বা ভীতি প্রদর্শন করে থাকেন, তাহলে কখনও চাকুরীর সম্পর্ক গড়ে যাবেন না।

আপনার ঝুঁকিসমূহ

- আর্থিক ঋণ আপনাকে বিপজ্জনক পরিস্থিতি মেনে নিতে এবং আপনাকে অনিরাপদ পরিস্থিতিতে রাখতে পারে। সাবধানে চিন্তা করুন এবং আপনার সকল বিকল্পগুলো যাচাই করুন;
- নিয়োগকর্তা আপনাকে সহিংসতার হুমকি দিচ্ছে।

Debt bondage and bonded labour

Be careful and stay safe

- do not accept jobs where non-cash or “in-kind” payments are used;
- do not accept jobs where the wages are paid in the form of vouchers, coupons, or promissory notes;
- check if the level of your salary is at least at the level of the legally mandated minimum wage;
- be vigilant on deposits or unlawful unauthorized deductions from wages.

Your vulnerabilities

- the employer delays or fails to pay wages favours the wage arrears to accumulate;
- you are forced to work to repay a debt;
- the employer’s offer of wage advances or loans may result in charging excessively high-interest rates.

ঋণ বন্ধন এবং বাধিত শ্রম

সাবধান থাকুন এবং নিরাপদে থাকুন

- যেখানে নগদ নয় বা "অন্য-ধরনের" পেমেন্ট ব্যবহার করা হয় সেখানে চাকরি গ্রহণ করবেন না;
- ভাউচার, কুপন বা প্রোমিসরি নোট আকারে যেখানে বেতন দেওয়া হয় সেখানে চাকরি গ্রহণ করবেন না;
- আপনার বেতনের স্তর অন্তত আইনগতভাবে বাধ্যতামূলক ন্যূনতম মজুরীর স্তরে আছে কিনা তা পরীক্ষা করুন;
- আমানত বা মজুরী থেকে অবৈধ অননুমোদিত কর্তনের ব্যাপারে সজাগ থাকুন।

আপনার ঝুঁকিসমূহ

- নিয়োগকর্তা দেরি করেন অথবা মজুরি পরিশোধ করতে ব্যর্থ হন;
- আপনি একটি ঋণ শোধ করতে কাজ করতে বাধ্য হন;
- নিয়োগকর্তার মজুরী অগ্রিম বা ঋণের প্রস্তাব অত্যধিক উচ্চ সুদের হার চার্জ হতে পারে।

Compulsory overtime

Be careful and stay safe

- make sure you ask questions about overtime hours and the national rules on overtime hours to earn the legal minimum wage;
- complain to authorities if the employer exploits your vulnerability and uses threats to impose work or service beyond regular working hours.

<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q8. You must always enter into an employment relationship voluntarily and freely, without any threat or pressure.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q9. You need to be vigilant about abusive conditions and fraudulent practices that may lead to coercion and trafficking for labour exploitation.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q10. The irregular migrants have no rights.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False

নিজেকে চ্যালেঞ্জ করুন

পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হতে হলে আপনাকে অন্তত ৬টি প্রশ্নের সঠিক উত্তর দিতে হবে এবং পরবর্তী মডিউলে যেতে হবে।

প্রশ্ন-১. মানব পাচারের যারা শিকার তাদের অবশ্যই অন্য দেশ থেকে আসতে হবে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-২. প্রকৃত স্বাক্ষরের সময় থেকে বিদেশী নিয়োগকর্তা কর্তৃক অনুমোদিত কর্মসংস্থান চুক্তির বিকল্প বা পরিবর্তন করা বৈধ, যা বাংলাদেশের আইনের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-৩. আর্থিক ঋণ আপনাকে বিপজ্জনক পরিস্থিতি মেনে নিতে এবং আপনাকে ঝুঁকিপূর্ণ পরিস্থিতিতে ঠেলে দিতে পারে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-৪. পাচারকারীরা তাদের ভিক্টিম দ্বারা ঝুঁকিপূর্ণ হয়, যেমন দরিদ্র হওয়া, বৈষম্যমূলক ব্যবহার করা বা সংঘাতপূর্ণ এলাকায় বাস করা।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-৫. অভিবাসী শ্রমিকদের সরকারী সুযোগ-সুবিধায় প্রবেশাধিকারে বৈষম্যমূলক ব্যবহার করা হয় না।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-৬. একজন নিয়োগকর্তা সঠিক কাগজপত্র ছাড়া কর্মী নিয়োগ করতে পারেন না।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-৭. লিঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতা এবং সাংস্কৃতিক আদর্শ নারী নির্যাতন চক্রে অবদান রাখে এবং তাদেরকে পাচারের জন্য আরো ঝুঁকিপূর্ণ করে তোলে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-৮. কোনও ধরনের হুমকি বা চাপ ছাড়াই আপনাকে অবশ্যই স্বেচ্ছায় এবং অবাধে একটি কর্মসংস্থানের সম্পর্কের মধ্যে প্রবেশ করতে হবে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-৯. আপনাকে অপমানজনক পরিস্থিতি এবং প্রতারণামূলক অভ্যাস সম্পর্কে সজাগ থাকতে হবে যা শ্রম শোষণের জন্য জোর পূর্বক এবং পাচারের কারণ হতে পারে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন-১০. অনিয়মিত অভিবাসীদের কোন অধিকার নেই।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা

Background resources

United Nations (2010). Protocol against the Smuggling of Migrants by Land, Sea and Air, Supplementing the United Nations Convention against Transnational Organized Crime.

United Nations Office on Drugs and Crime (2018), Global Study on Smuggling of Migrants

United Nations Office on Drugs and Crime (2010a), Toolkit to Combat Smuggling of Migrants - Tool 1: Understanding the smuggling of migrants

উৎস প্রেক্ষাপট

জাতিসংঘ (২০১০)। স্থল, সমুদ্র এবং বায়ু দ্বারা অভিবাসী চোরাচালানের বিরুদ্ধে প্রোটোকল, বহুজাতিক সংগঠিত অপরাধের বিরুদ্ধে জাতিসংঘের কনভেনশনের পরিপূরক।

ইউনাইটেড নেশনস অফিস অন ড্রাগস এন্ড ক্রাইম (২০১৮), অভিবাসী চোরাচালান বিষয়ক বৈশ্বিক গবেষণা

ইউনাইটেড নেশনস অফিস অন ড্রাগস এন্ড ক্রাইম (২০১০এ), অভিবাসী চোরাচালান প্রতিরোধে টুলকিট - টুল

১: অভিবাসীদের চোরাচালান বিষয়ক ধারণা

MODULE 4. SPECIFIC CASES OF MIGRANT WORKERS

Learning Objectives:	To inform you about the common and specific challenges experienced by migrant workers.
Learning Outcome: At the end of this module, you will be able to:	Have a deeper understanding of the challenges faced by different types of migrant workers Increase knowledge of the gender dimension of migration.

মডিউল ৪। অভিবাসী শ্রমিকদের নির্দিষ্ট ঘটনা সমূহ

শিক্ষণের উদ্দেশ্য:	অভিবাসী শ্রমিকদের সাধারণ এবং নির্দিষ্ট চ্যালেঞ্জ সম্পর্কে আপনাকে অবহিত করা।
শিক্ষণের ফলাফল: এই মডিউলের শেষে, আপনি সক্ষম হবেন:	বিভিন্ন ধরনের অভিবাসী শ্রমিকদের চ্যালেঞ্জ সম্পর্কে গভীরভাবে উপলব্ধি করতে পারবেন। মাইগ্রেশনের জেন্ডার বিষয় সম্পর্কে জ্ঞান বৃদ্ধি করতে পারবেন।

Session 1 - Common problems experienced by migrant workers

You can decide to leave your family behind after a recruitment agency or an employer promises you decent salaries and the right working conditions. In some cases, these promises are realized. But in others, the reality is depressing. After you arrive, you find yourself trapped with an abusive employer and forced to work in exploitative conditions. As a migrant worker, you are in a particularly vulnerable position in terms of workplace exploitation and face specific barriers to articulating and demanding your rights. The most common problems or issues experienced by migrant workers are discussed below.

সেশন ১ - অভিবাসী শ্রমিকদের সাধারণ সমস্যা সমূহ

আপনাকে একটি রিক্রুটমেন্ট এজেন্সি বা নিয়োগকর্তা আপনাকে ভাল বেতন এবং সঠিক কাজের পরিবেশ দেওয়ার প্রতিশ্রুতি দেওয়ার পর আপনি আপনার পরিবার ছেড়ে চলে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন। কিছু ক্ষেত্রে, এই প্রতিশ্রুতি বাস্তবায়িত হয়। কিন্তু অন্যদের মধ্যে, বাস্তবতা হতাশাজনক। আপনি আসার পর, আপনি দেখলেন যে আপনি একজন আসাধু নিয়োগকর্তার পাল্লায় আটকে গেছেন এবং শোষণমূলক পরিবেশে কাজ করতে বাধ্য হয়েছেন। একজন অভিবাসী শ্রমিক হিসেবে, কর্মক্ষেত্রে শোষণের ক্ষেত্রে আপনি বিশেষভাবে অসুরক্ষিত অবস্থানে আছেন এবং আপনার অধিকারের দাবী করার ক্ষেত্রে সুনির্দিষ্ট প্রতিবন্ধকতার সম্মুখীন হচ্ছেন। অভিবাসী শ্রমিকদের সবচেয়ে সাধারণ সমস্যা বা সমস্যা গুলো নিচে আলোচনা করা হল।

Contract

The most common risks for migrant workers are the absence of a legal contract, having a non-standard contract or contract violation.

Once in the destination country, the workers can be forced to sign a new contract providing for lower wages, different work, and living conditions, or reduced employee's benefits.

Even if there is a contract violation, the employers refuse to provide a “release letter” that would allow a migrant worker to change their visa or sponsorship.

চুক্তি

অভিবাসী শ্রমিকদের জন্য সবচেয়ে সাধারণ ঝুঁকি হচ্ছে একটি আইনি চুক্তির অনুপস্থিতি, একটি অ-আদর্শ চুক্তি বা চুক্তি লঙ্ঘন।

একবার গন্তব্য দেশে, শ্রমিকদের কম মজুরী, বিভিন্ন কাজ এবং জীবনযাত্রার পরিবেশ, অথবা কর্মীদের বেনিফিট কমানোর জন্য একটি নতুন চুক্তিতে স্বাক্ষর করতে বাধ্য করা যেতে পারে।

এমনকি যদি কোন চুক্তি লঙ্ঘন করা হয়, নিয়োগকর্তারা একটি "রিলিজ লেটার" দিতে অস্বীকৃতি জানিয়েছেন যা একজন অভিবাসী কর্মীকে তাদের ভিসা বা স্পন্সরশীপ পরিবর্তন করার ক্ষেত্রে দরকার হয়।

Debt bondage

Migrant workers are particularly vulnerable to this form of enslavement. Bonded labour or debt bondage begins with a debt that cannot be paid immediately. Then, while the migrant works to pay the debt, the recruiters or employers unlawfully exploit the initial debt by adding immigration costs, housing and other fees that are designed to keep the migrant workers from ever being capable of payment. Migrant workers in debt bondage end up working for no wages or wages below the minimum to repay the debts, even though the value of the work they carry out exceeds the amount of their debts.

ঋণ বন্ধন

অভিবাসী শ্রমিকরা এই ধরনের দাসত্বের জন্য বিশেষভাবে অসুরক্ষিত। বন্ডেড লেবার বা ঋণ বন্ধন একটি ঋণ দিয়ে শুরু হয় যা অবিলম্বে পরিশোধ করা যায় না। তারপর, যখন অভিবাসী ঋণ পরিশোধের জন্য কাজ করে, নিয়োগকারী বা নিয়োগকর্তারা অবৈধভাবে প্রাথমিক ঋণ শোষণ করে অভিবাসন খরচ, হাউজিং এবং অন্যান্য ফি যোগ করে যা অভিবাসী শ্রমিকদের কখনো পরিশোধ করা থেকে বিরত রাখার জন্য ডিজাইন করা হয়েছে। ঋণ বন্ধনে আবদ্ধ অভিবাসী শ্রমিকরা ঋণ পরিশোধের জন্য ন্যূনতম মজুরি বা মজুরির জন্য কাজ করে, যদিও তারা যে কাজ করে তার মূল্য থেকে তাদের ঋণের পরিমাণ ছাড়িয়ে যায়।

Hawala system and other similar service providers

Hawala is an Arabic term for a type of informal value transfer system that means “to change” or “to transform”. Hawala and other similar service providers tend to be popular among migrants because of familial affiliation and inadequate access to regulated financial services for senders or recipients. In many countries, the hawala and other similar service providers are illegal or unlicensed money transmitters and often only serve specific diaspora communities.

These networks are not primarily set up to move illicit money but may be involved in illegal activities such as the movement of money generated from tax evasion, and money laundering. It is important to stay safe and to limit your exposure to both civil and criminal liability.

হাওয়ালা সিস্টেম এবং অন্যান্য অনুরূপ সেবা প্রদানকারী

হাওয়ালা এক ধরনের অনানুষ্ঠানিক মূল্য স্থানান্তর ব্যবস্থা, একটি আরবি শব্দ যার মানে "পরিবর্তন" বা "রূপান্তর"। হাওয়ালা এবং অন্যান্য অনুরূপ সেবা প্রদানকারীরা পারিবারিক ভাবে সম্পৃক্ত এবং প্রেরক বা প্রাপকদের জন্য নিয়ন্ত্রিত আর্থিক সেবায় কর ফাঁকি দেয়ার সুযোগ থাকার কারণে অভিবাসীদের মধ্যে জনপ্রিয় হয়। অনেক দেশে, হাওয়ালা এবং অন্যান্য অনুরূপ সেবা প্রদানকারীরা অবৈধ বা লাইসেন্সবিহীন মানি ট্রান্সমিটার এবং প্রায়ই শুধুমাত্র নির্দিষ্ট প্রবাসী সম্প্রদায়ের সেবা করে থাকে।

এই নেটওয়ার্কগুলি প্রাথমিকভাবে অবৈধ অর্থ স্থানান্তরের জন্য সেট আপ করা হয় না কিন্তু কর ফাঁকি থেকে উৎপাদিত অর্থ আন্দোলন এবং অর্থ পাচারের মত অবৈধ কার্যকলাপে জড়িত থাকতে পারে। এটা নিরাপদ থাকা এবং দেওয়ানী এবং ফৌজদারি উভয় দায়বদ্ধতা থাকায় আপনার এ ব্যাপারে সচেতন থাকা গুরুত্বপূর্ণ।

Health and occupational risks

Access to medical facilities is not always provided; in the event of sickness or injury, migrant workers have to pay for their health care. Bad health conditions of workers due to overtime, insufficient rest and occupational hazards, inadequate lighting, chemicals causing rashes, or severe work accidents are common.

স্বাস্থ্য এবং পেশাগত ঝুঁকি

চিকিৎসা সুবিধায় প্রবেশাধিকার সবসময় প্রদান করা হয় না; অসুস্থতা বা আঘাতের ক্ষেত্রে, অভিবাসী শ্রমিকদের তাদের স্বাস্থ্য সেবার জন্য অর্থ প্রদান করতে হয়। ওভারটাইম, অপরিষ্কার বিশ্রাম এবং পেশাগত ঝুঁকি, অপরিষ্কার আলো, ফুসকুড়ি সৃষ্টিকারী রাসায়নিক, অথবা গুরুতর কাজের দুর্ঘটনার কারণে শ্রমিকদের খারাপ স্বাস্থ্য অবস্থাসমূহ অবস্থাসমূহ একটি নিয়মিত ব্যাপার।

Housing

Housing conditions for migrant workers do not conform to health and safety norms. Many times, the migrant workers are living in over-crowded apartments, have no privacy, etc.

আবাসন

অভিবাসী শ্রমিকদের জন্য আবাসন ব্যবস্থা তাদের স্বাস্থ্য এবং সুরক্ষা বিধি নিশ্চিত করে না। অনেক সময়, অভিবাসী শ্রমিকরা অতিরিক্ত জনবহুল অ্যাপার্টমেন্টে বাস করে, তাদের কোন গোপনীয়তা থাকেনা, ইত্যাদি।

Human trafficking

An increasing issue is the use of trafficked labour. Trafficking occurs in sectors where labour rights protection is low and profits are high (i.e., agriculture, construction, domestic work).

মানব পাচার

একটি ক্রমবর্ধমান বিষয় হচ্ছে পাচার কৃত শ্রমের ব্যবহার। পাচার এমন খাতে ঘটে যেখানে শ্রম অধিকার সুরক্ষা কম এবং মুনাফা উচ্চ (অর্থাৎ, কৃষি, নির্মাণ, অভ্যন্তরীণ কাজ)।

Illegal recruitment

Illegal recruitment or contract substitution is a well-known practice of the brokers or sub-contractors and is the main driver of irregular migration. In some cases, there can be illegal or extortionate fees charged by recruitment agencies for placement and other services and documents – leading to debt bondage or heavy mortgaging.

অবৈধ নিয়োগ

অবৈধ নিয়োগ বা চুক্তি প্রতিস্থাপন দালাল বা সাব-কন্ট্রাক্টরদের একটি সুপরিচিত ব্যবস্থা এবং অনিয়মিত অভিবাসনের প্রধান চালিকাশক্তি। কিছু ক্ষেত্রে, নিয়োগ সংস্থা এবং অন্যান্য সেবা এবং কাগজপত্রের জন্য নিয়োগ সংস্থা কর্তৃক অবৈধ বা চাঁদাবাজি ফি চার্জ করা হতে পারে - যার ফলে ঋণ বন্ধন বা ভারী বন্ধকী করা হতে পারে।

Kafala system

In the Middle East, it is in place the Kafala system. Under this system, migrant workers are dependent on their employers to enter, live, and work legally in the country. The worker is almost entirely reliant on the employer, who may take advantage of the dependency relationship to exploit the migrant. In many cases, employers retain the passport of employees; they sometimes demand a considerable amount of money to return the passport, and workers who flee their employers due to abuse have very few options for physical or legal protection.

কাফালা সিস্টেম

মধ্যপ্রাচ্যে, এই কাফালা ব্যবস্থা চালু আছে। এই ব্যবস্থার অধীনে, অভিবাসী শ্রমিকরা তাদের নিয়োগকর্তাদের উপর নির্ভরশীল যে তারা দেশে প্রবেশ, বসবাস এবং কাজ করতে পারে। শ্রমিক প্রায় পুরোপুরি নিয়োগকর্তার উপর নির্ভরশীল, যারা অভিবাসীদের শোষণ করার জন্য নির্ভরশীল সম্পর্কের সুযোগ নিতে পারে। অনেক ক্ষেত্রে, নিয়োগকর্তারা কর্মচারীদের পাসপোর্ট রেখে দেন; তারা কখনও কখনও পাসপোর্ট ফেরত দেওয়ার জন্য যথেষ্ট পরিমাণ অর্থ দাবি করে, এবং যে সব শ্রমিক নির্যাতনের কারণে তাদের নিয়োগকর্তাদের থেকে পালিয়ে যায় তাদের শারীরিক বা আইনি সুরক্ষার জন্য খুব কম বিকল্প থাকে।

Labour organisation

The absence of freedom of association can increase migrant workers' vulnerability to abuse and exploitation.

শ্রমিক সংগঠন

এসোসিয়েশনের স্বাধীনতার অনুপস্থিতি অভিবাসী শ্রমিকদের অপব্যবহার এবং শোষণের ঝুঁকি বাড়াতে পারে।

Lack of rights

The failure by states to protect migrants from rights violations is the basis for most of the problems that migrant workers are facing. Whenever migrants are denied their rights, they tend to live and work at the margins of society. They become vulnerable to discrimination, exploitation, and marginalization. The situation is affected by corruption and abuses by the authorities. In general, the state criminalizes slavery and trafficking, but enforcement of legislation is weak. Forced labour can be

punished under the labour law, but in many cases, the domestic workers are excluded from that law's protection; consequently, they are not covered by forced labour provisions.

অধিকারের অভাব

অভিবাসীদের অধিকার লঙ্ঘন থেকে রক্ষা করতে রাষ্ট্রের ব্যর্থতা অভিবাসী শ্রমিকদের বেশীরভাগ সমস্যার ভিত্তি। যখনই অভিবাসীদের তাদের অধিকার থেকে বঞ্চিত করা হয়, তারা সমাজের প্রান্তে বাস করে এবং কাজ করে। তারা বৈষম্য, শোষণ এবং প্রান্তিককরণের জন্য অসুরক্ষিত হয়ে পড়ে।

পরিস্থিতি কর্তৃপক্ষের দুর্নীতি এবং অপব্যবহার দ্বারা প্রভাবিত হয়। সাধারণভাবে, রাষ্ট্র দাসত্ব এবং পাচারকে অপরাধ হিসেবে গণ্য করে, যেখানে আইনের প্রয়োগ দুর্বল। শ্রম আইনের অধীনে জোর পূর্বক শ্রম কে শাস্তি প্রদান করা যেতে পারে, কিন্তু অনেক ক্ষেত্রে, গৃহকর্মীদের সেই আইনের সুরক্ষা থেকে বঞ্চিত করা হয়; ফলস্বরূপ, তারা জোরপূর্বক শ্রম ব্যবস্থার প্রতীকারের আওতায় পড়ে না।

No payment

Non-payment of wages or unauthorized deductions from wages is one of the most common abuses against migrant workers. Migrant workers are given false promises concerning wages or are not paid for work they have performed. The employer does not comply with the salary or other financial commitments included in the signed labour contract. Overtime work is necessary to achieve subsistence wages and often imposed to reach targets and quotas.

কোন পেমেন্ট নেই

মজুরি পরিশোধ না করা বা মজুরি থেকে অননুমোদিত কর্তন অভিবাসী শ্রমিকদের বিরুদ্ধে সবচেয়ে সাধারণ অপব্যবহার। অভিবাসী শ্রমিকদের বেতন সম্পর্কে মিথ্যা প্রতিশ্রুতি দেওয়া হয় অথবা তাদের কাজের জন্য বেতন দেওয়া হয় না। নিয়োগকর্তা স্বাক্ষরিত শ্রম চুক্তিতে অন্তর্ভুক্ত বেতন বা অন্যান্য আর্থিক প্রতিশ্রুতি মেনে চলে না। অতিরিক্ত সময়ের কাজ সহায়ক মজুরী অর্জন এবং প্রায়ই লক্ষ্য এবং কোটা পৌঁছানোর জন্য আরোপ করা হয়।

Overspending

A higher salary than a normal one in Bangladesh make it so easy to overspend. But overspending has unpleasant consequences: you won't have extra money for paying off debt and may increase the amount of debt you have; can leave you without enough money to pay your bills; you can't afford to save money, so you don't have access to funds in case of an emergency. Double-check if you're spending more than you earn and try to stick with your financial plan!

অতিরিক্ত ব্যয়

বাংলাদেশে স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি বেতন অতিরিক্ত খরচ করা সহজ করে তোলে। কিন্তু অতিরিক্ত ব্যয়ের অপ্রীতিকর ফলাফল আছে: ঋণ পরিশোধের জন্য আপনার অতিরিক্ত টাকা থাকবে না এবং আপনার ঋণের পরিমাণ বাড়তে পারে; আপনার বিল পরিশোধ করার জন্য পর্যাপ্ত টাকা ছাড়াই আপনাকে ছেড়ে যেতে পারেন; আপনি টাকা সঞ্চয় করার সামর্থ্য রাখতে পারবেন না, তাই জরুরী অবস্থার ক্ষেত্রে আপনার তহবিলে প্রবেশাধিকার নেই। আপনি আপনার উপার্জনের চেয়ে বেশি খরচ করছেন কিনা এবং আপনার আর্থিক পরিকল্পনা মেনে চলার চেষ্টা করছেন কিনা তা দুবার পরীক্ষা করুন!

Remittances' dependency

Be aware of the fact that those remittances may create a dependency for your family by discouraging receiving family members from working themselves. Many recipients of remittances are indeed dependent such as elderly parents, disabled, young children, so for them, the dependency is a natural thing. However, the money sent back home may ease budget constraints, and raise family wages. The remittances are not a permanent source of income, so act accordingly.

রেমিটেন্স নির্ভরতা

এই বিষয়ে সচেতন থাকতে হবে যে, এই রেমিটেন্স গুলি আপনার পরিবারের জন্য একটি নির্ভরশীলতা তৈরি করতে পারে পরিবারের সদস্যদের নিজেদের কাজ থেকে নিরুৎসাহিত করার মাধ্যমে। রেমিটেন্স প্রাপকদের অনেক প্রাপক সত্যিই নির্ভরশীল যেমন বয়স্ক পিতামাতা, প্রতিবন্ধী, অল্পবয়স্ক ছেলেমেয়েরা, তাই তাদের জন্য নির্ভরশীলতা একটি স্বাভাবিক বিষয়। যাইহোক, দেশে ফেরত পাঠানো অর্থ বাজেট সীমাবদ্ধতা কমাতে পারে, এবং পারিবারিক মজুরি বাড়াতে পারে। রেমিটেন্স আয়ের স্থায়ী উৎস নয়, তাই সেই অনুযায়ী কাজ করুন।

Rights-awareness

A significant problem among migrant workers is the lack of knowledge about their rights due to lack of resources and/or affordable legal assistance. Language barriers also impact negatively on rights-awareness. Pre-departure training is a beneficial source of adequate and realistic information on human rights, the realities in the country of destination, and the conditions of work.

অধিকার-সচেতনতা

অভিবাসী শ্রমিকদের মধ্যে একটি উল্লেখযোগ্য সমস্যা হলো তথ্য এবং / অথবা আইনি সহায়তার বিষয়ে তাদের অধিকার সম্পর্কে জ্ঞান না থাকা, ভাষার প্রতিবন্ধকতা অধিকার-সচেতনতার উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলে। প্রাক-প্রস্থান বা অভিবাসন প্রশিক্ষণ মানবাধিকার, গন্তব্য দেশের বাস্তবতা এবং কাজের অবস্থা সম্পর্কে পর্যাপ্ত এবং বাস্তবসম্মত তথ্যের একটি প্রয়োজনীয় উৎস।

Sexual harassment & gender discrimination

Women migrant workers face both gender discrimination and gender-specific violence in the workplace. This ranges from rape and sexual harassment to compulsory pregnancy testing and contractual arrangements about pregnancy that represents rights violations in the international human rights framework.

যৌন হয়রানি ও লিঙ্গ বৈষম্য

নারী অভিবাসী কর্মীরা কর্মক্ষেত্রে লিঙ্গ বৈষম্য এবং লিঙ্গ-ভিত্তিক সহিংসতার সম্মুখীন হয়। এর মধ্যে রয়েছে ধর্ষণ এবং যৌন হয়রানি থেকে শুরু করে বাধ্যতামূলক গর্ভাবস্থা পরীক্ষা এবং গর্ভাবস্থা সম্পর্কে চুক্তিভিত্তিক ব্যবস্থা যা আন্তর্জাতিক মানবাধিকার অধিকার লঙ্ঘন করে।

Violence & intimidation

Intimidation and violence are common in the case of migrant workers, and in some cases, employers use coercion to discipline the workforce. Abuses (physical, sexual, psychological) against migrants are frequent.

সহিংসতা এবং ভীতি প্রদর্শন

অভিবাসী শ্রমিকদের ক্ষেত্রে ভীতি প্রদর্শন এবং সহিংসতা একটি সাধারণ বিষয়, এবং কিছু ক্ষেত্রে, নিয়োগকর্তারা কর্মীদের শৃঙ্খলাবদ্ধ করার জন্য জোর করে ব্যবহার করে। অভিবাসীদের বিরুদ্ধে নির্যাতন (শারীরিক, যৌন, মানসিক) ঘন ঘন হয়।

Session 2 - Domestic workers

The domestic work has been along the years a feminized occupation. However, in recent decades an increasing involvement of migrant men in paid domestic work has been pointed out, especially in roles such as gardeners, family drivers and house guardians.

In some countries, skills and vocational training programmes have been developed to prepare women and men for the tasks and functions that are expected of them in the domestic work sector. These were set up by government institutions or recruitment and placement agencies, and private educational and training institutions.

সেশন-২ গৃহকর্মী

গৃহস্থালি কাজ বছরের পর বছর ধরে একটি নারীদের পেশা হিসেবেই ধরা হয়। তবে সাম্প্রতিক দশকগুলিতে বেতনভুক্ত গৃহস্থালি কাজে অভিবাসী পুরুষদের ক্রমবর্ধমান সম্পৃক্ততার বিষয়টি চিহ্নিত করা হয়েছে, বিশেষত উদ্যান, পারিবারিক গাড়ি চালক এবং বাড়ির অভিভাবকের ভূমিকাতে।

কিছু দেশে, দক্ষতা এবং বৃত্তিমূলক প্রশিক্ষণ প্রোগ্রামগুলি মহিলা এবং পুরুষদের গৃহকর্মী কাজের ক্ষেত্রে তাদের কাছ থেকে প্রত্যাশিত কাজ ও কার্য সম্পাদনের জন্য তৈরি করা হয়েছে। এগুলি সরকারী প্রতিষ্ঠান বা নিয়োগ ও স্থাপনা এজেন্সিগুলি এবং বেসরকারী শিক্ষা ও প্রশিক্ষণ প্রতিষ্ঠান দ্বারা স্থাপন করা হয়েছিল।

What kind of work is domestic work?

Domestic work is sometimes referred to as household service work. Domestic work includes many different services that support a household. Services consist of caring for family members, housekeeping, cooking, shopping and errands, laundry, gardening, and other in-home work. Domestic workers can be hired directly by the person or family they serve or work for, or through a business or agency. Workers at hotels, motels, resorts, etc. are not considered domestic workers.

ঘরোয়া কাজ কোন ধরণের কাজ?

ঘরোয়া কাজ কখনও কখনও গৃহস্থালীর কাজ হিসাবেও পরিচিত। ঘরোয়া কাজে অনেকগুলি বিভিন্ন পরিষেবা রয়েছে যা একটি পরিবারকে সাপোর্ট করে। পরিষেবাদিগুলির মধ্যে পরিবারের সদস্যদের যত্ন নেওয়া, গৃহকর্মী, রান্না করা, শপিং এবং কাজগুলি, লন্ড্রি, বাগান করা এবং অভ্যন্তরীণ অন্যান্য কাজ রয়েছে। গৃহকর্মী সরাসরি সেই ব্যক্তি যে পরিবারের জন্য কাজ করে বা কোনও ব্যবসা বা এজেন্সির মাধ্যমে ভাড়া নেওয়া যায়। হোটেল, মোটেল, রিসর্ট ইত্যাদির শ্রমিকদের গৃহকর্মী হিসাবে বিবেচনা করা হয় না।

What is a domestic worker?

Your domestic work is carried out under the authority of the householder, and the place of work is a private house. In many cases, the domestic worker lives in the same household as the employer. In few countries in Europe and America, domestic workers are not stay-in; instead, they are only in the household during day time and go back to their own respective houses after work. Sometimes, the work is at night time.

গৃহকর্মী কী?

আপনার গৃহস্থালীর কাজ গৃহকর্তার কর্তৃত্বে পরিচালিত হয় এবং কাজের জায়গাটি একটি ব্যক্তিগত বাড়ি। অনেক ক্ষেত্রে গৃহকর্মী নিয়োগকর্তা হিসাবে একই পরিবারে থাকেন। ইউরোপ এবং আমেরিকার কয়েকটি দেশে ঘরোয়া কর্মীরা অবস্থান করে না; পরিবর্তে, তারা কেবল দিনের বেলা ঘরে থাকে এবং কাজ শেষে স্ব স্ব বাড়িতে ফিরে যায়। কখনও কখনও, কাজ রাতের সময় হয়।

Do you want to apply as a domestic worker?

The following are the basic requirements:

- Skills certification: Domestic women workers going to the Middle East are required to undertake a 30-day mandatory training free of cost from the TTCs.
- Pre-departure training: you should attend the pre-departure training conducted by BMET, MRCs or other agencies
- Other requirements if there are specific requests from employers.

আপনি কি গৃহকর্মী হিসাবে আবেদন করতে চান?

প্রাথমিক প্রয়োজনীয়তা সমূহ নিম্নে দেয়া হলো:

- দক্ষতার প্রশংসাপত্র: গার্হস্থ্য মহিলা কর্মী যারা মধ্য প্রাচ্যে যাচ্ছেন, তাদের টিটিসি থেকে বিনামূল্যে একটি ৩০ দিনের বাধ্যতামূলক প্রশিক্ষণ গ্রহণ করা প্রয়োজন।
- বিদেশে যাওয়ার আগে প্রশিক্ষণ: বিএমইটি, এমআরসি বা অন্যান্য সংস্থা দ্বারা পরিচালিত প্রাক-প্রস্থান প্রশিক্ষণে আপনার অংশ নেওয়া উচিত
- অন্যান্য প্রয়োজনীয় বিষয় থাকে হবে যদি নিয়োগকর্তাদের কাছ থেকে নির্দিষ্ট অনুরোধ আসে।

In Bangladesh, the aspirant migrants should participate in a 30-day compulsory training in the Technical Training Centre (TTC) regulated by the Bureau Manpower Employment and Training (BMET) of the Ministry of Expatriates' Welfare and Overseas Employment Ministry of Bangladesh. Potential migrants are trained in the use of electrical appliances used in houses overseas; in the culture, laws and regulations, language, etiquette, and manners of the destination country; and safety and security.

You can find more information about these training programmes on BMET or MRC webpages.

বাংলাদেশে প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়ের জনশক্তি কর্মসংস্থান ও প্রশিক্ষণ ব্যুরো (বিএমইটি) দ্বারা নিয়ন্ত্রিত কারিগরি প্রশিক্ষণ কেন্দ্রের (টিটিসি) থেকে ৩০ দিনের বাধ্যতামূলক প্রশিক্ষণে আগ্রহী অভিবাসীদের অংশগ্রহণ করতে হয়। সম্ভাব্য অভিবাসীদের বিদেশে ঘরগুলিতে ব্যবহৃত বৈদ্যুতিক সরঞ্জামের প্রশিক্ষণ দেওয়া হয়; এ ছাড়াও সংস্কৃতি, আইন ও বিধিবিধান, ভাষা, শিষ্টাচার এবং গন্তব্য দেশের শিষ্টাচারে; এবং সুরক্ষা বিষয়ে অবহিত করা হয়। **বিএমইটি বা এমআরসি ওয়েবপৃষ্ঠাগুলিতে আপনি এই প্রশিক্ষণ প্রোগ্রামগুলি সম্পর্কে আরও তথ্য পেতে পারেন।**

How and where do you apply?

There are different kinds of hiring domestic workers. The most common is through recruitment agencies registered and licensed by the government. It is also needed to check the current status of the agency, whether they are valid, cancelled, suspended, or delisted.

The status and role of your recruitment agency are critical in ensuring your protection and compliance with your work contract. Once you apply to an illegal recruiter, negative consequences and dangers are corresponding. It is possible that the job they offer does not exist at all, or that the work is too tough, dirty and dangerous.

Note that in Bangladesh the government included certain conditions such as the age limit for unskilled or semi-skilled works (for domestic workers the age limit is 25-45 years of age).

আপনি কিভাবে এবং কোথায় আবেদন করবেন?

সাধারণত গৃহকর্মী নিয়োগ বিভিন্ন ধরনের হয়। সবচেয়ে সাধারণ হচ্ছে সরকার কর্তৃক নিবন্ধিত এবং লাইসেন্সপ্রাপ্ত রিক্রুটমেন্ট এজেন্সির মাধ্যমে। এছাড়াও এজেন্সির বর্তমান অবস্থা যাচাই করা প্রয়োজন, সেগুলি বৈধ, বাতিল, স্থগিত, অথবা তালিকাভুক্ত করা হয়েছে কিনা।

আপনার নিয়োগ সংস্থার অবস্থা এবং ভূমিকা আপনার সুরক্ষা নিশ্চিত করা এবং আপনার কাজের চুক্তি মেনে চলা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। একবার আপনি একজন অবৈধ নিয়োগকারীর কাছে আবেদন করলে, নেতিবাচক ফলাফল এবং বিপদ হতেই থাকে। এটা সম্ভব যে তারা যে কাজের প্রস্তাব দেয় তার কোন অস্তিত্ব নেই, অথবা কাজটি খুবই কঠিন, নোংরা এবং বিপজ্জনক।

উল্লেখ্য, বাংলাদেশে সরকার কিছু শর্ত অন্তর্ভুক্ত করেছে যেমন অদক্ষ বা আধা-দক্ষ কাজের বয়সসীমা (গৃহকর্মীদের জন্য বয়সসীমা ২৫-৪৫ বছর)।

What is the role of a recruitment agency?

The recruitment agency provides information about living and working conditions, assistance and, in some cases, financial support to the migrant worker. Moreover, an ethical recruiter must advocate for migrant worker's rights by removing him/her from abusive workplaces.

একটি রিক্রুটমেন্ট এজেন্সির ভূমিকা কি?

নিয়োগ সংস্থা জীবিকা এবং কাজের পরিবেশ, সহায়তা এবং কিছু ক্ষেত্রে, অভিবাসী শ্রমিকদের আর্থিক সহায়তা সম্পর্কে তথ্য প্রদান করে। উপরন্তু, একজন নৈতিক নিয়োগকারীকে অবশ্যই অপমানজনক কর্মক্ষেত্র থেকে তাকে অপসারণ করে অভিবাসী শ্রমিকদের অধিকারের পক্ষে থাকতে হবে।

What is a placement fee?

Domestic workers are exempt from paying placement fees because the employer pays them. Placement fees are paid to the recruiter/agency for it to process the employment. In this case, the domestic worker will only pay the other costs, such as passport, medical examinations, welfare fund, etc.

প্লেসমেন্ট ফি কত?

গৃহকর্মীরা প্লেসমেন্ট ফি প্রদান থেকে অব্যাহতি পায় কারণ নিয়োগকর্তা তাদের অর্থ প্রদান করে। নিয়োগ প্রক্রিয়া করার জন্য নিয়োগকারী/এজেন্সিকে প্লেসমেন্ট ফি প্রদান করা হয়। এক্ষেত্রে গৃহকর্মীকে অন্যান্য খরচ দিতে হবে, যেমন পাসপোর্ট, মেডিকেল পরীক্ষা, ওয়েলফেয়ার ফান্ড ইত্যাদি।

Who is responsible for ensuring your legal status?

In general, your employer is responsible for obtaining a work permit and authorization of residence at his/her own and full expense within the legal term provided by applicable law. The employer is also responsible for renewing these documents as long as you still work for him/her.

আপনার আইনি মর্যাদা নিশ্চিত করার জন্য কে দায়ী?

সাধারণভাবে, আপনার নিয়োগকর্তা প্রযোজ্য আইন দ্বারা প্রদত্ত আইনি মেয়াদের মধ্যে তার নিজস্ব এবং পূর্ণ খরচে একটি ওয়ার্ক পারমিট এবং বাসস্থানের অনুমোদন এর জন্য দায়ী। নিয়োগকর্তা এছাড়াও এই নথিগুলি পুনরায় নূতন করার দায়িত্বে থাকবেন যতক্ষণ আপনি তার জন্য কাজ করেবেন।

Can the employer take or keep your documents or things?

No, your employer may NOT keep your original document or other personal property. The employer can have a copy of the passport but should by no means keep the original.

নিয়োগকর্তা কি আপনার কাগজপত্র বা জিনিসপত্র নিতে বা রাখতে পারেন?

না, আপনার নিয়োগকর্তা আপনার আসল নথি বা অন্যান্য ব্যক্তিগত সম্পত্তি রাখতে পারবেন না। নিয়োগকর্তা পাসপোর্টের একটি কপি রাখতে পারে কিন্তু কোনভাবেই মূল পাসপোর্ট রাখা উচিত নয়।

When does domestic work become slavery?

When the employer uses force, lies, or threats to maintain control over you and to make you believe that there is no other choice but to stay with the employer, domestic workers are at high risk for slavery and trafficking.

গার্হস্থ্য কাজ কখন দাসত্বে পরিণত হয়?

যখন নিয়োগকর্তা আপনার উপর নিয়ন্ত্রণ বজায় রাখার জন্য বল, মিথ্যা বা হুমকি ব্যবহার করেন এবং আপনাকে বিশ্বাস করতে বাধ্য করেন যে নিয়োগকর্তার সাথে থাকা ছাড়া আর কোন উপায় নেই, তখন গৃহকর্মীরা দাসত্ব এবং পাচারের জন্য বেশি ঝুঁকিতে থাকে।

Do you have a right to be paid minimum wage?

Most domestic workers have the right to be paid minimum wage. Still, not all the countries consider the domestic work to be covered by the labour law and consequently do not have provisions that domestic workers have the right to be paid minimum wage.

আপনার কি ন্যূনতম মজুরী পাওয়ার অধিকার আছে?

বেশিরভাগ গৃহকর্মীর ন্যূনতম মজুরী পাওয়ার অধিকার আছে। তারপরেও, সব দেশে অভ্যন্তরীণ কাজকে শ্রম আইনের আওতায় বিবেচনা করে না এবং এর ফলে গৃহকর্মীদের ন্যূনতম মজুরী প্রদানের অধিকার আছে এমন কোন বিধান নেই।

Do you have the right to take a break during work hours?

It depends on the applicable legislation in the country of destination. Even if the legislation allows you to take breaks, if your work responsibilities make such breaks impossible – if you are in charge of a child, for example – your employer must give you extra payment.

আপনার কি কাজের সময় বিরতি নেওয়ার অধিকার আছে?

এটা নির্ভর করে গন্তব্য দেশে প্রযোজ্য আইনের উপর। এমনকি যদি এই আইন আপনাকে বিরতি নিতে দেয়, যদি আপনার কাজের দায়িত্ব এই ধরনের বিরতি কে অসম্ভব করে তোলে - যদি আপনি একটি শিশুর দায়িত্বে থাকেন, উদাহরণস্বরূপ - আপনার নিয়োগকর্তাকে অবশ্যই আপনাকে অতিরিক্ত অর্থ প্রদান করতে হবে।

Do you have the right to overtime pay?

It depends on the applicable legislation in the country of destination. If you are working more than 40 hours in a 7-day work period for the same employer, you may get overtime pay, or your employer can also negotiate for time off instead of overtime pay.

আপনার কি ওভারটাইম বেতন পাওয়ার অধিকার আছে?

এটা নির্ভর করে গন্তব্য দেশের প্রযোজ্য আইনের উপর। আপনি যদি একই নিয়োগকর্তার জন্য ৭ দিনের কাজের সময়ে ৪০ ঘণ্টার বেশি কাজ করেন, তাহলে আপনি ওভারটাইম বেতন পেতে পারেন, অথবা আপনার নিয়োগকর্তা ওভারটাইম বেতনের পরিবর্তে ওভারটাইমের জন্য ছুটি নিয়ে আলোচনা করতে পারেন।

Can your employer hold your wages or pay you less than you're owed?

No. In general, the law protects all workers against what is often called “wage theft”; that is when an employer does not pay wages on time, it pays only part of what is owed, etc. Your employer must pay you all of your earned wages, as indicated in the contract. The wage must be paid without any delay.

আপনার নিয়োগকর্তা কি আপনার বেতন ধরে রাখতে পারবেন অথবা আপনার প্রাপ্যের চেয়ে কম বেতন দিতে পারবেন?

না. সাধারণভাবে, এই আইন সকল শ্রমিককে "মজুরী চুরি" বলা থেকে রক্ষা করে; অর্থাৎ যখন একজন নিয়োগকর্তা সময়মত মজুরি প্রদান করেন না, তখন যা বকেয়া আছে তার কিছু অংশ ইত্যাদি পরিশোধ করে। চুক্তিতে নির্দেশ অনুযায়ী আপনার নিয়োগকর্তাকে অবশ্যই আপনার অর্জিত বেতনের সমস্ত পরিশোধ করতে হবে। কোন বিলম্ব ছাড়াই মজুরি পরিশোধ করতে হবে।

Do you have the right to sick or vacation time?

Most domestic workers do not have the right to sick and safe leave or vacation time. Talk with your employer about what to do when you are sick, or you need time off for another reason.

আপনার কি অসুস্থ বা ছুটির সময় কাটানোর অধিকার আছে?

বেশিরভাগ গৃহকর্মীর অসুস্থ এবং নিরাপদ ছুটি বা ছুটির সময় কাটানোর অধিকার থাকেনা। আপনি অসুস্থ হলে কি করতে হবে সে বিষয়ে আপনার নিয়োগকর্তার সাথে কথা বলুন, অথবা অন্য কোন কারণে আপনার ছুটি প্রয়োজন হলে আলোচনা করুন।

Do you have the right to a day off?

Usually, if you work as a live-in domestic worker, you have the right to 24 hours in a row every 6 days in a row that you work for the same employer.

আপনার কি একদিনের ছুটি নেওয়ার অধিকার আছে?

সাধারণত, আপনি যদি লিভ-ইন গৃহকর্মী হিসেবে কাজ করেন, তাহলে আপনি একই নিয়োগকর্তার জন্য কাজ করেন তবে আপনার প্রতি ৬ দিন পরপর ২৪ ঘণ্টা কাজের বিরতি পাবার অধিকার থাকে।

Should you have a written employment contract?

You can be a domestic worker without a written employment contract. However, having a written agreement with your employer is a good idea. A written agreement can help set expectations about working hours, wages, vacation, sick time, etc.

আপনার কি একটি লিখিত কাজের চুক্তি থাকা উচিত?

আপনি লিখিত চাকুরী চুক্তি ছাড়া গৃহকর্মী হতে পারেন। যাইহোক, আপনার নিয়োগকর্তার সাথে একটি লিখিত চুক্তি থাকা একটি ভাল আইডিয়া। একটি লিখিত চুক্তি কাজের সময়, বেতন, ছুটি, অসুস্থ সময় ইত্যাদি সম্পর্কে প্রত্যাশা নির্ধারণ করতে সাহায্য করতে পারে।

Do you have to pay rent if you're a live-in domestic worker?

It depends on the arrangement you have with your employer. If your housing is part of your pay, then you do not have to pay rent. If you signed an agreement, you must pay the rent that is listed in your contract.

আপনি যদি লিভ-ইন গৃহকর্মী হন তবে আপনাকে কি ভাড়া দিতে হবে?

এটি আপনার নিয়োগকর্তার সাথে আপনার যে ব্যবস্থা রয়েছে তার উপর নির্ভর করে। যদি আপনার আবাসনে থাকা আপনার বেতনের অংশ হয়, তবে আপনাকে ভাড়া দিতে হবে না। আপনি যদি কোনও চুক্তিতে স্বাক্ষর করেন তবে আপনাকে অবশ্যই আপনার চুক্তিতে তালিকাভুক্ত অনুযায়ী ভাড়া প্রদান করতে হবে।

Do you need to move if the employer fires you?

If you live with your employer and your housing is part of your pay, you can be evicted when your job ends.

যদি নিয়োগকর্তা আপনাকে বরখাস্ত করে তাহলে আপনাকে কি সরে যেতে হবে?

আপনি যদি আপনার নিয়োগকর্তার সাথে থাকেন এবং আপনার হাউজিং আপনার বেতনের অংশ হয়, তাহলে আপনার কাজ শেষ হলে আপনাকে সরে যেতে হতে পারে।

Risk of exploitation and abuse

Generally, migrant domestic workers are at heightened risk of certain forms of exploitation and abuse. At the heart of their vulnerability is isolation and dependence, which can include the following elements: an isolated life in a foreign land and often with a foreign language, far away from family; lack of basic support systems and unfamiliarity with the culture and national labour and migration laws; and dependence on the job and employer because of migration-related debt, legal status, practices of employers restricting their freedom to leave the workplace, the simple fact that the migrants' workplace may also be their only shelter and the reliance of family members back home on remittances sent back from the domestic work.

Women migrant domestic workers face additional risks related to their gender, including gender-based violence. These risks and vulnerabilities are further aggravated for migrant domestic workers who are non-documented or in an irregular situation, not least because they often risk deportation if they contact State authorities to seek protection from an abusive employer.

Source: Committee on the Rights of Migrant Workers, general comment No. 1 (2011) on migrant domestic workers, para. 7.

শোষণ এবং অপব্যবহারের ঝুঁকি

সাধারণত, অভিবাসী গৃহকর্মীরা বিশেষ ধরনের শোষণ এবং অপব্যবহারের ঝুঁকি বেশি থাকে। তাদের দুর্বলতার কেন্দ্রে রয়েছে বিচ্ছিন্নতা এবং নির্ভরশীলতা, যা নিম্নলিখিত বিষয়গুলি এর কারণ হতে পারে যে: একটি বিদেশী দেশে একটি বিচ্ছিন্ন জীবন এবং একটি বিদেশী ভাষা, পরিবার থেকে অনেক দূরে; প্রয়োজনীয় মৌলিক ব্যবস্থার অভাব এবং সংস্কৃতি এবং জাতীয় শ্রম এবং অভিবাসন আইনের সাথে অপরিচিত; এবং অভিবাসন সংক্রান্ত ঋণ, আইনি অবস্থা, নিয়োগকর্তাদের কর্মস্থল ছেড়ে চলে যাওয়ার স্বাধীনতা সীমিত করার কারণে চাকুরী এবং নিয়োগকর্তার উপর নির্ভরশীলতা, এটা সাধারণ বিষয় যে অভিবাসীদের কর্মক্ষেত্রে তাদের একমাত্র আশ্রয় হতে পারে এবং পারিবারিক কাজ থেকে ফেরত পাঠানো রেমিটেন্সের উপর পরিবারের সদস্যদের নির্ভরতা হতে পারে।

নারী অভিবাসী গৃহকর্মীরা তাদের লিঙ্গ সম্পর্কিত অতিরিক্ত ঝুঁকির সম্মুখীন হয়, যার মধ্যে লিঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতাও রয়েছে। এই ঝুঁকি অভিবাসী গৃহকর্মীদের জন্য আরো তীব্র তরঙ্গদৈর্ঘ্যের হয় অনথিভুক্ত বা অনিয়মিত পরিস্থিতিতে, অন্তত এই কারণে নয় যে তারা প্রায়ই নির্বাসনের ঝুঁকি নেয় যদি তারা একজন অপমানজনক নিয়োগকর্তার কাছ থেকে সুরক্ষা চাওয়ার জন্য রাষ্ট্রীয় কর্তৃপক্ষের সাথে যোগাযোগ করে।

সূত্র: অভিবাসী শ্রমিকদের অধিকার বিষয়ক কমিটি, অভিবাসী গৃহকর্মীদের উপর সাধারণ মন্তব্য নং ১ (২০১১)। প্যারা ৭.

Session 3 - Skilled migrant workers

Many countries are implementing special programs to attract skilled migrants. Under these programs, if your qualifications, work experience, and language abilities meet the immigration requirements, you can obtain a long-term visa. In general, the process is points based and applicants must meet a minimum.

সেশন ৩- দক্ষ অভিবাসী শ্রমিক

অনেক দেশ দক্ষ অভিবাসীদের আকৃষ্ট করার জন্য বিশেষ কর্মসূচী বাস্তবায়ন করেছে। এই প্রোগ্রামগুলির অধীনে, যদি আপনার যোগ্যতা, কাজের অভিজ্ঞতা এবং ভাষা দক্ষতা ইমিগ্রেশনের প্রয়োজনীয়তা পূরণ করে, তাহলে আপনি একটি দীর্ঘমেয়াদী ভিসা পেতে পারেন। সাধারণভাবে, প্রক্রিয়াটি পয়েন্ট ভিত্তিক এবং আবেদনকারীদের অবশ্যই ন্যূনতম শর্তসমূহ পূরণ করতে হবে।

Basic requirements

There are several basic requests that applicants must meet. This is not a comprehensive list of all eligibility criteria, but it gives you an idea of the minimum standards the applicants must meet:

- **Age** - you must be under a specific age (45 or 50 years of age) when you apply;
- **Character assessment** – you must be of good character; usually, this means a criminal record check;
- **Health assessment** – you must undergo a medical assessment, and show that you are in reasonably good health;
- **Language** – you should have sufficient ability in the local language to work in the country at least at a competent level;
- **Occupation** - when you apply, you nominate a skilled occupation, which fits your skills and qualifications;
- **Qualifications** – you must have your skills and qualifications assessed by the relevant assessing authority as suitable for your nominated occupation;
- **Skills assessment** – before you apply, you must have your skills assessed by the national authority designated to assess your nominated occupation. If you want to exercise professional skills, you will have to apply to the appropriate professional bodies and institutes to make sure that your qualifications are recognized and that you possess the proper licence. In some cases, further examinations may have to be taken to achieve recognition.

ন্যূনতম প্রয়োজনীয়তা সমূহ

বেশ কিছু ন্যূনতম শর্তসমূহ থাকে যা আবেদনকারীদের অবশ্যই পূরণ করতে হবে। এটি সকল যোগ্যতার মানদণ্ডের একটি ব্যাপক তালিকা নয়, কিন্তু এটি আপনাকে আবেদনকারীদের ন্যূনতম মান সম্পর্কে একটি ধারণা প্রদান করে:

- **বয়স** - আবেদন করার সময় আপনাকে অবশ্যই একটি নির্দিষ্ট বয়সের (৪৫ বা ৫০ বছর) কম বয়সী হতে হবে;
- **চারিত্রিক মূল্যায়ন** - আপনাকে অবশ্যই ভাল চরিত্রের হতে হবে; সাধারণত, এর মানে এটি ক্রিমিনাল রেকর্ড চেক;
- **স্বাস্থ্য মূল্যায়ন** - আপনাকে অবশ্যই একটি মেডিকেল চেক আপ করতে হবে, এবং দেখাতে হবে যে আপনি যুক্তিসঙ্গতভাবে সুস্থ আছেন;
- **ভাষা** – যখন আপনি একটি দেশে কাজ করবেন তখন কাজ করার জন্য আপনার স্থানীয় ভাষায় পর্যাপ্ত দক্ষতা থাকা উচিত;
- **পেশা** - যখন আপনি আবেদন করবেন, আপনি একটি দক্ষ পেশা মনোনয়ন করবেন, যা আপনার দক্ষতা এবং যোগ্যতার সাথে মিলে;
- **যোগ্যতা** - আপনার দক্ষতা এবং যোগ্যতা আপনার মনোনীত পেশার সাথে সম্পর্কিত হতে হবে এবং যথাযথ কর্তৃপক্ষ দ্বারা মূল্যায়ন করা থাকতে হবে;

- **দক্ষতা মূল্যায়ন** - আবেদন করার আগে, আপনার মনোনীত পেশা মূল্যায়নের জন্য মনোনীত জাতীয় কর্তৃপক্ষ কর্তৃক আপনার দক্ষতার মূল্যায়ন করতে হবে। আপনি যদি পেশাগত দক্ষতা অনুশীলন করতে চান, তাহলে আপনার যোগ্যতা স্বীকৃত এবং আপনার যথাযথ লাইসেন্স আছে কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য আপনাকে যথাযথ পেশাদারী সংস্থা এবং প্রতিষ্ঠানে আবেদন করতে হবে। কিছু ক্ষেত্রে, স্বীকৃতি অর্জনের জন্য আরো পরীক্ষা নিতে হতে পারে।

Usually, the destination country selects the highest-ranking candidates from the pool and invites them to apply for permanent residence.

Can you bring your family with you?

Depending on the country of destination and nature of work, the skilled migrant worker may bring along his or her family with him/her. The issue or challenges about leaving family behind as elaborated on the module for domestic workers and low-skilled migrants may not apply to the skilled migrants at all times.

সাধারণত, গন্তব্য দেশ নীচু থেকে সর্বোচ্চ পদমর্যাদার প্রার্থীদের নির্বাচন করে এবং তাদের স্থায়ী বাসস্থানের জন্য আবেদন করার জন্য আমন্ত্রণ জানায়।

আপনি কি আপনার পরিবারকে আপনার সাথে নিয়ে আসতে পারবেন?

গন্তব্য দেশ এবং কাজের প্রকৃতির উপর নির্ভর করে, দক্ষ অভিবাসী শ্রমিক তার পরিবারকে তার পরিবারের সাথে নিয়ে আসতে পারে। গৃহকর্মী এবং কম দক্ষ অভিবাসীদের জন্য মডিউলে বিস্তারিত ভাবে পরিবারকে রেখে যাওয়ার বিষয়টি বা চ্যালেঞ্জ সব সময় দক্ষ অভিবাসীদের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য নাও হতে পারে।

Recognition of certificates, skills or qualifications

The most critical issue faced by skilled migrant workers is whether they will maintain the work category or level they have in their origin country when they work abroad. This is in line with the mutual recognition of certificates, skills, or qualifications. Some skilled migrant workers may be underemployed in other countries because of the different certification levels adopted by origin and destination countries.

সার্টিফিকেট, দক্ষতা বা যোগ্যতার স্বীকৃতি

দক্ষ অভিবাসী শ্রমিকদের সবচেয়ে জটিল বিষয় হচ্ছে বিদেশে কাজ করার সময় তারা তাদের মূল দেশে কাজের শ্রেণী বা স্তর বজায় রাখবে কিনা। এটি সার্টিফিকেট, দক্ষতা বা যোগ্যতার পারস্পরিক স্বীকৃতির সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ। কিছু দক্ষ অভিবাসী শ্রমিক অন্যান্য দেশে কম নিযুক্ত হতে পারে কারণ উৎপত্তি এবং গন্তব্য দেশদ্বারা গৃহীত বিভিন্ন সার্টিফিকেট স্তরের কারণে।

Programs for skilled migrant workers

Country	How the program works	Selection factors
Australia	The general skilled migration program is aimed at skilled workers, in particular occupations willing to migrate to Australia to improve Australia's workforce.	Your occupation must be listed on the skilled occupation list.

		Check more info at https://www.australianskilledmigration.com.au/general-skilled-migration/
Canada	<p>The program has minimum requirements for:</p> <ul style="list-style-type: none"> • skilled work experience • language ability • education <p>You must meet all the minimum requirements to be eligible.</p>	<p>If you meet all the minimum requirements, they'll then assess your application based on:</p> <ul style="list-style-type: none"> • age • education • work experience • whether you have a valid job offer • English and/or French language skills • adaptability (how well you're likely to settle here) <p>Check more info at https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/express-entry/eligibility/federal-skilled-workers.html</p>
Germany	<p>The program is addressing to academics with a university degree recognized in Germany and workers with qualified professional training recognized in Germany.</p>	<p>The professions sought on the German labour market: doctors, physiotherapists, and nurses, IT specialists, engineers and artisans in the construction industry, experts in the aerospace, mechatronics, electrical engineering, energy technology and other STEM professions (mathematics, computer science, natural sciences, and technology).</p> <p>Check more info at https://www.deutschland.de/en/topic/business/the-skilled-labour-immigration-act-working-in-germany</p>
New Zealand	<p>The skilled migrant category is a points system based on factors such as age, work experience, qualifications, and an offer of skilled employment.</p>	<p>You must also be aged 55 or under, and meet English language, health, and character requirements.</p> <p>Check more info at https://www.newzealandnow.govt.nz/move-to-nz/new-zealand-visa/work-visa/skilled-migrant-visas</p>
United States of America	<p>The program favours immigrant workers which:</p> <ul style="list-style-type: none"> • have extraordinary ability in the sciences, arts, education, business or athletics, or 	<p>There are specific steps and procedures to follow.</p> <p>Check more info at https://www.uscis.gov/greencard/green-card-processes-procedures</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • are an outstanding professor or researcher, or • are a multinational manager or executive who meets certain criteria 	
--	---	--

দক্ষ অভিবাসী শ্রমিকদের জন্য কর্মসূচী

রাষ্ট্র	কি ভাবে প্রোগ্রাম কাজ করে	নির্বাচন ফ্যাক্টর
অস্ট্রেলিয়া	সাধারণ দক্ষ মাইগ্রেশন প্রোগ্রামটি দক্ষ কর্মীদের লক্ষ্য করে করা হয়, বিশেষত পেশাগুলিতে অস্ট্রেলিয়ার কর্মীশক্তির উন্নতি করতে অস্ট্রেলিয়ায় অভিবাসন করতে ইচ্ছুক।	আপনার পেশা অবশ্যই দক্ষ পেশার তালিকায় থাকতে হবে। আরও তথ্য চেক করুন https://www.australianskilledmigration.com.au/general-skilled-migration/
কানাডা	প্রোগ্রামটির জন্য ন্যূনতম প্রয়োজনীয়তা রয়েছে: <ul style="list-style-type: none"> • দক্ষ কাজের অভিজ্ঞতা • ভাষা দক্ষতা • শিক্ষা যোগ্য হতে আপনাকে অবশ্যই ন্যূনতম সমস্ত প্রয়োজনীয়তা পূরণ করতে হবে।	আপনি যদি সকল ন্যূনতম প্রয়োজনীয়তা পূরণ করেন, তাহলে তারা আপনার আবেদনের উপর ভিত্তি করে মূল্যায়ন করবে: <ul style="list-style-type: none"> • বয়স • শিক্ষা • কাজের অভিজ্ঞতা • আপনার কোন বৈধ চাকরির অফার আছে কিনা • ইংরেজি এবং/অথবা ফরাসি ভাষার দক্ষতা • অভিযোজনযোগ্যতা (আপনি এখানে কতটা ভালোভাবে বসতি স্থাপন করতে পারবেন) আরও তথ্য চেক করুন https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/express-entry/eligibility/federal-skilled-workers.html
জার্মানী	এই প্রোগ্রাম জার্মানিতে স্বীকৃত একটি বিশ্ববিদ্যালয় ডিগ্রী এবং জার্মানিতে স্বীকৃত পেশাদারী প্রশিক্ষণ সঙ্গে কর্মীদের সম্বোধন করা হয়।	জার্মান শ্রম বাজারে যে পেশাগুলি চাওয়া হয়: ডাক্তার, ফিজিওথেরাপিস্ট এবং নার্স, আইটি বিশেষজ্ঞ, প্রকৌশলী এবং কারিগর, এরোস্পেস বিশেষজ্ঞ, মেক্যাট্রোনিক্স, বৈদ্যুতিক প্রকৌশল, শক্তি প্রযুক্তি এবং অন্যান্য STEM পেশা (গণিত, কম্পিউটার বিজ্ঞান, প্রাকৃতিক বিজ্ঞান, এবং প্রযুক্তি), আরও তথ্য চেক করুন https://www.deutschland.de/en/topic/business/the-skilled-labour-immigration-act-working-in-germany

নিউজি ল্যান্ড	দক্ষ অভিবাসী বিভাগটি একটি পয়েন্ট সিস্টেম উপর ভিত্তি করে যেমন বয়স, কাজের অভিজ্ঞতা, যোগ্যতা, এবং দক্ষ কর্মসংস্থানের প্রস্তাব।	এছাড়াও আপনাকে অবশ্যই ৫৫ বছর বা তার কম বয়সী হতে হবে, এবং ইংরেজি ভাষা, স্বাস্থ্য এবং চরিত্রের প্রয়োজনীয়তা পূরণ করতে হবে। আরও তথ্যের জন্য চেক করুন https://www.newzealandnow.govt.nz/move-to-nz/new-zealand-visa/work-visa/skilled-migrant-visas
মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র	এই কর্মসূচী অভিবাসী শ্রমিকদের পক্ষে যা: <ul style="list-style-type: none"> • বিজ্ঞান, কলা, শিক্ষা, ব্যবসা বা অ্যাথলেটিক্সে অসাধারণ ক্ষমতা আছে, অথবা • একজন অসাধারণ অধ্যাপক বা গবেষক, অথবা • একটি বহুজাতিক ব্যবস্থাপক বা নির্বাহী যিনি নির্দিষ্ট মানদণ্ড পূরণ করেন 	সেখানে নির্দিষ্ট পদক্ষেপ এবং পদ্ধতি অনুসরণ করতে হবে। আরও তথ্য চেক করুন https://www.uscis.gov/greencard/green-card-processes-procedures

Session 4 - Migrant women

Nowadays, women represent a growing proportion of international migrants as a result of many social and economic changes. There is a feminisation of the workforce and this feminisation of migrant workers is most evident in Asia, where hundreds of thousands of women emigrate each year in both unskilled and skilled professions.

সেশন ৪- অভিবাসী নারী

আজকাল, বহু সামাজিক ও অর্থনৈতিক পরিবর্তনের ফলে নারীরা আন্তর্জাতিক অভিবাসীদের ক্রমবর্ধমান অনুপাতের প্রতিনিধিত্ব করে। কর্মী বাহিনীতে নারী অন্তর্ভুক্তির বিষয়টি দৃশ্যমান এবং অভিবাসী শ্রমিকদের মাঝে নারী অন্তর্ভুক্তির বিষয়টি এশিয়ার মধ্যে সবচেয়ে স্পষ্টভাবে দৃশ্যমান হয়, যেখানে প্রতিবছর কয়েক হাজার নারী অদক্ষ ও দক্ষ উভয় পেশায় দেশ ত্যাগ করে।

What are the factors determining female migration?

Women as well as men migrate with the hope for better living conditions, to support their children, etc. However, the decision of women to migrate also depends on the state and community settings, traditions, and family and individual circumstances. Women migration from Bangladesh is mostly for employment or for family reunion, specifically with spouses who have secured work abroad.

মহিলা অভিবাসনের কারণগুলি কী কী?

মহিলারা পুরুষদের পাশাপাশি উন্নত জীবনযাপনের আশায়, তাদের সন্তানদের সহায়তা ইত্যাদি কারণে অভিবাসন করে। যাইহোক, নারীদের দেশত্যাগের সিদ্ধান্ত রাষ্ট্র এবং সম্প্রদায়ের ব্যবস্থাপনা, ঐতিহ্য, এবং পরিবার এবং ব্যক্তিগত পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে। বাংলাদেশ থেকে নারীদের অভিবাসন মূলত কর্মসংস্থান বা পারিবারিক পুনর্মিলনের জন্য, বিশেষ করে বিদেশে কাজ করা স্বামীদের সাথে থাকার জন্য।

Where are migrant women working?

Job opportunities for female migrants are usually concentrated in a narrow range of occupations – domestic work, factory work, entertainment – which are all low-wage and low-status jobs, often looked down upon by both home and destination societies. There is a growing trend of trafficking in women and girls for forced labour and sexual exploitation.

Migrant women workers face problems in choosing the country of destination, because of the lack of information on labour market dynamics. **You may check the MRC website and social media accounts for update information.**

অভিবাসী নারীরা কোথায় কাজ করছে?

নারী অভিবাসীদের জন্য কাজের সুযোগ সাধারণত একটি সংকীর্ণ পেশায় হিসেবে দেখা হয় - গার্হস্থ্য কাজ, কারখানার কাজ, বিনোদন - যা সব কম মজুরী এবং কম মর্যাদার কাজ, প্রায়ই দেশে এবং বিদেশে একই ভাবে বিচার করা হয়। জোর পূর্বক শ্রম এবং যৌন শোষণের জন্য নারী এবং মেয়েদের পাচারের প্রবণতা বাড়ছে।

শ্রম বাজারের গতিশীলতা সম্পর্কে তথ্যের অভাবে অভিবাসী নারী শ্রমিকরা গন্তব্যের দেশ বেছে নিতে সমস্যার সম্মুখীন হচ্ছে। আপনি তথ্যের আধুনিকীকরণের জন্য এমআরসি ওয়েবসাইট এবং সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাকাউন্ট চেক করতে পারেন।

What is the largest sector that attracts migrant women?

Domestic work is one of the largest sectors driving international female labour migration. Domestic work worldwide is an unregulated sector of the labour market as no labour law and standard exist; women are, therefore, at high risk of being exploited and/or poorly treated.

Abroad, Bangladeshi migrant women workers are mainly employed as domestic workers, cleaners, child-carers, sales attendants in shops, beauty parlour or salon workers, and caregivers, or readymade garment machine operators.

অভিবাসী মহিলাদের আকর্ষণকারী বৃহত্তম সেক্টরটি কী?

গৃহস্থালি কাজ আন্তর্জাতিক মহিলা শ্রম স্থানান্তর পরিচালনার বৃহত্তম সেক্টরগুলির মধ্যে একটি। বিশ্বব্যাপী গৃহস্থালি কাজ শ্রম বাজারের একটি নিয়ন্ত্রণহীন ক্ষেত্র, কারণ কোনও শ্রম আইন এবং মান নেই; মহিলারা তাই, শোষণ এবং / বা খারাপ আচরণের ঝুঁকির মধ্যে রয়েছে।

বিদেশে, বাংলাদেশী অভিবাসী মহিলা শ্রমিকরা মূলত গৃহকর্মী, ক্লিনার, শিশু-যত্নকারী, দোকানগুলিতে বিক্রয় পরিচালক, বিউটি পার্লার বা সেলুন কর্মী এবং কেয়ারগিভার বা তৈরি পোশাক মেশিন অপারেটর হিসাবে নিযুক্ত হন।

What are the most common health problems of migrant women?

A large number of women workers complain of headaches, fatigue, back pain, and circulatory disorders. Women are affected by poor nutritional status and anaemia due to poverty. A large number of migrant women workers complain of symptoms such as emotional disorders, depression, and sadness. Lack of necessary facilities like toilets, restrooms, etc. in the workplace causes a lot of physical

discomfort and stress, besides leading to the urinary tract and other diseases, particularly among pregnant women.

অভিবাসী মহিলাদের বেশীরভাগ সাধারণ স্বাস্থ্য সমস্যা গুলি কী কী?

বিপুল সংখ্যক মহিলা কর্মী মাথাব্যথা, ক্লান্তি, পিঠে ব্যথা এবং রক্ত সঞ্চালনের ব্যাধিগুলির অভিযোগ করেন। দারিদ্র্যের কারণে মহিলারা নিম্ন পুষ্টিমান এবং রক্তস্বল্পতায় আক্রান্ত হন। অনেক প্রবাসী মহিলা শ্রমিক সংবেদনশীল ব্যাধি, হতাশা এবং মনখারাপের মতো লক্ষণগুলির অভিযোগ করেন। কর্মক্ষেত্রে টয়লেট, রেস্টরুম ইত্যাদির মতো প্রয়োজনীয় সুবিধাগুলির অভাবে প্রচুর শারীরিক অস্বস্তি ও মানসিক চাপ সৃষ্টি করে, মূত্রনালী এবং অন্যান্য রোগগুলি বিশেষত গর্ভবতী মহিলাদের মধ্যে দেখা যায়।

What is gender discrimination?

Gender discrimination is treating individuals differently in their employment, precisely because an individual is a woman or a man. You suffer gender discrimination when you are rejected for employment, fired, or otherwise harmed in employment because of your gender.

লিঙ্গ বৈষম্য কী?

লিঙ্গ বৈষম্য হলো যেকোন ব্যক্তি নারী বা পুরুষ হওয়ার কারণে তাদের কর্মসংস্থানে আলাদাভাবে আচরণ করে, আপনার জেন্ডার এর কারণে যখন আপনাকে কর্মসংস্থানের জন্য প্রত্যাখ্যান করা, বরখাস্ত করা, বা অন্যথায় কর্মে ক্ষতি করা হয় তখন বলা যায় যে আপনি লিঙ্গ বৈষম্যের শিকার হয়েছেন।

How does the income of women compare to the income of men?

Women and men often have very different labour market experiences. One of the core differences between women's and men's labour market outcomes is the gender wage gap. Even when women occupy similar positions and have similar educational levels, they earn less than what men receive. Another important disparity is the separation of men and women into different occupations. Women still tend to work in very different jobs than men, with important implications for wages.

নারীদের আয় কিভাবে পুরুষদের আয়ের সাথে তুলনা করা হয়?

নারী এবং পুরুষদের প্রায়ই শ্রম বাজারের অভিজ্ঞতা খুব ভিন্ন হয়। নারী এবং পুরুষদের শ্রম বাজারের ফলাফলের মধ্যে একটি প্রধান পার্থক্য হচ্ছে লিঙ্গ ভিত্তিক মজুরির ব্যবধান। এমনকি যখন নারীরা একই ধরনের পদে বহাল থাকে এবং একই ধরনের শিক্ষাগত যোগ্যতা থাকে, তখনও তারা পুরুষদের চেয়ে কম বেতন পায়। আরেকটি গুরুত্বপূর্ণ বৈষম্য হচ্ছে পুরুষ এবং নারীকে বিভিন্ন পেশায় পৃথকীকরণ। বেতন বৈষম্যের কারণে নারীরা এখনো পুরুষদের তুলনায় ভিন্ন ভিন্ন পেশায় কাজ করে।

Do women have control over income?

Even if women work, in many cases, they have no control over the income they earn and as women, in many cases, they are not supposed to manage their income. In many cases, money is the family's/husband's money. Don't neglect yourself and reflect if you are taking care of yourself as well as you might.

আয়ের উপর নারীদের কি নিয়ন্ত্রণ আছে?

এমনকি যদি নারীরা কাজ করে, অনেক ক্ষেত্রে, তাদের আয়ের উপর তাদের কোন নিয়ন্ত্রণ নেই এবং নারী হিসেবে, অনেক ক্ষেত্রে, তাদের আয় পরিচালনা করার কথা নয়। অনেক ক্ষেত্রে, টাকা পরিবারের/স্বামীর টাকা। নিজেকে অবহেলা করবেন না এবং আপনি যতটা সম্ভব। নিজের যত্ন নিবেন।

Sexual harassment

Women migrant workers can experience gender-based violence and harassment, ranging from insults to severe physical abuse, rape, and sexual assault, psychological abuse, bullying, and intimidation. Whether in the low paid or highly educated work, a large number of working women face sexual harassment in the workplace. Be informed about how to protect yourself from being sexually harassed.

যৌন হয়রানি

নারী অভিবাসী কর্মীরা লিঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতা এবং হয়রানির সম্মুখীন হতে পারেন, যার মধ্যে রয়েছে অপমান থেকে শুরু করে তীব্র শারীরিক নির্যাতন, ধর্ষণ এবং যৌন নিপীড়ন, মানসিক নির্যাতন, নির্যাতন এবং ভীতি প্রদর্শন। কম বেতন বা উচ্চ শিক্ষিত কাজে, বিপুল সংখ্যক কর্মজীবী নারী কর্মক্ষেত্রে যৌন হয়রানির সম্মুখীন হন। কিভাবে যৌন হয়রানির হাত থেকে নিজেকে রক্ষা করা যায় সে সম্পর্কে অবহিত হোন।

What are people's opinions about working women?

Stereotyped gender roles persist, and women continue to be perceived as weak or second-class citizens. Women still face exclusions or restrictions based on being born female, which affects the jobs offered to them. Deal with the issue of equality, equity and improve your self-esteem, professional ambition and work expectations.

কর্মজীবী নারীদের সম্পর্কে মানুষের মতামত কি?

স্টিরিওটাইপ করা লিঙ্গ ভূমিকা অব্যাহত রাখে, এবং নারীদের দুর্বল বা দ্বিতীয় শ্রেণীর নাগরিক হিসেবে দেখা হয়। নারী হয়ে জন্ম নেওয়ার কারণে এখনো নারীরা অবজ্ঞা বা বিধিনিষেধের সম্মুখীন হয়, যা তাদের প্রস্তাবিত কাজকে প্রভাবিত করে। সমতা, সাম্যতা এবং আপনার আত্মসম্মান, পেশাগত উচ্চাকাঙ্ক্ষা এবং কাজের প্রত্যাশা উন্নত করার বিষয়টি নিয়ে আলোচনা বা কাজ করুন।

What are the effects of female migration?

Female migration not only changes the economic role of women, but also their position/role in the family. Women who leave their families to support them are subject to a significant psychological and emotional burden. Identify what can help you let go of these burdens and difficult challenges. Ignore third-party criticism or pressure in addressing migration issues.

নারী অভিবাসনের প্রভাব কি?

নারী অভিবাসন শুধুমাত্র নারীদের অর্থনৈতিক ভূমিকা পরিবর্তন করে না, একই সাথে পরিবারে তাদের অবস্থান/ভূমিকারও পরিবর্তন করে। যে সব মহিলারা তাদের পরিবারকে সাপোর্ট করার জন্য বিদেশ যান, তাদের আবেগীয় এবং মানসিক চাপ থাকে। কিভাবে আপনি এই চাপ সমূহ এবং চ্যালেঞ্জগুলি

মোকাবেলা করতে পারবেন তা চিহ্নিত করুন। অভিবাসন সমস্যা সমাধানে তৃতীয় পক্ষের সমালোচনা বা চাপ উপেক্ষা করুন।



Take notes

A large area for taking notes, consisting of a vertical dashed line on the left and horizontal dashed lines for writing.

Challenge Yourself

You have to answer at least 6 questions correctly to pass the examinations and proceed to the next module.

Q1. Many countries are implementing special programs to attract skilled migrants. One of the basic requirements refers to personal skills and qualifications.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q2. One of the core differences between women's and men's labour market outcomes is the gender wage gap.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q3. The work of a domestic worker is carried out under the authority of the householder, and the place of work is a private house.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q4. Access to medical facilities is always provided for migrant workers.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q5. Women migrants are more likely to face health problems.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q6. Restrictive labour laws for migrants (like Kafala system) often tie them to a particular employer/sponsor.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q7. Female migrants face major risks, including sexual exploitation, trafficking and violence.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q8. Your visa application for program to attract skilled migrant can be refused or denied if you provide false and incorrect information.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q9. Your employer can hold your wages or pay you less than you're owed.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False
Q10. Migrant women face double discrimination – as women and as migrants.	
<input type="checkbox"/> True	<input type="checkbox"/> False

নিজেকে চ্যালেঞ্জ করুন

পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হতে হলে আপনাকে অন্তত ৬টি প্রশ্নের সঠিক উত্তর দিতে হবে এবং পরবর্তী মডিউলে যেতে হবে।

প্রশ্ন ১. অনেক দেশ দক্ষ অভিবাসীদের আকৃষ্ট করার জন্য বিশেষ কর্মসূচী বাস্তবায়ন করেছে। তার মধ্যে একটি মৌলিক প্রয়োজনীয়তা হলো ব্যক্তিগত দক্ষতা এবং যোগ্যতা সমূহ।

<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ২. নারী এবং পুরুষদের শ্রম বাজারের ফলাফলের মধ্যে একটি প্রধান পার্থক্য হচ্ছে লিঙ্গ মজুরির ব্যবধান।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৩. গৃহকর্মীর কাজ গৃহকর্তার কর্তৃত্বাধীন পরিচালিত হয় এবং কাজের জায়গাটি একটি ব্যক্তিগত বাড়ি	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৪. অভিবাসী শ্রমিকদের জন্য চিকিৎসা সুবিধা সবসময় প্রদান করা হয়।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৫. নারী অভিবাসীদের স্বাস্থ্য সমস্যার সম্মুখীন হওয়ার সম্ভাবনা বেশি।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৬. অভিবাসীদের জন্য সীমাবদ্ধ শ্রম আইন (যেমন কাফালা সিস্টেম) প্রায়ই তাদের একটি নির্দিষ্ট নিয়োগকর্তা/স্পনসরের সাথে বেঁধে রাখে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৭. নারী অভিবাসীরা যৌন শোষণ, পাচার এবং সহিংসতা সহ প্রধান ঝুঁকির সম্মুখীন হয়।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৮. আপনি যদি মিথ্যা এবং ভুল তথ্য প্রদান করেন তাহলে দক্ষ অভিবাসীদের আকৃষ্ট করার জন্য আপনার ভিসার আবেদন প্রত্যাখ্যান বা প্রত্যাখ্যান হতে পারে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ৯. আপনার নিয়োগকর্তা আপনার মজুরী ধরে রাখতে পারেন অথবা আপনার বকেয়ার চেয়ে কম বেতন দিতে পারেন।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা
প্রশ্ন ১০. অভিবাসী নারীরা দ্বিগুণ বৈষম্যের সম্মুখীন হয়- নারী হিসেবে এবং অভিবাসী হিসেবে।	
<input type="checkbox"/> সত্য	<input type="checkbox"/> মিথ্যা

Annex 1:

	Local institution	Embassy in Bangladesh
Malaysia	https://www.malaysia.gov.my/ https://www.kln.gov.my/	High Commission of Malaysia, Dhaka House No. 19 Road No. 6, Baridhara Diplomatic Enclave Dhaka Telephone: (0088) 02 984 7759 (0088) 02 984 7760 (0088) 02 4108 1380 Fax: (0088) 02 9847761, (0088) 02 9843115 Email: mwdhaka@kln.gov.my, dhaka@imi.gov.my (Visa Section) https://www.kln.gov.my/web/bgd_dhaka/home
Singapore	https://www.gov.sg/ https://www.mfa.gov.sg/	Consulate of the Republic of Singapore Ventura Avenue, 5th floor 8/B Gulshan Avenue, (Bir Uttam Mir Showkat Sharak) Dhaka 1212, Bangladesh Tel: +880-2-988-0404, 988-0337

		Emergency Tel (after hours): +880-181-941-2824, +880-183-333-2430 Fax: +880-2988-3666 (General) Email: singcon_dha@mfa.sg https://www.mfa.gov.sg/dhaka
Libya		The State of Libya Chancery: 4 CWN (C), Gulshan Avenue, Dhaka. Telephone: 9895808-9, Fax: 8823417
Bahrain	https://www.mofa.gov.bh/ https://www.evisa.gov.bh/ http://lmra.bh/portal/en/home	
Kuwait	https://aid.mofa.gov.kw/ https://www.e.gov.kw/ https://www.moi.gov.kw/	
Sultanate of Oman	https://www.manpower.gov.om/	
Jordan	https://portal.jordan.gov.jo/	
Egypt	http://www.egypt.gov.eg/english/ https://www.visa2egypt.gov.eg/	Embassy of the Arab Republic of Egypt Road 90, House 9, Gulshan-2, Dhaka, 1212, Bangladesh Phone: 02-9858739 Email: embassy.dhaka@mfa.gov.eg https://www.mfa.gov.eg/English/Pages/default.aspx
Russia	http://government.ru/en/ https://www.mid.ru/en/	Embassy of the Russian Federation in the People's Republic of Bangladesh House NE(J) 9, Road 79, Gulshan-2, Dhaka-1212, Bangladesh Email: rusembbd@gmail.com , dhakaconsul@yandex.ru http://bangladesh.mid.ru
Republic of Maldives	https://www.foreign.gov.mv/ , https://immigration.gov.mv/	Embassy of the Republic of Maldives in Bangladesh House No. 4, Road No.12, Baridhara Dhaka, Bangladesh Phone: 02-9882199 Email: admin@maldiveshighcommission.org.bd
Brunei Darussalam	http://www.mfa.gov.bn/ http://www.immigration.gov.bn/	High Commission of Brunei Darussalam House No.26, Road No. 6 Baridhara Dhaka-1212, Bangladesh Phone: +880-2-986-1837, +880-2-881-9552, +880-2-881-3304 Fax: +880-2-881-9551, +880-2-988-7921 Email: dhaka.bangladesh@mfa.gov.bn

Lebanon	http://www.dawlati.gov.lb/ http://www.portal.gov.lb/	Lebanese Honorary Consulate in Dhaka, Bangladesh Unit 3 B, 21, Sarwardy Road, Baridhara, 1212 Dhaka, Bangladesh Phone: +880-2988-2612, +880-2988-6039, +880-2988-0421 Fax+880-2986-1834 Email: gumti@bangla.net
---------	--	--

পরিশিষ্ট ১:

	স্থানীয় প্রতিষ্ঠান	বাংলাদেশে দূতাবাস
মালয়েশিয়া	https://www.malaysia.gov.my/ https://www.kln.gov.my/	মালয়েশিয়া হাই কমিশন, ঢাকা হাউজ নং ১৯ রোড নং ৬, বারিধারা কূটনৈতিক এনক্লেভ ঢাকা টেলিফোন: (০০৮৮) ০২ ৯৮৪ ৭৭৫৯ (০০৮৮) ০২ ৯৮৪ ৭৭৬০ (০০৮৮) ০২ ৪১০৮ ১৩৮০ ফ্যাক্স: (০০৮৮) ০২ ৯৮৪৭৭৬১, (০০৮৮) ০২ ৯৮৪৩১১৫ ইমেইল: mwdhaka@kln.gov.my , dhaka@imi.gov.my (ভিসা বিভাগ) https://www.kln.gov.my/web/bgd_dhaka/home
সিঙ্গাপুর	https://www.gov.sg/ https://www.mfa.gov.sg/	সিঙ্গাপুর প্রজাতন্ত্রের কনসুলেট ভেনটুরা এভিনিউ, ৫ম তলা ৮/বি গুলশান এভিনিউ, (বীর উত্তম মীর শওকত সড়ক) ঢাকা ১২১২, বাংলাদেশ টেলিফোন: +৮৮০-২-৯৮৮-০৪০৪, ৯৮৮- ০৩৩৭ জরুরী টেলিফোন (অফিসের পর): +৮৮০- ১৮১-৯৪১-২৮২৪, +৮৮০-১৮৩-৩৩৩-২৪৩০ ফ্যাক্স: +৮৮০-২৯৮৮-৩৬৬৬ (সাধারণ) ইমেইল: singcon_dha@mfa.sg https://www.mfa.gov.sg/dhaka
লিবিয়া		লিবিয়া রাষ্ট্র চ্যান্সেরি: ৪ সিডব্লিউএন (সি), গুলশান এভিনিউ, ঢাকা। টেলিফোন: ৯৮৯৫৮০৮-৯, ফ্যাক্স: ৮৮২৩৪১৭
বাহরাইন	https://www.mofa.gov.bh/ https://www.evisa.gov.bh/ http://lmra.bh/portal/en/home	
কুয়েত	https://aid.mofa.gov.kw/ https://www.e.gov.kw/	

	https://www.moi.gov.kw/	
সুলতানাত অব ওমান	https://www.manpower.gov.om/	
জর্ডান	https://portal.jordan.gov.jo/	
মিশর	http://www.egypt.gov.eg/english/ https://www.visa2egypt.gov.eg/	আরব প্রজাতন্ত্রের মিশরের দূতাবাস রোড ৯০, হাউজ ৯, গুলশান-২, ঢাকা, ১২১২, বাংলাদেশ ফোন: ০২-৯৮৫৮৭৩৯ ইমেইল: embassy.dhaka@mfa.gov.eg https://www.mfa.gov.eg/English/Pages/default.aspx
রাশিয়া	http://government.ru/en/ https://www.mid.ru/en/	গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশে রাশিয়ান ফেডারেশনের দূতাবাস হাউজ এনই(জে) ৯, রোড ৭৯, গুলশান-২, ঢাকা-১২১২, বাংলাদেশ ইমেইল: rusembbd@gmail.com , dhakaconsul@yandex.ru http://bangladesh.mid.ru
মালদ্বীপ প্রজাতন্ত্র	https://www.foreign.gov.mv/ , https://immigration.gov.mv/	বাংলাদেশে মালদ্বীপ প্রজাতন্ত্রের দূতাবাস হাউজ নং ৪, রোড নং-১২, বারিধারা ঢাকা, বাংলাদেশ ফোন: ০২-৯৮৮২১৯৯ ইমেইল: admin@maldiveshighcommission.org.bd
ব্রুনেই দারুসসালাম	http://www.mfa.gov.bn/ http://www.immigration.gov.bn/	ব্রুনেই দারুসসালামের হাই কমিশন হাউজ নং-২৬, রোড নং ৬ বারিধারা ঢাকা-১২১২, বাংলাদেশ ফোন: +৮৮০-২-৯৮৬-১৮৩৭, +৮৮০-২- ৮৮১-৯৫৫২, +৮৮০-২-৮৮১-৩৩০৪ ফ্যাক্স: +৮৮০-২-৮৮১-৯৫৫১, +৮৮০-২- ৯৮৮-৭৯২১ ইমেইল: dhaka.bangladesh@mfa.gov.bn
লেবানন	http://www.dawlati.gov.lb/ http://www.portal.gov.lb/	বাংলাদেশের ঢাকায় সম্মানিত লেবানিজ কনস্যুলেট ইউনিট ৩ বি, ২১, সারওয়াদী রোড, বারিধারা, ১২১২ ঢাকা, বাংলাদেশ ফোন: +৮৮০-২৯৮৮-২৬১২, +৮৮০-২৯৮৮- ৬০৩৯, +৮৮০-২৯৮৮-০৪২১ ফ্যাক্স+৮৮০-২৯৮৬-১৮৩৪ ইমেইল: gumti@bangla.net