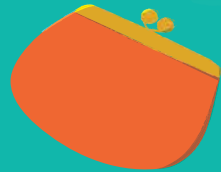


ရွှေ့ပြောင်းအိမ်အကူ
အလုပ်သမားများအတွက်
ငွေကြေးစီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်





နိဒါန်း

စင်ကာပူနိုင်ငံတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်နေသည့် အိမ်အကူတစ်ယောက်အနေဖြင့် သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် သင့်အိမ်ရှိမိသားစုကို ပြန်လည်ထောက်ပံ့နိုင်စေရန် သင်၏ ခက်ခက်ခဲခဲရှာဖွေထားသောပိုက်ဆံကို စုဆောင်းရန် အရေးကြီးပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်တွင် ငွေကြေးလုံခြုံမှုဆီသို့ ဦးတည်သည့် သင်၏ ခရီးစဉ်ကို စတင်ရန် သင့်အတွက် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် အဆင့်များနှင့် အထောက်အကူပြုသောအကြံဉာဏ်များကို သင်အလွယ်တကူတွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

*ပုံနှိပ်သည့်အချိန်တွင် အချက်အလက်မှန်ကန်ပါသည်



မာတိကာ



အပိုင်း ၁ -

သင်၏ ပန်းတိုင်များကို သတ်မှတ်ပါ

သင်၏ ရည်မှန်းချက် များကို ပုံဖော်ပါ — 06

S.M.A.R.T ပန်းတိုင်များကို ရွေးချယ်ပါ — 08

သင်၏ လစဉ် ငွေစုပန်းတိုင်ကို သတ်မှတ်ပါ — 10

အပိုင်း ၂ -

ငွေစုခြင်း စတင်ရန် အစီအစဉ် တစ်ခုရေးဆွဲပါ

သင်၏ “လိုအပ်ချက်များ” နှင့် “လိုချင်မှုများ” ကို သိရှိပါ — 12

သင်၏ အသုံးစရိတ်ကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ — 13

ငွေစာရင်းဘတ်ဂျက်တစ်ခု ချမှတ်ပါ — 14

လစဉ်လတိုင်း ငွေပို၍ စုပါ — 15

ဘဏ်စာရင်းတစ်ခု ဖွင့်ပါ — 16





အပိုင်း ၃ - သင့်ကိုယ်သင် နှင့် သင်၏ ငွေကြေးကို ကာကွယ်ပါ

| | |
|--|----|
| အရေးပေါ် အခြေအနေများမှ သင့်ကိုယ်သင် ကာကွယ်ပါ | 17 |
| လိုင်စင်မရှိသည့် ငွေချေးသူများ ထံမှ ငွေမချေးပါနှင့် | 19 |
| အွန်လိုင်းချေးငွေလိမ်လည် မှုများကို သတိပြုပါ | 20 |

အပိုင်း ၄ -

အောင်မြင်မှုအတွက်
သင့်ကိုယ်သင် ပြင်ဆင်ပါ

ပွင့်လင်း၍ အကောင်းမြင်သော
စိတ်ထားရှိပါ

— 22



အပိုင်း ၁ - သင်၏ ပန်းတိုင်များကို သတ်မှတ်ပါ

သင်၏ အိပ်မက်များကို ပုံဖော်ပါ

သင်၏ အိပ်မက်များကို ချရေးပြီး စတင်လိုက်ပါ။ သင့်အား ကူညီရန် ဤမေးခွန်းများကို အသုံးပြုနိုင်သည်။ -

a) စင်ကာပူနိုင်ငံတွင် အလုပ်လုပ်ရန် ဘာကြောင့် ရွေးချယ်ခဲ့သလဲ။

b) ဒီမှာ အလုပ်လုပ်ပြီးလျှင် ဘယ်အရာကို အောင်မြင်ချင်လဲ။

c) ဒီမှာ ဘယ်လောက်ကြာကြာ အလုပ်လုပ်ချင်လဲ။

d) အနာဂတ်တွင် သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် သင့်မိသားစုအတွက် ဘာကို လိုချင်ပါသလဲ။

ဘယ်နေရာကစရမည်ကို သင်သေချာမသိလျှင် အိမ်မက်ဘုတ်တစ်ခု ဖန်တီးပါ။
ထိုအရာက သင့်အနာဂတ်ကို ပုံဖော်ရန် ကူညီပေးပါမည်။



S.M.A.R.T ပန်းတိုင်များကို ရွေးချယ်ပါ

S.M.A.R.T ပန်းတိုင်များကို သတ်မှတ်ထားလျှင် သင်၏ ရည်မှန်းချက် များကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် အကောင်းဆုံးအခွင့်အရေးကို ရလိမ့်မည်။
ယခုမှစ၍ ၂ နှစ်၊ ၅ နှစ် သို့မဟုတ် ၁၀ နှစ်တွင် သင်အောင်မြင်လိုသော ပန်းတိုင် ၃ ခုကို ရွေးချယ်ရန် အောက်ပါဇယားကို အသုံးပြုပါ။

တိကျရမည်

ကျွန်ုပ် ဘယ်အရာကို ရယူဖန်တီးချင်တာလဲ။

တိုင်းတာနိုင်ရမည်

ဤပန်းတိုင်ကို အောင်မြင်ကြောင်း မည်သို့သိနိုင်မည်နည်း။

ရယူဖန်တီးနိုင်ဖွယ်ရှိရမည်

ဤပန်းတိုင်ကို မည်သို့ ရယူရန်ဖန်တီးနိုင်မည်နည်း။

ထိုက်တန်ရမည်

ဤပန်းတိုင်သည် အောင်မြင်ရန် ထိုက်တန်ပါသလား။

အချိန်အတိုင်းအတာ

မည်သည့် အချိန်တွင် ဤပန်းတိုင်ကို အောင်မြင်နိုင်မည်နည်း။



အောက်ပါဇယားတွင် သင်၏ S.M.A.R.T ပန်းတိုင်များကို ချရေး၍ ထိုပန်းတိုင်များကို ရောက်ရှိရန် ငွေကြေးမည်မျှ လိုအပ်သည်ကို တွက်ချက်ပါ။ သင်မသေချာသေးပါက လိုအပ်မည့် ငွေပမာဏကို ခန့်မှန်းနိုင်ပါသည်။

| ပန်းတိုင် | အချိန် (၂ နှစ်၊ ၅ နှစ် သို့မဟုတ် ၁၀ နှစ်) | လိုအပ်သည့် ငွေကြေး |
|-----------------------------------|--|-----------------------|
| အရေးပေါ်အသုံးစရိတ် | ၂ နှစ် | \$1,200 |
| သမီးငယ်၏ ကျောင်းစရိတ် ပေးသွင်းရန် | ၂ နှစ် | \$960 |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

ရည်မှန်းချက်ကြီးသော်လည်း လက်တွေ့ကျပါစေ။ သင့်အတွက် အရေးကြီးဆုံးပန်းတိုင်များကို ရွေးချယ်ပါ သို့သော် ၎င်းတို့သည် အောင်မြင်သင့်သည် သတိရပါ။





သင်၏ လစဉ် ငွေစုပန်းတိုင်ကို သတ်မှတ်ပါ

၂ နှစ်၊ ၅ နှစ် သို့မဟုတ် ၁၀ နှစ်အတွင်း သင်၏ အနာဂတ် ပန်းတိုင်များအတွက် ငွေမည်မျှလိုအပ်မည်ကို ယခုသင် သိပြီဖြစ်၍ သင်သည် လစဉ်စုဆောင်းငွေပန်းတိုင်ကို သတ်မှတ်ရန် အဆင်သင့်ဖြစ်နေပါပြီ။

ဤသည်မှာ လစဉ်စုဆောင်းရန် ရည်မှန်းထားရမည့် ပမာဏ ဖြစ်သည်။



ဥပမာများ

| S.M.A.R.T. ပန်းတိုင် | အချိန် | နှစ်စဉ် ငွေစု ပန်းတိုင် | လစဉ် ငွေစု ပန်းတိုင် |
|---|---------|---------------------------------|---------------------------|
| သမီးငယ်၏ ကျောင်းစရိတ် ပေးသွင်းရန် \$960 | ၂ နှစ် | \$960 / ၂ နှစ် = \$480 | \$480 / ၁၂ လ = \$40 |
| မြေဝယ်ရန် \$3,000 | ၅ နှစ် | \$3,000 / ၅ နှစ် = \$600 | \$600 / ၁၂ လ = \$50 |
| ကြက်မွေးမြူရေးခြံ တစ်ခု စတင်ရန် \$7,200 | ၁၀ နှစ် | \$7,200 / ၁၀ နှစ် = \$720 | \$720 / ၁၂ လ = \$60 |
| | | | စုစုပေါင်း = \$150 |

သင်၏ ရေရှည်ပန်းတိုင်များကို လစဉ်ငွေစုပန်းတိုင်များအဖြစ် ခွဲခြမ်းလိုက်လျှင် သင့်အိမ်မက်များကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် ပိုမိုလွယ်ကူသည်ဟု သင်ခံစားရလိမ့်မည်။

အပိုင်း ၂ - ငွေစုဆောင်းခြင်း စတင်ရန် အစီအစဉ်တစ်ခု ရေးဆွဲပါ

ယခု သင်၏ လစဉ်ငွေစုပန်းတိုင်ကို သတ်မှတ်ပြီးပါက၊ သင်၏ နောက်တစ်ဆင့်မှာ ပိုမိုစုဆောင်းပြီး အသုံးစရိတ်နည်းစေရန် အစီအစဉ်တစ်ခုပြုလုပ်ရန်ဖြစ်သည်။



သင်၏ “လိုအပ်ချက်များ” နှင့် “လိုချင်မှုများ” ကို သိရှိပါ

မည်သည့်အသုံးစရိတ်များသည် “လိုအပ်ချက်များ” နှင့် “လိုချင်မှုများ” ဖြစ်သည်ကို သိရှိခြင်းက သင်မည်မျှ သုံးစွဲသင့်သည်ကို ဆုံးဖြတ်ရန် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။



“လိုအပ်ချက်” သည် သင် နေထိုင်ရှင်သန်လုပ်ဆောင်ရေးအတွက် လိုအပ်သောအရာဖြစ်သည်။

ဥပမာ - သင့်အတွက် အစားအသောက်၊ ရေချိုးခန်းသုံးပစ္စည်းများနှင့် သန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများ

ဥပမာ - သင့်မိသားစုအတွက် ကျန်းမာရေး အသုံးစရိတ်များ

“လိုချင်မှု” သည် ရှိရန်ကောင်းသော်လည်း မဖြစ်မနေ လိုအပ်သော အရာ မဟုတ်ပါ။

ဥပမာ - လက်ကိုင်အိတ်များ၊ လက်ဝတ်ရတနာများ သို့မဟုတ် နောက်ထပ်ရွှားဖိနပ်တစ်ရံ

သင်သုံးစွဲသမျှ ဒေါ်လာတိုင်းသည် သင်၏ ခက်ခက်ခဲခဲရှာဖွေထားရသည့်ပိုက်ဆံဖြစ်သောကြောင့် ဉာဏ်ရှိစွာ သုံးစွဲပါ။ အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းသည် ငွေရေးကြေးရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများနှင့် စိတ်ဖိစီးမှုများကို ဖြစ်လာစေနိုင်ပါသည်။

သင်၏ အသုံးစရိတ်ကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ



သင့်အသုံးစရိတ်ကို မှတ်တမ်းထားရှိခြင်းသည် သင်၏ ငွေဘယ်နေရာတွင် ရောက်သွားသည်ကို သိရန် ကူညီပေးမည်ဖြစ်ပြီး ၎င်းသည် သင့်အား ပိုမိုသက်သာစေမည်ဖြစ်သည်။

ရိုးရှင်းသော ဇယားတစ်ခုဆွဲခြင်းဖြင့် စတင်ပါ - ဤအရာကို မှတ်စုစာအုပ်တွင် သို့မဟုတ် သင့်မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းတွင် ပြုလုပ်နိုင်သည်။

ဥပမာများ -

| နေ့စွဲ | အကြောင်းအရာ | ကုန်ကျငွေ | လိုအပ်ချက် သို့မဟုတ် လိုချင်မှုလား။ |
|-------------------|------------------------------|-----------|-------------------------------------|
| ဖေဖော်ဝါရီ ၁ ရက် | နားဆွဲအသစ်တရ | \$10 | လိုချင်မှု |
| ဖေဖော်ဝါရီ ၇ ရက် | ငွေဖြည့်ကန် ငွေဖြည့်သွင်းမှု | \$20 | လိုအပ်ချက် |
| ဖေဖော်ဝါရီ ၁၄ ရက် | လက်ဆွဲအိတ်အသစ် | \$20 | လိုချင်မှု |
| ဖေဖော်ဝါရီ ၂၁ ရက် | ဘတ်စ်ကားခ | \$2 | လိုအပ်ချက် |



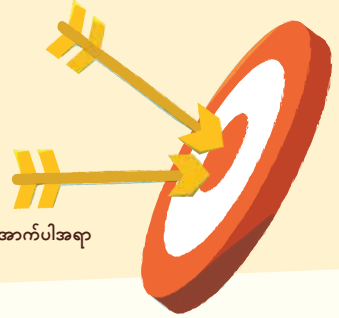
သင့်အသုံးစရိတ်ကို စတင်ခြေရာခံရန် စာမျက်နှာ 27 ရှိ လုပ်ဆောင်ချက်စာရင်းကို အသုံးပြုပါ။

သင့်အသုံးစရိတ်ဇယားကိုကြည့်ပြီး သင့်ကိုယ်သင် မေးပါ- သင်သည် ငွေအလွန်အကျွံသုံးနေပါသလား။ “လိုချင်မှု” အတွက် အများကြီး သုံးစွဲနေပါသလား။ ၎င်းသည် သင်၏ S.M.A.R.T ပန်းတိုင်များကို မည်သို့အကျိုးသက်ရောက်သနည်း။

သင့်လိုအပ်ချက်များအတွက် ငွေပေးချေမှုကို ဦးစွာ ဦးစားပေးပြီး သင် တတ်နိုင်သလောက်သာ သုံးစွဲသင့်သည်ကို သတိရပါ။

ငွေစာရင်းဘတ်ဂျက်တစ်ခု ချမှတ်ပါ

ငွေစာရင်းဘတ်ဂျက်ဆိုသည်မှာ သင်ရရှိသည့်ငွေနှင့် လစဉ် ငွေမည်မျှသုံးစွဲနိုင်သည်ကို ခြေရာခံရန် ကူညီပေးမည့် အသုံးစရိတ်အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။



ပထမဦးစွာ သင်၏ အောက်ပါအရာ တို့ကို ခန့်မှန်းပါ -

ဝင်ငွေ

သင်၏ လစာနှင့် အနားယူရက်တွင် အချိန်ပိုဆင်းသည့်ငွေ

ငွေလွှဲခြင်း

အိမ်သို့ သင်ပို့ရန် လိုအပ်သည့်ငွေပမာဏ

လစဉ် ငွေစုခြင်းပန်းတိုင်

သင့်ပန်းတိုင်ရောက်ရန် သင်စုဆောင်းထားရန် လိုအပ်သည့်ငွေ ပမာဏ

ထို့နောက် သင့်လက်ကျန်ငွေကို တွက်ချက်ရန် အောက်ပါ ပုံသေနည်းကို အသုံးပြုပါ။ ဤသည်မှာ လစဉ်အသုံးစရိတ် အတွက် သင်ရရှိမည့်ပမာဏဖြစ်သည်။

$$\text{\$} \underline{\hspace{2cm}} - \text{\$} \underline{\hspace{2cm}} - \text{\$} \underline{\hspace{2cm}} = \text{\$} \underline{\hspace{2cm}}$$

ဝင်ငွေ

ငွေလွှဲခြင်း

လစဉ် ငွေစုခြင်း
ပန်းတိုင်

လက်ကျန်ငွေ

သင့်ဘတ်ဂျက်ကို မှီအောင် အစွမ်းကုန်ကြိုးစားပါ။ တစ်လကို စုဆောင်းပြီး နောက်လ အကုန်သုံးတာက ချွေတာတာမဟုတ်ဘူးဆိုတာ သတိရပါ။

လစဉ်လတိုင်း ငွေပို၍ စုပါ

ဤလွယ်ကူသော ချွေတာရေး အကြံပြုချက်အချို့ကို စမ်းသုံးကြည့်ပါ -

- 1 သင်၏ စုဆောင်းငွေများ တိုးလာနေသလား သိနိုင်ရန် သင်၏ လစဉ် မှတ်တမ်းများကို စစ်ဆေးပါ။ သင်၏ စုဆောင်းငွေများ မတိုးပွားလာပါက “လိုချင်မှုများ” အတွက် သင်၏ သုံးစွဲမှုကို လျှော့ချပါ။
- 2 အားလပ်ရက်တွင် အပြင်ထွက်သည့်အခါ သုံးစွဲလိုသည့် ငွေကြေးပမာဏကိုသာ ယူဆောင်လာပါ။
- 3 အတိုးနှုန်းမြင့်သော အရစ်ကျအစီအစဉ်များဖြင့် ပစ္စည်းများမဝယ်ပါနှင့်၊ သင် သုံးသင့်သည်ထက် ပိုသုံးစွဲနေမည် ဖြစ်သောကြောင့် “ယခုဝယ်၍ နောက်မှ ပေးချေပါ” အစီအစဉ်များကို မသွားပါနှင့်။
- 4 သင့်စုငွေကို သုံးစွဲနိုင်ခြေနည်းပါးစေရန် ၎င်းကို ငွေသားအဖြစ်ထက် ဘဏ်အကောင့်တွင် သိမ်းဆည်းထားပါ။



အရှုံးမပေးပါနှင့်။ လတိုင်း သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များနှင့် မကိုက်ညီလျှင်တောင် အဆင်ပြေပါသည်။ နောက်လမှာ ပိုချွေတာပြီး လမ်းကြောင်းပေါ်ပြန်တည့်ရန် ကြိုးစားပါ။

ဘဏ်စာရင်းတစ်ခု ဖွင့်ပါ

ဘဏ်စာရင်းတစ်ခု မရှိသေးဘူးလား။ အနည်းဆုံး စရံငွေသွင်း စရာမလိုဘဲ POSB လစာအကောင့်ကို အွန်လိုင်းတွင် ယခု သင် ဖွင့်နိုင်ပါသည်။

ဘဏ်အကောင့်တစ်ခုသည် သင့်အား ဤအကျိုးခံစားခွင့်များကို ပေးသည် -

- သင်၏ လစာမှတ်တမ်းများကို ကြည့်နိုင်သည်။
- ဒစ်ဂျစ်တယ်ဝန်ဆောင်မှုများဖြင့် သင့်လစာကို အလွယ်တကူ စီမံခန့်ခွဲနိုင်သည်။
- သင့်လစာကို အချိန်မရွေး အိမ်ပြန်ပို့နိုင်သည်။
- သင်၏ အသုံးစရိတ်ကို အလွယ်တကူ ငြေရာခံနိုင်သည်။
- အတိုးရရှိရန် သင်၏ စုဆောင်းငွေများကို လုံခြုံသော နေရာတွင်ထားနိုင်သည်။



အလုပ်ပါမစ် ကိုင်ဆောင်သူများအတွက် POSB လစာအကောင့် | POSB စင်ကာပူ



အပိုင်း ၃ - သင့်ကိုယ်သင် နှင့် သင်၏ ငွေကြေးကို ကာကွယ်ပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေ များမှ သင့်ကိုယ်သင် ကာကွယ်ပါ

သင်ချစ်ရသူ၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကုန်ကျစရိတ်များ ပေးဆောင်ရန် အိမ်သို့ အရေးပေါ် ငွေချက်ချင်းလိုအပ်သည့်အခါမျိုးကဲ့သို့ မမျှော်လင့်ထားသော အခြေအနေများအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန် အရေးပေါ် ငွေရန်ပုံငွေကို တည်ဆောက်ပါ။

သင်၏ အရေးပေါ်စုငွေ ရန်ပုံငွေသည် သင်၏လစဉ်နေထိုင်စရိတ်၏ ၃ လမှ ၆ လတန်ဖိုး ရှိသင့်သည်။ သင့်တွင် အရေးပေါ်စုငွေ ရန်ပုံငွေ မရှိသေးပါက၊ ၎င်းကို သင်၏ ပထမဆုံး S.M.A.R.T စုငွေပန်းတိုင်များအဖြစ် ပြုလုပ်ပါ။

စုငွေအလုံအလောက်ရှိခြင်းသည် ငွေချေးရန် လိုအပ်သည့် အခြေအနေများကို ရှောင်ရှားရန် ကူညီပေးပါသည်။ သင့်တွင် ငွေအရေးတကြီး လိုအပ်သော်လည်း လုံလောက်သောစုဆောင်းငွေ မရှိပါက ဤပြဿနာကို ဖြေရှင်းရန် နည်းလမ်းများကို ဆွေးနွေးရန် သင့်အလုပ်ရှင်နှင့် စကားပြောရန် စဉ်းစားပါ။



ငွေရေးကြေးရေးဆိုင်ရာ အကြံဉာဏ်များ လိုအပ်ပါက
ဤအဖွဲ့အစည်းများထံ ချဉ်းကပ်နိုင်သည် -

| အဖွဲ့အစည်းများ | ဝက်ဘ်ဆိုဒ်/ အီးမေးလ် | ဟော့လိုင်းနံပါတ် |
|--|--|------------------|
| Abdullah ဘဝအကြံပေး | www.adullam.org.sg | 6659 7844 |
| Arise2care လူမှုပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ | www.arise2care.sg | 6909 0628 |
| Blessed Grace လူမှုဝန်ဆောင်မှုများ | www.bgss.org.sg | 8428 6377 |
| One Hope စင်တာ | www.onehopecentre.org | 6547 1011 |



လိုင်စင်မရှိသည့် ငွေချေးသူများထံမှ ငွေမချေးပါနှင့်

လိုင်စင်မဲ့ ငွေတိုးချေးစားသူ (စင်ကာပူတွင် “Ah Long” သို့မဟုတ် ချေးငွေငါးမန်းဟုလည်း ခေါ်သည်) သည် တရားဝင်ရုံး သို့မဟုတ် ချေးငွေပေးရန် ခွင့်ပြုမိန့်မရှိဘဲ တရားမဝင် ငွေထုတ်ချေးသည့် ပုဂ္ဂိုလ် သို့မဟုတ် ကုမ္ပဏီဖြစ်သည်။

၎င်းတို့သည် အများအားဖြင့် အလွန်မြင့်မားသော အတိုးနှုန်းများကို ကောက်ခံပြီး သင့်အကြွေးများကို ဆပ်ရန် အလွန်ခက်ခဲစေသည်။ သင်၏ အကြွေးများကို မဆပ်နိုင်ရင် သင်လည်း နှောင့်ယှက် ခြိမ်းခြောက်ခံရနိုင်ပါသည်။

လိုင်စင်မဲ့ ငွေတိုးချေးစားသူများထံမှ ငွေချေးယူခြင်းဖြင့် သင် ကိုယ်တိုင် သို့မဟုတ် သင့်အလုပ်ရှင်နှင့် ၎င်းတို့၏မိသားစုကို အန္တရာယ်မဖြစ်စေပါနှင့်။

သင်သိပါသလား။

လိုင်စင်မဲ့ငွေတိုးချေးစားသူထံမှ ချေးယူပါက သင်၏အလုပ်ပါမစ်ကို ရုပ်သိမ်းပြီး စင်ကာပူတွင် အနာဂတ်အလုပ်အကိုင်များ ပိတ်ပင်ခံရမည်ဖြစ်သည်။

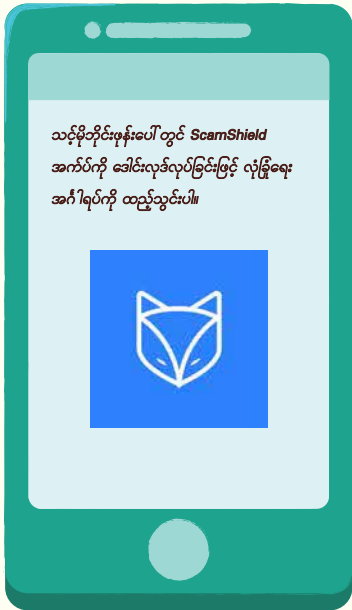
လိုင်စင်မဲ့ ငွေတိုးချေးစားသူကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ရာတွင် အကူအညီဖြစ်စေရန် ဤအချက်များကို ရှာဖွေပါ။

- ချေးငွေများကို စာသားမက်ဆေ့ချ်များ၊ ဖုန်းခေါ်ဆိုမှု များ သို့မဟုတ် လူမှုကွန်ရက် မီဒီယာပလက်ဖောင်းများမှ တစ်ဆင့် ပေးဆောင်ရခြင်း။
- ချေးငွေလွှဲပြောင်းခြင်းကို အွန်လိုင်းတွင် လုပ်ဆောင်နေပြီး ခွင့်ပြုထားသော လုပ်ငန်းနေရာများတွင် မရှိပါ။

အွန်လိုင်းချေးငွေလိမ်လည် မှုများကို သတိပြုပါ

ချေးငွေဝန်ဆောင်မှုပေးသည့် SMS သို့မဟုတ် WhatsApp မက်ဆေ့ချ်ကို လက်ခံရရှိပြီး ချေးငွေမဆပ်မီ စရံငွေအဖြစ် ငွေပမာဏတစ်ခုလွှဲပြောင်းရန် တောင်းဆိုပါက၊ ၎င်းသည် ချေးငွေလိမ်လည်မှု ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ချေးငွေလိမ်လည်မှုများ၏ သားကောင်မဖြစ်စေရန် လုပ်ဆောင်ရမည့်အဆင့်များကို လုပ်ဆောင်ပါ။ လိမ်လည်မှုများကို အရေးယူတိုက်ဖျက်ကြပါစို့။



မေးခွန်းများမေးခြင်း၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအချက်အလက်များနှင့် ငွေလွှဲပြောင်းမှုများအတွက် အချက်အလက်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် အွန်လိုင်းစာရင်းများနှင့် သုံးသပ်ချက်များ၏ တရားဝင်မှုကို စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော လိမ်လည်လက္ခဏာများကို စစ်ဆေးပါ။

- ထိုကဲ့သို့သော ချေးငွေကြော်ငြာများကို လျစ်လျူရှုပါ။ ဤမက်ဆေ့ချ်များကို စာမပြန်ပါနှင့်။
- WhatsApp တွင် ချေးငွေကြော်ငြာများကို ပိတ်ဆို့ပြီးသတင်းပို့ပါ။
- သင့် ဘဏ်အကောင့် သို့မဟုတ် နိုင်ငံကူးလက်မှတ်နံပါတ်ကဲ့သို့သော သင်၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအချက်အလက်များကို မည်သူမှ မပေးပါနှင့်။

ScamShield အက်ပ်တွင် သတင်းပို့ခြင်းဖြင့် သို့မဟုတ် ရဲအစီရင်ခံစာတင်ခြင်းဖြင့် လိမ်လည်မှုဖြစ်စဉ်များအကြောင်း အာဏာပိုင်များနှင့် အခြားအိမ်အကူများအား ပြောပြပါ။

သင့်တွင် မေးခွန်းများရှိပါက လိမ်လည်မှုတိုက်ဖျက်ရေး အရေးပေါ်ဖုန်းလိုင်း **1800 722 6688** သို့ခေါ်ဆိုပါ။

ScamShield သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ မိုဘိုင်းနံပါတ်များမှတစ်ဆင့် လိမ်လည်သူများကို မရောက်ရှိစေရန် ကူညီပေးသည့် မိုဘိုင်းအက်ပ် တစ်ခုဖြစ်သည်။

QR ကုဒ်ကို စကင်နံဖတ်ပါ သို့မဟုတ် **ScamShield** ကို ဒေါင်းလုဒ် လုပ်ရန် လင့်ခ်ကို နှိပ်ပါ



ANDROID



IOS

ScamShield ၏ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် www.scamshield.org.sg/setup-guide သို့ သွားပါ။



အပိုင်း ၄ အောင်မြင်မှုအတွက် သင့်ကိုယ်သင် ပြင်ဆင်ပါ

ပွင့်လင်း၍ အကောင်းမြင်သော စိတ်ထားရှိပါ

ငွေကြေးကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းနှင့် လုံခြုံစွာ ထိန်းသိမ်းခြင်းသည် စိန်ခေါ်မှုဖြစ်နိုင်သည်။ တစ်ခါတရံတွင် စိတ်အားထက်သန်မှု ဆုံးရှုံးပြီး စွန့်လွှတ်လိုက်သလိုခံစားရစေမည့် အတားအဆီးများကို ရင်ဆိုင်ရနိုင်ပါသည်။ ဤအရာသည် သဘာဝ ဖြစ်ပါသည်။ မိသားစုနှင့် ဝေးရာ တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံသို့ ရွှေ့ပြောင်းပြီး အလုပ်သစ်တစ်ခုစုရန် ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။

သို့သော် သင်၏ တွေးခေါ်မှုသည် သင်၏အောင်မြင်နိုင်စွမ်းကို သက်ရောက်မှုရှိလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် ပွင့်လင်း၍ အကောင်းမြင်သောစိတ်ထားရှိခြင်းသည် သင့်ရည်မှန်းချက်များကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာအောင်မြင်ရန် ကူညီပေးပါလိမ့်မည်။

အကောင်းမြင်ပါ။ ရွှေ့ပြောင်းအိမ်အကူအလုပ်သမားများအတွက် ငွေကြေးဆိုင်ရာ သင်တန်းများ၊ လှုပ်ရှားမှုများနှင့် ပံ့ပိုးကူညီမှုများပေးသည့် ဒေသတွင်းအစိုးရဗဟုတၢင်သော အဖွဲ့အစည်းများစာရင်းအတွက် နောက်စာမျက်နှာတွင် ကြည့်ပါ။

Armi ၏ စိတ်အားထက်သန်သော ခရီးစဉ်နှင့် သူမ၏ အတားအဆီးများကို သူမ၏ အိပ်မက်များဆီသို့ ရောက်ရှိရန် အခွင့်အလမ်းများအဖြစ် ပြောင်းလဲပေးခြင်းဖြင့် သူမ၏ “ဘယ်တော့မှ အရှုံးမပေး” သဘောထားကို လိုက်နာပါ။

<https://www.aidha.org/tipsandtools/armi/>



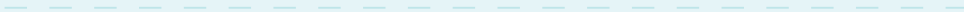
| အဖွဲ့အစည်းများ | ဝက်ဘ်ဆိုက်/ အီးမေးလ် | ဟော့လိုင်းနံပါတ် |
|---|--|------------------|
| Aidha | www.aidha.org/ | 6341 5287 |
| အိမ်အကူအလုပ်သမားများ ကမ်းလင့်ထောက်ကူရေးအဖွဲ့ အစည်း (ADEO) | https://adeo.sg/ | 6304 3482 |
| အိမ်အကူအလုပ်သမားများ စင်တာ (CDE) | www.cde.org.sg | 1800 225 5233 |
| လူမှုထောက်ပံ့ရေးနှင့် လေ့ကျင့်ရေးဆိုင်ရာ နိုင်ငံခြားသားအိမ်အကူ အလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်း (FAST) | www.fast.org.sg/ www.facebook.com/ FAST.org.sg | 1800 339 4357 |



လုပ်ဆောင်ချက် ၁ - သင်၏ ကိုယ်ပိုင်အိမ်မက်ဘုတ်တစ်ခုကို ဖန်တီးပါ



(i) သင်ချစ်ရသူများ၏ဓာတ်ပုံများ



(ii) သင်သွားရောက်လည်ပတ်လိုသော နိုင်ငံများ

သင်ချစ်ရသူ၏ ဓာတ်ပုံများ၊ သင်ခရီးသွားလိုသော နေရာများ၏ မဂ္ဂဇင်းများမှ ဖြတ်တောက်ထားသော ပုံများ သို့မဟုတ် လက်ရေးဖြင့် ကိုးကားချက်စာသားများကိုပင် ကူးထည့်နိုင်ပါသည်။ ထိုအရာက သိမ်းဆည်းရန် မည်သည့်အရာမဆို ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

(iii) သင်၏ စိတ်ကူးအိပ်မက်ထဲက အိမ်

(iv) သင့်အား ငွေစုရန် စိတ်အားထက်သန်စေမည့်အရာများ

လုပ်ဆောင်ချက် ၂ - သင်၏ လစဉ် ငွေစုပန်းတိုင်ကို သတ်မှတ်ပါ

| S.M.A.R.T. | အချိန် | နှစ်စဉ်ငွေစုပန်းတိုင် | လစဉ်ငွေစုပန်းတိုင် |
|-----------------------------------|--------|-----------------------|--------------------|
| ပန်းတိုင်နှင့် လိုအပ်သည့် ငွေကြေး | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | စုစုပေါင်း |

လုပ်ဆောင်ချက် ၃ - သင်၏ လစဉ် အသုံးစရိတ်အား စစ်ဆေးပါ

ပစ္စည်းတစ်ခုသည် “လိုအပ်ချက်” သို့မဟုတ် “လိုချင်မှု” ဖြစ်ပါက ✓ ဖြင့် ညွှန်ပြပါ

| နေ့စွဲ | အကြောင်းအရာ | ကုန်ကျငွေများ | လိုအပ်ချက် | လိုအပ်မှု |
|--------|-------------|---------------|------------|-----------|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

ပမာဏမည်မျှပင်ဖြစ်စေ အသုံးစရိတ်တိုင်းကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။

ဤစာစောင်ပါ အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်ပြီး ၎င်းတို့၏ တန်ဖိုးရှိသော ထည့်
ဝင်မှုများအတွက် Aidha ကို အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

Aidha သည် ရွှေ့ပြောင်းအိမ်အကူ အလုပ်သမားများ (MDWs) များအတွက်
ငွေကြေးကို အကျိုးရှိစွာ စီမံခန့်ခွဲခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ အတန်းများအပြင် အခမဲ့
အလုပ်ရုံဆွေးနွေးများကို စီမံဆောင်ရွက်သည့် ဆုရပရဟိတ ဖြစ်ပါသည်။



MDWs အတွက် Aidha ၏ ဘဝပြောင်းလဲသော သင်ရိုးများနှင့် ပတ်သက်၍ ပိုမိုသိရှိရန် www.aidha.org
သို့ ဝင်ရောက်ပါ။