

INFORM



सिंगापुर में प्रवासी घरेलू मजदूरों (MDWs) के लिए जनशक्ति मंत्रालय (MOM) का प्रकाशन

क्या आप जानते हैं?

क्या आप जानते हैं कि MOM को संभावित अवैध तैनाती के बारे में करीब 2,000 शिकायतें मिली थीं और पिछले 3 वर्षों में 400 से अधिक गलत नियोक्ताओं के खिलाफ प्रवर्तन कार्रवाई की गई थी?



रोजगार विदेशी जनशक्ति अधिनियम 1990

(EFMA 1990) के तहत, MDWs को केवल MOM को बताए गए आवासीय पते पर घरेलू काम करने की अनुमति है। वे किसी और के लिए या अपने नियोक्ता के व्यवसाय के लिए काम नहीं कर सकते।

यदि ऐसी स्थिति का सामना हों तो MOM को सूचित करें:



MDW हेल्पलाइन पर कॉल करें:
1800 339 5505



निम्नलिखित लिंक का उपयोग करके
MOM को रिपोर्ट करें: www.mom.gov.sg/eservices/services/report-an-infringement



उपयोगी संपर्कों की सूची जानने के लिए यहां स्कैन करें



सिंगापुर में अपने रोजगार के बारे में अधिक जानकारी के लिए यहां देखें:



प्रकाशन और संसाधन
(mom.gov.sg)



सिंगापुर जनशक्ति मंत्रालय
| Facebook

क्या आप अपना ख्याल रख रहे हैं?

क्या आप दुखी और अधिक आसानी से थका हुआ महसूस कर रहे हैं, या आपको भूख कम लग रही है? ये तनाव के लक्षण हैं। यदि आप अभिभूत महसूस कर रहे हैं या किसी समस्या का सामना कर रहे हैं, तो इसे किसी के साथ साझा करें। इससे आप बेहतर महसूस करेंगे।

आप सहायता के लिए निम्न में से किसी भी हेल्पलाइन पर कॉल कर सकते हैं:

MDWs के लिए MOM हेल्पलाइन:
1800 339 5505

CDE (सेंटर फॉर डोमेस्टिक एम्प्लाइज):
1800 225 5233

FAST (फॉरेन डोमेस्टिक वर्कर एसोसिएशन फॉर सोशल सपोर्ट एंड ट्रेनिंग):
1800 339 4357

AEAS (एसोसिएशन ऑफ़ एम्प्लॉयमेंट एजेंसीज):
6836 2618



डेंगू की रोकथाम

डेंगू बुखार एडीज मच्छर के काटने से फैलता है, जो जानलेवा हो सकता है। उन्हें प्रजनन के लिए केवल 20-सेंट के आकार की पानी की एक बूंद की जरूरत होती है!

आइए हम सभी **B-L-O-C-K** नियमों का पालन करके रुके हुए पानी से छुटकारा पाने और मच्छरों को पनपने से रोकने में अपना योगदान दें।



B ब्रेक : कठोर मिट्टी को तोड़ें

L लिफ्ट : खाली फ्लावरपॉट प्लेट्स को उठाएं

O ओवरटर्न : घड़ों को उल्टा करें और उनके रिम्स को पोंछें

C चेंज : फूलदानों का पानी बदलें

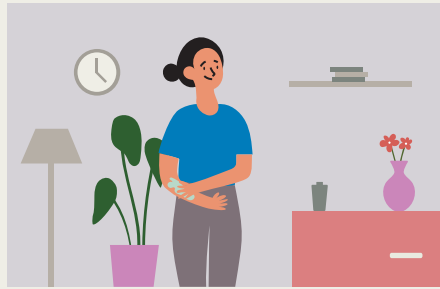
K कीप : छतों की नालियाँ साफ रखें और BTI कीटनाशक लगाएं

आत्म सुरक्षा

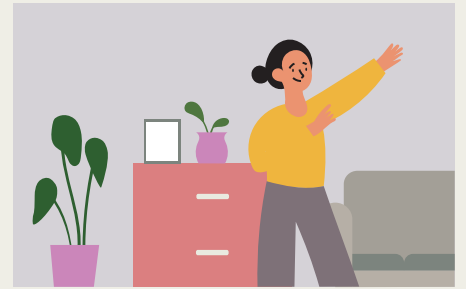
निम्नलिखित चरणों के साथ अपने आप को और अपने नियोक्ता के परिवार को डेंगू से बचाएं, खासकर यदि आप डेंगू क्लस्टर में रह रहे हैं:



घर के चारों ओर अंधेरे कोनों में कीटनाशक का छिड़काव करें।



नियमित रूप से कीट विकर्षक लगाएं।



लंबी बाजूओं के कपड़े और लंबी पैट पहनें।

मुझे कैसे पता चलेगा कि मेरा विकर्षक प्रभावी है?



जिन विकर्षकों में सक्रिय सामग्री के रूप में DEET, पिकारिडिन या IR3535 हैं वे प्रभावी और सुरक्षित हैं।



प्राकृतिक विकर्षक (जैसे सिट्रोनेला और नीलगिरी तेल) प्रभाव में भिन्न होते हैं और आमतौर पर इनका कई बार उपयोग करने की आवश्यकता होती है।

बिना लाइसेंस वाले साहूकारों से पैसे उधार न लें!



सिंगापुर में बिना लाइसेंस वाले साहूकार उच्च ब्याज दर वसूलते हैं। इससे आपके लिए कर्ज चुकाना मुश्किल हो जाता है। यदि आप बिना लाइसेंस वाले साहूकारों से पैसे उधार लेते हुए पाए जाते हैं तो आपको सिंगापुर में काम करने से प्रतिबंधित कर दिया जाएगा।

यदि आप वित्तीय कठिनाई का सामना कर रहे हैं, तो अपने नियोक्ता से बात करें और मदद लें। बिना लाइसेंस वाले साहूकारों से पैसे उधार लेकर अपने और अपने नियोक्ता के परिवार को जोखिम में न डालें।

गोल्डन रूल का पालन करें - हमेशा अपने साधनों के भीतर ही खर्च करें!

ऑनलाइन ऋण घोटालों से सावधान रहें!

क्या आपको ऋण सेवा की पेशकश करने वाला एक टेक्स्ट संदेश/व्हाट्सएप संदेश प्राप्त हुआ है? क्या आपको ऋण के वितरण से पहले एक राशि को जमा के रूप में स्थानांतरित करने का निर्देश दिया गया है? ये ऋण घोटाले के संकेत हो सकते हैं।

निम्नलिखित चरणों के साथ खुद को इन घोटालों का शिकार होने से बचाए:



- मैसेजिंग प्लेटफॉर्म पर ऋण विज्ञापनों का जवाब न दें क्योंकि ये आमतौर पर बिना लाइसेंस वाले मनी सिंडिकेट से होते हैं।
- व्हाट्सएप पर या तीसरे पक्ष के एप्लिकेशन के माध्यम से हमेशा अवांछित ऋण विज्ञापनों को अनदेखा, ब्लॉक और रिपोर्ट करें।
- अपनी व्यक्तिगत जानकारी जैसे बैंक खाता नंबर या पासपोर्ट नंबर अजनबियों को न दें।
- अपनी मेहनत की कमाई को किसी अनजान व्यक्ति के नाम पर ट्रांसफर न करें।

यदि आपको कोई संदेह है, तो एंटी-स्कैम हॉटलाइन 1800 - 722 6688 पर कॉल करें