

# INFORM



Publikasi Kementerian Tenaga Kerja untuk Penata Laksana Rumah Tangga Migran (PLRTM) di Singapura



## Tahukah Anda?

Majikan Anda tidak dapat menahan paspor Anda. Paspor Anda menunjukkan kewarganegaraan Anda dan merupakan dokumen perjalanan Anda. Anda harus memegangnya setiap saat. Jangan biarkan majikan Anda menyimpan paspor Anda.



**Perlu bantuan?  
Hubungi MOM di  
1800 339 5505.**

Pindai di sini untuk mendapatkan daftar kontak yang berguna



Untuk informasi selengkapnya terkait bekerja di Singapura, kunjungi di sini:



Publikasi dan Sumber  
Daya (mom.gov.sg)



Kementerian Tenaga Kerja  
Singapura (MOM) | Facebook  
Subscribe ke Facebook MOM hari ini!

# Berbaik hatilah pada diri Anda sendiri

Berbaik hatilah dan jagalah diri Anda sendiri. Belajarlah dari kesalahan Anda, setelah Anda berusaha yang terbaik. Mintalah bantuan ketika Anda membutuhkannya.



# Menjadi sukarelawan Persaudaraan Peduli Penata Laksana Rumah Tangga Migran (PLRTM) menghadirkan hal yang berbeda!



Anda tahu Penata Laksana Rumah Tangga Migran (PLRTM) yang:

- Merasa ingin pulang atau merindukan orang terkasih di rumah?
- Belum dapat beradaptasi atau menerima lingkungan baru?
- Stres karena pekerjaan atau memiliki masalah keuangan?

Bergabunglah dengan kami hari ini sebagai sukarelawan Persaudaraan Peduli Penata Laksana Rumah Tangga Migran (PLRTM) dan berkontribusilah membantu orang lain! Anda akan menerima pelatihan gratis dari MOM dan organisasi mitra seperti FAST dan ADEO!



FAST mengadakan kelas PFA untuk Suster Perawatan (berlatih latihan pernapasan)



Tunggu apa lagi?  
Pindai di sini untuk  
mendaftar sekarang

## Pernahkah Anda mendengar tentang Alliance of Domestic Employees Outreach (ADEO)?

**ADEO** adalah sebuah gerakan yang digagas oleh Hope Initiative Alliance (HIA) untuk melayani komunitas PLRTM di Singapura.



### Apa yang dilakukan ADEO?

ADEO memberikan pelatihan dan konseling kesehatan mental. ADEO juga menyelenggarakan program reguler, seperti kegiatan rekreasi dan kelas literasi.



### Terbuka untuk semua PLRTM!

ADEO menyelenggarakan workshop bulanan – 'Pelatihan LIFE' untuk mempromosikan kesadaran akan kesehatan mental. Pelatihan ini didukung oleh MOM, FAST dan Caring For Life.



### Bagaimana cara bergabung?

Daftar bersama ADEO secara GRATIS di <https://adeo.sg/> untuk mendapatkan fasilitas khusus!



# Berhati-hatilah saat bekerja di tangga!

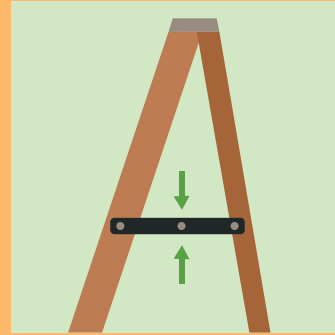
Anda bisa mengalami cedera serius karena jatuh dari tangga. Jika Anda menggunakan tangga untuk melakukan pekerjaan rumah tangga, pastikan untuk mengikuti tips keselamatan berikut ini:



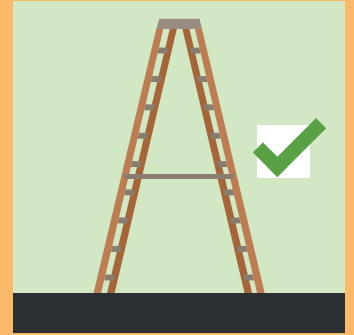
Periksalah tangga sebelum digunakan. Jangan gunakan tangga jika rusak (misalnya anak tangga hilang atau bengkok)



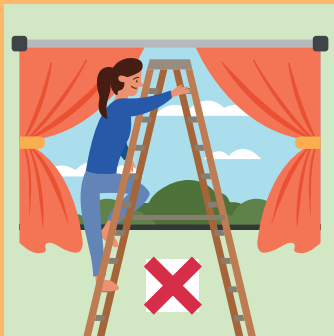
Pastikan spreader dijulurkan sepenuhnya sebelum digunakan



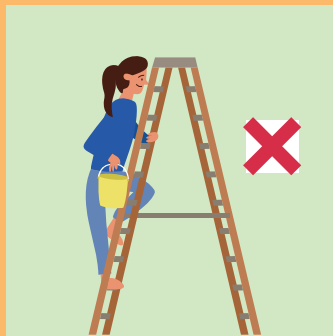
Pastikan spreader memiliki alat pengunci



Posisikan tangga di atas tanah yang stabil dan rata



Jangan gunakan tangga di samping tepi yang tidak terlindungi (misalnya jendela yang terbuka tanpa teralis)



Jangan menggenggam apa pun ketika menaiki tangga.



Jangan pernah berdiri di anak tangga paling atas.



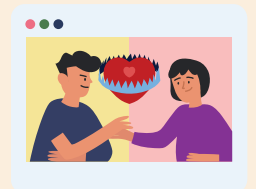
Jangan bersandar ke arah samping tangga untuk melakukan pekerjaan Anda.

Pesan keselamatan di atas disampaikan setelah berkonsultasi dengan Dewan Keselamatan dan Kesehatan Tempat Kerja.

# Jangan Tergoda oleh Penipu Berkedok Cinta!

Penipu suka berteman dan menjalin hubungan dengan korbannya di platform media sosial seperti Facebook atau Instagram.

Begitu penipu tersebut memikat Anda, mereka mungkin melakukan hal-hal berikut:



Meminta Anda untuk menebus paketnya yang telah ditahan oleh pihak berwenang.

Jangan terpedaya oleh penipu berkedok cinta seperti itu!



Meminta Anda untuk mentransfer uang kepada mereka saat mereka menghadapi kesulitan keuangan. Jumlahnya bisa bertambah seiring waktu. Pada akhirnya, penipu tersebut tidak akan lagi bisa dihubungi.

**Jika ragu, hubungi hotline Anti-Penipuan di 1800 722 6688.**