

**BÀI THỨ NHẤT**  
**TRUYỀN THỐNG BẢN SẮC VĂN HOÁ CỦA DÂN TỘC**  
**(04 tiết)**

**1. Những yếu tố chính làm nên các giá trị truyền thống tốt đẹp của dân tộc**

Trên con đường đổi mới, đất nước đang từng bước hội nhập với khu vực và thế giới, vượt qua lạc hậu, đói nghèo, tiến hành công nghiệp hoá, hiện đại hoá, phấn đấu thực hiện thắng lợi mục tiêu dân giàu, nước mạnh, xã hội công bằng, dân chủ, văn minh, vững bước tiến lên chủ nghĩa xã hội. Sự nghiệp này hết sức vẻ vang nhưng cũng đầy thách thức. Chiến thắng nghèo nàn, lạc hậu thực hiện xã hội công bằng, văn minh theo định hướng xã hội chủ nghĩa là một cuộc đấu tranh lâu dài, gian khổ, phức tạp. Hoạt động đưa người lao động Việt Nam đi làm việc ở nước ngoài đã được Đảng, Nhà nước ta chú trọng và coi đây là một giải pháp kinh tế – xã hội lâu dài góp phần tạo việc làm, tăng thu nhập, nâng cao trình độ nghề nghiệp, tác phong làm việc tiên tiến cho người lao động.

Ra nước ngoài làm việc, người lao động không chỉ có điều kiện mở rộng tầm nhìn, mở rộng giao lưu quốc tế, được hoà nhập và hiểu biết nền văn hoá của các dân tộc khác mà còn là cơ hội để giới thiệu và quảng bá bản sắc văn hoá dân tộc Việt Nam. Khi sống và làm việc ở nước ngoài, mỗi chúng ta còn có bổn phận thực hiện tốt vai trò ngoại giao nhân dân. Vì vậy phải biết kế thừa và phát huy truyền thống đạo đức, tập quán tốt đẹp và lòng tự hào dân tộc; tiếp thu tinh hoa của các dân tộc trên thế giới góp phần làm giàu thêm nền văn hoá Việt Nam.

Là người Việt Nam chúng ta có quyền tự hào với các truyền thống dựng nước và giữ nước đã được hình thành, phát triển qua nhiều thế hệ, đó là:

**2. Tinh thần yêu quê hương đất nước**

Lịch sử dựng nước của dân tộc ta luôn gắn liền với lịch sử giữ nước, nó rèn luyện, hun đúc tinh thần yêu nước, truyền thống đoàn kết tạo nên khí phách anh hùng, quật cường của dân tộc Việt Nam, sẵn sàng chịu đựng mọi hy sinh gian khổ bảo vệ độc lập và toàn vẹn chủ quyền quốc gia.

Yêu nước là truyền thống cực kỳ quý báu của dân tộc ta được hình thành trong quá trình lịch sử lâu dài dựng nước và giữ nước, trở thành tình cảm thiêng liêng trong mỗi người dân Việt Nam. Chủ nghĩa yêu nước giữ vị trí chuẩn mực cao nhất của đạo lý và đứng đầu trong bậc thang giá trị văn hóa tinh thần của dân tộc Việt Nam, là động lực nội sinh to lớn của cộng đồng dân tộc Việt Nam tạo nên sức mạnh vô địch trong các cuộc kháng chiến chống ngoại xâm và trong công cuộc xây dựng đất nước.

Hòa nhập vào thế giới để tiến lên mà không hòa tan, không đánh mất bản sắc dân tộc là một cuộc đấu tranh đầy gian nan, thử thách. Chỉ có yêu nước mới xây

dựng và bảo vệ đất nước, đem lại hạnh phúc cho nhân dân và vinh quang cho dân tộc. Chủ nghĩa yêu nước là tình cảm chung thiết tha của toàn dân Việt Nam, cả những người Việt Nam đang sống và làm việc ở nước ngoài; là sức mạnh tiềm tàng, thường trực trong lòng mỗi người dân Việt Nam; là nguồn lực không bao giờ cạn vì có cơ sở vững bền, lâu đời trong lịch sử đất nước và phù hợp với tính cách, nguyện vọng và là trách nhiệm của mọi người dân Việt Nam.

Truyền thống yêu nước của dân tộc ta rất phong phú và sâu sắc, nó thể hiện ở tình yêu quê hương xứ sở, nơi sinh ra, lớn lên của mỗi người, đó là xóm, làng, là cộng đồng làng, xã ... là sự gắn bó giữa những thành viên của dân tộc, là tình cảm gắn liền với thiên nhiên, với con người ở quê hương. Đất nước Việt Nam có đặc điểm địa hình, khí hậu, tài nguyên thiên nhiên nhiều thuận lợi, song không ít khó khăn. Trong quá trình khai phá mảnh đất này cha ông ta đã phải đấu tranh quyết liệt với thiên nhiên. Từng tấc đất đều thấm đượm mồ hôi, nước mắt và xương máu của bao thế hệ, vì thế, mọi người Việt Nam đều nặng tình, nặng nghĩa với quê hương.

Tình yêu nước còn thể hiện ở lòng tự hào, tự tôn dân tộc, dường như trong mỗi người Việt Nam đều tiềm ẩn lòng tự hào, tự tôn, tự cường dân tộc, lòng nhân ái bao dung, trọng nghĩa tình, đạo lý, cần cù sáng tạo... chúng ta tự hào về pho sử vàng 4.000 năm dựng nước và giữ nước của dân tộc, không khuất phục ách ngoại xâm; tự hào về lòng yêu nước thương nòi; Tự hào về hành động xả thân vì dân, vì nước của cha ông ta, của các anh hùng dân tộc; tự hào về nền văn hóa Việt Nam; tự hào về Chủ tịch Hồ Chí Minh, lãnh tụ thiên tài của dân tộc ta, danh nhân văn hóa thế giới, Người đã làm rạng rỡ dân tộc ta, nhân dân ta và non sông đất nước ta.

### **3. Truyền thống đoàn kết, tương thân, tương ái**

Tình yêu nước gắn chặt với lòng nhân ái: thương nước, thương nhà, thương người và thương mình. Cưu mang, đùm bọc, giúp đỡ lẫn nhau luôn là nét đẹp truyền thống trong đời sống của nhân dân ta, giàu lòng nhân ái, thương người như thể thương thân là bản chất tốt đẹp của người Việt Nam ta, được thể hiện qua những câu ca dao lưu truyền từ đời này sang đời khác:

Nhiều điều phủ lấy giá gương

Người trong một nước phải thương nhau cùng

Hay:

Bầu ơi thương lấy bí cùng

Tuy rằng khác giống nhưng chung một giàn

Đây là truyền thống vô cùng quý báu của dân tộc ta, đó là tình nghĩa ruột thịt, đồng bào. Tất cả người dân Việt Nam đều là con một nhà, cùng chung một cha mẹ, coi nước như cái nôi cái bọc chung, tình cốt nhục, nghĩa đồng bào coi nhau như ruột thịt là cơ sở chính để tồn tại, phát triển để bảo vệ nòi giống và danh dự

của mình, chính nhờ đó mà chúng ta có sức mạnh để chiến thắng mọi kẻ thù, chung tay xây dựng đất nước ta ngày càng to đẹp, đàng hoàng hơn.

Ra nước ngoài làm việc, người lao động luôn hướng về Tổ Quốc, có trách nhiệm với quê hương đất nước, với cộng đồng, cùng vui với những niềm vui của Đất nước, cùng san sẻ với những nỗi đau, mất mát của những người dân kém may mắn hay do thiên tai gây ra. Sống nhân nghĩa, thủy chung, vị tha, kính trên nhường dưới, thân thiện với bạn bè đồng nghiệp, sẵn sàng giúp đỡ hỗ trợ lẫn nhau trong cuộc sống và trong công việc là nét đặc trưng của người dân Việt, của cộng đồng người Việt trên toàn thế giới.

#### **4. Phẩm chất cao quý trong lao động sản xuất**

Gắn với nền văn minh nông nghiệp lúa nước, dân tộc Việt từ bao đời đã gắn chặt công việc lao động, sản xuất với thiên nhiên. Trong quá trình lao động, người dân luôn phải đối mặt với sự khắc nghiệt của thiên nhiên và không có cách nào khác là phải tìm ra biện pháp để chinh phục và chế ngự nó. Hình ảnh người nông dân một nắng, hai sương, cần cù, sáng tạo trong chinh phục thiên nhiên để làm ra hạt thóc "vàng" luôn là hình ảnh đậm nét về đức tính cần cù, sáng tạo trong lao động. Phẩm chất quý báu đó đã được kế thừa và phát huy qua nhiều thế hệ và đã trở thành một trong những nét truyền thống của dân tộc. Người lao động khi ra nước ngoài làm việc một cách chuyên cần, sáng tạo sẽ chính là tạo cho mình có cơ hội để tăng thu nhập, làm giàu cho bản thân, gia đình và quê hương đất nước mình và cao hơn nữa là góp phần vào giữ gìn và phát huy truyền thống quý báu của dân tộc.

#### **5. Truyền thống hiếu học và phẩm chất tốt đẹp trong học tập**

Thể hiện sự ham học hỏi những cái mới, cái tốt trong cuộc sống và trong lao động, tiếp thu được những công nghệ mới, những kinh nghiệm tiên tiến để áp dụng vào thực tiễn cuộc sống. Người lao động đi làm việc ở nước ngoài phát huy tính tích cực trong lao động, trong học tập nâng cao trình độ nghề nghiệp, tác phong làm việc tiên tiến và trình độ ngoại ngữ để nâng cao hiệu quả công việc và góp phần xây dựng đất nước sau này.

#### **6. Dân tộc Việt Nam là một dân tộc trọng tình trọng nghĩa**

#### **7. Người Việt sống lạc quan, yêu cái đẹp, cái tốt, tôn trọng cuộc sống gia đình**

### **II. Bản sắc văn hoá của dân tộc**

Bản sắc văn hoá dân tộc bao gồm những giá trị bền vững, những tinh hoa của cộng đồng các dân tộc Việt Nam được vun đắp nên qua lịch sử hàng ngàn năm

đấu tranh dựng nước và giữ nước, nó thể hiện linh hồn, đạo đức, lối sống của người Việt.

Việt Nam là một quốc gia đa dân tộc, với 54 dân tộc anh em chung sống, mỗi dân tộc vừa mang đặc điểm chung của bản sắc văn hóa Việt Nam, vừa có vốn văn hóa riêng, mang một bản sắc riêng, tạo nên tính đa dạng và phong phú, các nền văn hóa giao lưu với nhau, bổ sung cho nhau.

Trong quá trình phát triển, văn hoá Việt Nam đã hội nhập tiếp thu tinh hoa văn hoá và những giá trị ưu tú của các dân tộc khác trên toàn thế giới, sàng lọc những gì không phù hợp, làm giàu cho nền văn hoá của dân tộc ta.

Bản sắc văn hoá dân tộc là những vấn đề nòng cốt nhất, nền tảng nhất để làm nên những nét riêng của cộng đồng dân tộc này so với cộng đồng dân tộc khác. Nó có tính ổn định vì phải trải qua quá trình đúc kết, tích lũy, sàng lọc lâu dài.

Đặc trưng đầu tiên của Bản sắc văn hóa dân tộc cũng là lòng yêu nước nồng nàn, thể hiện tâm thức con người Việt Nam qua lễ sống, ý chí độc lập tự cường... Bộc lộ được tính cách con người Việt Nam qua cách sống tương thân tương ái. tính cần cù sáng tạo trong lao động, yêu nghệ thuật, giản dị, tề nhị trong ứng xử.

Giữ gìn bản sắc văn hóa của dân tộc thể hiện ở những việc sau đây:

+ Thường xuyên bồi dưỡng tinh thần yêu nước, tự cường dân tộc, phấn đấu vì độc lập dân tộc, vì chủ nghĩa xã hội, có ý chí vươn lên đưa đất nước thoát khỏi nghèo nàn lạc hậu;

+ Có tinh thần tập thể, đoàn kết, phấn đấu vì lợi ích chung;

+ Xây dựng tư tưởng, đạo đức, lối sống và đời sống văn hóa lành mạnh, nếp sống văn minh, cần kiệm, trung thực, nhân nghĩa; ngăn chặn đẩy lùi những tiêu cực, tệ nạn xã hội, khắc phục tình trạng suy thoái về tư tưởng, đạo đức, lối sống;

+ Phải tôn trọng kỷ cương phép nước, quy ước cộng đồng; đảm bảo an toàn giao thông; đẩy mạnh việc bảo tồn phát huy các truyền thống văn hóa dân tộc; bảo vệ môi trường tự nhiên sạch đẹp;

+ Thường xuyên học tập nâng cao hiểu biết, trình độ văn hóa, trình độ thẩm mỹ và thể lực;

+ Lao động chăm chỉ với lương tâm nghề nghiệp, có kỹ thuật, sáng tạo, năng suất cao vì lợi ích bản thân, gia đình, tập thể và xã hội;

+ Thường xuyên tu dưỡng và phát huy những phẩm chất tốt đẹp của con người Việt Nam; quan hệ giữa người với người phải thân ái, giữa cấp trên và cấp dưới phải tôn trọng và đoàn kết; xây dựng gia đình hạnh phúc, no ấm.

## **8. Trách nhiệm của người lao động Việt Nam khi làm việc ở nước ngoài trong việc giữ gìn và phát huy truyền thống bản sắc văn hoá dân tộc**

Người lao động Việt Nam sống và làm việc có thời hạn ở nước ngoài là

những sứ giả giới thiệu và quảng bá nền văn hoá của dân tộc Việt Nam với các dân tộc khác, đồng thời, tiếp thu tinh hoa văn hoá của các dân tộc trên thế giới để làm giàu cho nền văn hoá của dân tộc Việt Nam. Dù sống ở đâu và làm bất cứ công việc nào, chúng ta cũng phải nhận thức sâu sắc được vinh dự và trách nhiệm này để luôn phấn đấu hoàn thiện mình, trau dồi bản lĩnh tự tin, tự trọng để góp phần tôn vinh dân tộc Việt Nam, kiên quyết tránh những việc xấu làm tổn hại đến danh dự, đến hình ảnh của đất nước và dân tộc ta.

Là người làm công ăn lương được pháp luật nước sở tại bảo hộ, mỗi chúng ta phải tuân thủ Pháp luật nước sở tại, chấp hành nội quy, kỷ luật lao động, tuân thủ quy định của người sử dụng lao động;

Có ý thức học hỏi nâng cao trình độ tay nghề, ngoại ngữ, rèn luyện tác phong làm việc công nghiệp hiện đại, tiên tiến; tác phong sinh hoạt văn minh, lịch sự; phấn đấu để tự bảo vệ quyền lợi chính đáng của bản thân;

Quan hệ ứng xử đúng mực với chủ sử dụng, với đồng nghiệp, với cộng đồng và người dân nước sở tại.

Cảnh giác với những thủ đoạn khác nhau của các thế lực thù địch làm mê muội con người bằng các loại văn hóa phẩm độc hại, với những luận điệu mị dân, lừa bịp, thúc đẩy lối sống hưởng lạc, thực dụng, quên quá khứ, bàng quan chính trị, xa rời lý tưởng, dễ bị cám dỗ không phân biệt thật giả, đúng sai, tạo điều kiện thuận lợi cho các hoạt động kích động gây áp lực kinh tế, chính trị đối với đất nước.

**BÀI THỨ HAI**  
**NHỮNG NỘI DUNG CƠ BẢN LIÊN QUAN CỦA PHÁP LUẬT VIỆT NAM LIÊN**  
**QUAN ĐẾN NGƯỜI LAO ĐỘNG ĐI LÀM VIỆC Ở NƯỚC NGOÀI**

**(6 tiết)**

**I. QUY ĐỊNH CHUNG**

**1. Chính sách của Nhà nước về người lao động đi làm việc ở nước ngoài**

Để khuyến khích, hỗ trợ và bảo vệ người lao động đi làm việc ở nước ngoài, Luật quy định các chính sách của nhà nước phải:

- Tạo điều kiện thuận lợi để công dân Việt Nam có đủ điều kiện đi làm việc ở nước ngoài.

- Bảo hộ quyền, lợi ích hợp pháp của người lao động đi làm việc ở nước ngoài và của doanh nghiệp, tổ chức sự nghiệp đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

- Hỗ trợ đầu tư mở thị trường lao động mới, thị trường có thu nhập cao, thị trường tiếp nhận nhiều người lao động; hỗ trợ đào tạo cán bộ quản lý, dạy nghề, ngoại ngữ cho người lao động.

- Có chính sách tín dụng ưu đãi cho các đối tượng chính sách xã hội đi làm việc ở nước ngoài.

- Khuyến khích đưa nhiều người lao động có trình độ chuyên môn, kỹ thuật đi làm việc ở nước ngoài, đưa người lao động đi làm việc ở thị trường có thu nhập cao; khuyến khích đưa người lao động đi làm việc tại công trình, dự án, cơ sở sản xuất, kinh doanh do doanh nghiệp, tổ chức, cá nhân trúng thầu, nhận thầu, đầu tư thành lập ở nước ngoài.

**2. Các hình thức đi làm việc ở nước ngoài (Điều 6 Luật số 72/2006/QH11)**

Người lao động có thể đi làm việc ở nước ngoài theo 4 hình thức :

a. Thông qua doanh nghiệp hoạt động dịch vụ, tổ chức sự nghiệp được phép hoạt động đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

Người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hình thức này sẽ có hai loại hình cơ quan tổ chức đưa đi. Loại hình thứ nhất là các doanh nghiệp dịch vụ đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài, loại hình thứ hai là tổ chức sự nghiệp.

- Ở loại hình thứ nhất, doanh nghiệp được Bộ LĐTBXH cấp Giấy phép hoạt động đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài trực tiếp khai thác hợp đồng, đăng ký với cơ quan có thẩm quyền, tổ chức tuyển chọn người lao động, đưa và

quản lý người lao động ở ngoài nước. Đây là hình thức phổ biến nhất, được nhiều người lao động lựa chọn nhất khi đi làm việc ở nước ngoài.

- Ở loại hình thứ hai, người lao động sẽ được tổ chức sự nghiệp tuyển chọn và đưa đi làm việc ở nước ngoài. Luật quy định tổ chức sự nghiệp đưa lao động đi làm việc ở nước ngoài là tổ chức thuộc Bộ, cơ quan ngang Bộ, cơ quan thuộc Chính phủ, được Bộ trưởng, Thủ trưởng cơ quan ngang Bộ, Thủ trưởng cơ quan thuộc Chính phủ thành lập và giao nhiệm vụ đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo Điều ước quốc tế mà nước CHXHCN Việt Nam là thành viên hoặc theo thỏa thuận quốc tế do Bộ, cơ quan ngang Bộ, cơ quan thuộc Chính phủ ký với bên nước ngoài với mục đích phi lợi nhuận.

b. Thông qua doanh nghiệp trúng thầu, nhận thầu, hoặc tổ chức, cá nhân đầu tư ở nước ngoài

Đây là các doanh nghiệp có tư cách pháp nhân Việt Nam, trúng thầu, nhận thầu ở nước ngoài, đưa người lao động của doanh nghiệp mình đi làm việc ở các công trình trúng thầu, nhận thầu ở nước ngoài hoặc là các tổ chức, cá nhân của Việt Nam đầu tư ra nước ngoài, đưa người lao động Việt Nam sang làm việc tại cơ sở sản xuất, kinh doanh do tổ chức, cá nhân này đầu tư thành lập ở nước ngoài.

Người lao động đi theo hình thức này phải là người lao động đã có hợp đồng lao động với doanh nghiệp và chỉ đi làm việc tại các công trình trúng thầu, nhận thầu hoặc cơ sở sản xuất, kinh doanh do tổ chức, cá nhân đầu tư thành lập ở nước ngoài.

c. Thông qua doanh nghiệp đưa lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hình thức thực tập nâng cao tay nghề.

Hình thức này xuất hiện tương đối nhiều trong những năm qua tại các doanh nghiệp, nhất là những doanh nghiệp có vốn đầu tư nước ngoài.

Điều kiện để đi làm việc theo hình thức này là ngoài những điều kiện cơ bản đã nêu ở trên thì người lao động phải là người đã có hợp đồng lao động ký với doanh nghiệp đưa đi và ngành, nghề người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hình thức này phải phù hợp với lĩnh vực sản xuất, kinh doanh của doanh nghiệp.

d. Người lao động tự đi theo hình thức hợp đồng cá nhân

Đây là hình thức trước đây đã xuất hiện ở một số thị trường (CH Síp, Đài Loan, LiBăng...) người lao động chủ yếu đi thông qua các môi quan hệ họ hàng giới thiệu, được bảo lãnh, hoặc chủ sử dụng lao động cũ tuyển dụng lại lần thứ hai, nhiều nhất là ở thị trường Đài Loan.

Người lao động ký Hợp đồng trực tiếp với chủ sử dụng, không thông qua bên trung gian môi giới và trực tiếp đến Sở Lao động - Thương binh và Xã hội nơi thường trú để đăng ký hợp đồng cá nhân. Khi làm việc ở nước ngoài, người lao

động có trách nhiệm đăng ký công dân với Cơ quan đại diện ngoại giao, lãnh sự Việt Nam ở nước sở tại.

Hình thức đi làm việc ở nước ngoài theo hợp đồng cá nhân được nhà nước khuyến khích do mang lại nhiều lợi ích kinh tế cho người lao động, gia tăng tính tự chủ và việc tự chịu trách nhiệm của người lao động. Tuy nhiên, do người lao động đi làm việc có tính chất đơn lẻ, phân tán ở nhiều vùng nên công tác quản lý cũng như bảo vệ quyền và lợi ích hợp pháp cho họ rất phức tạp. Vì vậy, đối với loại hình này, vai trò của cơ quan quản lý ở địa phương nơi cư trú của người lao động và Cơ quan đại diện ngoại giao tại nước sở tại trong công tác nắm thông tin và xử lý phát sinh khi xảy ra đối với người lao động là rất quan trọng.

### **3. Các hành vi bị nghiêm cấm**

Theo quy định của Luật, các hành vi sau đây bị nghiêm cấm:

a. Đi làm việc hoặc đưa người lao động đi làm việc ở khu vực, ngành, nghề, công việc bị cấm theo quy định của Chính phủ hoặc không được nước tiếp nhận người lao động cho phép, gồm:

- Nghề vũ công, ca sĩ, massage làm việc tại các nhà hàng, khách sạn hoặc các trung tâm giải trí.

- Công việc phải tiếp xúc thường xuyên với chất nổ, chất độc hại trong luyện quặng kim loại màu (đồng, chì, thủy ngân, bạc, kẽm), tiếp xúc thường xuyên với mangan, điôxit thủy ngân.

- Công việc tiếp xúc với nguồn phóng xạ hở, khai thác quặng phóng xạ các loại.

- Công việc sản xuất, bao gói phải tiếp xúc thường xuyên với các hóa chất axit nitric, natri sunfat, disunfua cacbon, các loại thuốc trừ sâu, diệt cỏ, diệt chuột, sát trùng, chống mối mọt có độc tính mạnh.

- Công việc săn bắt thú dữ, cá sấu, cá mập.

- Công việc thường xuyên ở nơi thiếu không khí, áp suất lớn (dưới lòng đất, lòng đại dương).

- Công việc liệm, mai táng tử thi, thiêu xác chết, bốc mả.

- Công việc mà nước tiếp nhận lao động và Việt Nam cấm.

b. Lợi dụng hoạt động đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài để tổ chức đưa công dân Việt Nam ra nước ngoài trái phép.

c. Lợi dụng hoạt động đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài để tổ chức tổ chức tuyển chọn, đào tạo và thu tiền của người lao động.

d. Tổ chức đưa người lao động ra nước ngoài làm việc khi chưa đăng ký hợp đồng với cơ quan nhà nước có thẩm quyền theo quy định của pháp luật,



đ. Sau khi nhập cảnh không đến nơi làm việc hoặc bỏ trốn khỏi nơi làm việc theo hợp đồng.

e. Ở lại nước ngoài trái phép sau khi kết thúc hợp đồng lao động.

f. Lôi kéo, dụ dỗ, lừa gạt người lao động Việt Nam ở lại nước ngoài trái quy định của pháp luật.

#### **4. Quy định về xử phạt hành chính, hình sự đối với hành vi vi phạm của người lao động đi làm việc ở nước ngoài**

a. Các hình thức xử phạt chính sau đây:

- Phạt cảnh cáo hoặc phạt tiền từ 500.000 đồng đến 1.000.000 đồng đối với hành vi không đăng ký Hợp đồng cá nhân tại cơ quan nhà nước có thẩm quyền theo quy định.

- Phạt cảnh cáo hoặc phạt tiền từ 1.000.000 đồng đến 3.000.000 đồng đối với một trong các hành vi sau:

+ Ở lại nước ngoài trái phép sau khi hết hạn Hợp đồng lao động;

+ Bỏ trốn khỏi nơi đang làm việc theo hợp đồng..

- Phạt tiền từ 3.000.000 đồng đến 5.000.000 đồng đối với một trong các hành vi sau:

+ Sau khi nhập cảnh nước tiếp nhận lao động không đến nơi làm việc theo hợp đồng;

+ Lôi kéo, dụ dỗ, ép buộc, lừa gạt người lao động Việt Nam ở lại nước ngoài trái quy định của pháp luật nhưng chưa đến mức truy cứu trách nhiệm hình sự.

b. Ngoài hình thức xử phạt chính nói trên tùy theo tính chất, mức độ vi phạm, người lao động vi phạm còn bị áp dụng một trong các hình thức xử phạt bổ sung:

- Tịch thu tang vật, phương tiện được sử dụng để vi phạm hành chính;

- Buộc về nước;

- Buộc bồi thường thiệt hại và chịu mọi chi phí phát sinh do hành vi vi phạm hành chính gây ra;

- Cấm đi làm việc ở nước ngoài trong thời hạn từ hai (02) đến năm (05) năm;

c. Thời hiệu xử phạt vi phạm hành chính là một (01) năm kể từ ngày vi phạm hành chính được thực hiện. Nếu quá thời hiệu nói trên mà vi phạm hành chính mới bị phát hiện thì không tiến hành xử phạt nhưng bị áp dụng biện pháp khắc phục hậu quả theo quy định.

#### **5. Chính sách đối với người lao động làm việc ở nước ngoài sau khi về nước**

Người lao động sau khi hoàn thành hợp đồng làm việc ở nước ngoài về nước không chỉ tích lũy được cho bản thân một số vốn nhất định mà còn trau dồi, rèn luyện được tác phong công nghiệp, ý thức và kỹ năng nghề nghiệp ở những nước có nền công nghiệp phát triển hơn Việt Nam. Nếu có chính sách hỗ trợ, tư vấn giúp người lao động sử dụng một cách hợp lý số tiền đã tích lũy được để phát triển sản xuất, kinh doanh cũng như hỗ trợ tạo việc làm phù hợp với năng lực, người lao động sẽ phát huy được khả năng của bản thân góp phần vào công cuộc xây dựng đất nước. Chính vì vậy, chính sách hỗ trợ người lao động đi làm việc ở nước ngoài về nước cũng được xây dựng trên cơ sở bám sát các nhu cầu của người lao động và có sự phân cấp thực hiện.

Đối với người lao động có nhu cầu tìm kiếm việc làm, Nhà nước có chính sách "Hỗ trợ việc làm" trong đó quy định: "*Sở Lao động - Thương binh và Xã hội có trách nhiệm thông báo cho người lao động về nước nhu cầu tuyển dụng lao động ở trong nước; hướng dẫn, giới thiệu người lao động đăng ký tìm việc làm phù hợp. Nhà nước khuyến khích các doanh nghiệp tiếp nhận và tuyển dụng người lao động về nước vào làm việc hoặc đưa đi làm việc ở nước ngoài*". (Điều 59 Luật số 72/2006/QH11).

Trường hợp người lao động có nhu cầu sử dụng tiền vốn tích lũy được trong thời gian làm việc ở nước ngoài để sản xuất kinh doanh, "*Nhà nước tạo điều kiện thuận lợi và khuyến khích người lao động về nước đầu tư sản xuất, kinh doanh, tạo việc làm cho mình và cho người khác. Người lao động gặp khó khăn thì được vay vốn ưu đãi theo quy định của pháp luật để tạo việc làm (Điều 60 Luật số 72/2006/QH11)*".

## II. QUY ĐỊNH LIÊN QUAN TỚI NGƯỜI LAO ĐỘNG ĐI LÀM VIỆC Ở NƯỚC NGOÀI

### 1. Điều kiện, hồ sơ đối với người lao động đi làm việc ở nước ngoài

Người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hợp đồng là công dân Việt Nam cư trú tại Việt Nam, có đủ các điều kiện theo quy định của pháp luật Việt Nam và pháp luật nước tiếp nhận người lao động, đi làm việc ở nước ngoài theo quy định của Luật, cụ thể như sau:

#### a. Điều kiện:

- Có năng lực hành vi dân sự đầy đủ;
- Có ý thức chấp hành pháp luật;
- Đủ sức khỏe theo yêu cầu của phía tiếp nhận;
- Đáp ứng yêu cầu về chuyên môn, tay nghề, ngoại ngữ... theo yêu cầu của phía tiếp nhận;
- Có chứng chỉ bồi dưỡng kiến thức cần thiết;

- Không thuộc diện bị cấm xuất cảnh.

b. Hồ sơ đi làm việc ở nước ngoài bao gồm:

- Đơn xin đi làm việc ở nước ngoài.

- Sơ yếu lý lịch có xác nhận của Ủy ban nhân dân xã, phường, thị trấn nơi thường trú hoặc cơ quan, tổ chức, đơn vị quản lý người lao động và nhận xét về ý thức chấp hành pháp luật, tư cách đạo đức.

- Giấy chứng nhận sức khỏe do cơ quan y tế có thẩm quyền cấp.

- Văn bằng, chứng chỉ ngoại ngữ, chuyên môn, tay nghề và chứng chỉ bồi dưỡng kiến thức cần thiết (theo yêu cầu của cơ quan tuyển dụng).

- Ngoài các quy định về hồ sơ nêu trên, tùy theo yêu cầu của phía tiếp nhận người lao động phải bổ sung các hồ sơ cho phù hợp: Ảnh chân dung (kích thước 3x4cm và 4x6 cm, số lượng theo yêu cầu của doanh nghiệp); Chứng minh thư nhân dân, sổ hộ khẩu (Bản sao công chứng); Hộ chiếu phổ thông; Lý lịch tư pháp (trường hợp người lao động đi làm việc tại Đài Loan); Giấy xác nhận đang làm việc ( trường hợp đi tu nghiệp tại Nhật Bản)...

## **2. Quyền và nghĩa vụ của người lao động đi làm việc ở nước ngoài**

Người lao động khi tham gia vào hoạt động đi làm việc ở nước ngoài, dưới góc độ là chủ thể thực hiện hợp đồng lao động, người lao động phải có trách nhiệm nghĩa vụ thực hiện hợp đồng đó, dưới góc độ quản lý, bảo hộ công dân, người lao động là đối tượng được pháp luật và các cơ quan quản lý bảo vệ khỏi sự xâm hại quyền và lợi ích có thể xảy ra trong thời gian làm việc ở nước ngoài. Chính vì vậy, khi xây dựng cơ chế, chính sách, việc đảm bảo quyền và lợi ích hợp pháp của người lao động cũng như nâng cao vai trò trách nhiệm của người lao động khi đi làm việc ở nước ngoài luôn được đặt lên hàng đầu.

Bên cạnh những quy định về quyền và nghĩa vụ chung, người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo từng hình thức khác nhau sẽ có những quyền và nghĩa vụ riêng phù hợp với hình thức mà mình tham gia.

### **a. Quyền và nghĩa vụ chung**

- Quyền của người lao động đi làm việc ở nước ngoài

+ Yêu cầu doanh nghiệp, tổ chức sự nghiệp, tổ chức, cá nhân đầu tư ra nước ngoài cung cấp các thông tin về chính sách, pháp luật của Việt Nam về người lao động đi làm việc ở nước ngoài; thông tin về chính sách, pháp luật có liên quan và phong tục, tập quán của nước tiếp nhận người lao động; quyền và nghĩa vụ của các bên khi đi làm việc ở nước ngoài.

+ Hưởng tiền lương, tiền công, thu nhập khác, chế độ khám bệnh, chữa bệnh, bảo hiểm xã hội và các quyền lợi khác quy định trong các hợp đồng và điều

ước quốc tế, thỏa thuận quốc tế quy định tại khoản 1 và khoản 2 Điều 40 của Luật về Người lao động Việt Nam đi làm việc ở nước ngoài.

+ Được doanh nghiệp, tổ chức sự nghiệp, tổ chức, cá nhân đầu tư ra nước ngoài, cơ quan đại diện ngoại giao, lãnh sự Việt Nam ở nước ngoài bảo vệ các quyền và lợi ích hợp pháp phù hợp với pháp luật Việt Nam, pháp luật của nước tiếp nhận người lao động, pháp luật và thông lệ quốc tế trong thời gian làm việc ở nước ngoài; được tư vấn, hỗ trợ để thực hiện các quyền và hưởng các lợi ích trong Hợp đồng lao động, Hợp đồng thực tập.

+ Chuyển về nước tiền lương, tiền công, thu nhập và tài sản khác của cá nhân theo quy định của pháp luật Việt Nam và pháp luật của nước tiếp nhận người lao động.

+ Hưởng các quyền lợi từ Quỹ hỗ trợ việc làm ngoài nước theo quy định của pháp luật.

+ Khiếu nại, tố cáo hoặc khởi kiện về những hành vi vi phạm pháp luật trong hoạt động đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

- Nghĩa vụ của người lao động đi làm việc ở nước ngoài

Người lao động đi làm việc ở nước ngoài có các nghĩa vụ sau đây:

+ Giữ gìn và phát huy truyền thống tốt đẹp của dân tộc Việt Nam; tôn trọng phong tục, tập quán của nước tiếp nhận người lao động; đoàn kết với người lao động của nước tiếp nhận và người lao động của các nước khác.

+ Chủ động học nghề, học ngoại ngữ, tìm hiểu các quy định của pháp luật có liên quan.

+ Tham gia khóa bồi dưỡng kiến thức cần thiết trước khi đi làm việc ở nước ngoài.

+ Tuân thủ pháp luật Việt Nam và pháp luật của nước tiếp nhận người lao động.

+ Làm việc đúng nơi quy định; thực hiện nội quy nơi làm việc và về nước sau khi chấm dứt Hợp đồng lao động hoặc Hợp đồng thực tập theo quy định của nước tiếp nhận người lao động.

+ Chịu trách nhiệm về những thiệt hại do vi phạm hợp đồng đã ký theo quy định của pháp luật Việt Nam và pháp luật của nước tiếp nhận người lao động.

+ Tham gia bảo hiểm xã hội theo quy định của pháp luật Việt Nam và các hình thức bảo hiểm theo quy định của nước tiếp nhận người lao động.

+ Nộp thuế thu nhập theo quy định của pháp luật Việt Nam, pháp luật của nước tiếp nhận người lao động.

+ Đóng góp vào Quỹ hỗ trợ việc làm ngoài nước theo quy định của Luật. Quỹ được hình thành trên cơ sở đóng góp của doanh nghiệp, người lao động, hỗ trợ của ngân sách và các nguồn thu hợp pháp khác. Người lao động sẽ được Quỹ hỗ trợ khi gặp rủi ro trong quá trình làm việc ở nước ngoài (10.000.000 đồng/trường hợp cho thân nhân người lao động bị chết trong thời gian làm việc; 5.000.000 đồng/trường hợp cho người lao động bị tai nạn lao động, tai nạn rủi ro, ốm đau, bệnh tật phải về nước trước hạn).

### **b. Quyền và nghĩa vụ của người lao động theo các hình thức đi làm việc ở nước ngoài.**

- Quyền và nghĩa vụ của người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài với doanh nghiệp dịch vụ, tổ chức sự nghiệp

+ Ký kết Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài với doanh nghiệp dịch vụ, tổ chức sự nghiệp.

+ Được bổ túc nghề và có ngoại ngữ phù hợp với yêu cầu của Hợp đồng lao động.

+ Được vay vốn của tổ chức tín dụng để đi làm việc ở nước ngoài theo quy định của pháp luật.

+ Được bồi thường thiệt hại trong trường hợp doanh nghiệp dịch vụ hoặc tổ chức sự nghiệp vi phạm Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

+ Được gia hạn Hợp đồng lao động hoặc ký kết Hợp đồng lao động mới phù hợp với quy định pháp luật của nước tiếp nhận người lao động.

+ Trả tiền dịch vụ và hoàn trả tiền môi giới (nếu có) cho doanh nghiệp dịch vụ. Trong trường hợp người lao động đi làm việc ở nước ngoài thông qua tổ chức sự nghiệp, người lao động có nghĩa vụ nộp khoản tiền để tổ chức sự nghiệp chi phí cho việc thực hiện đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo quy định.

+ Ký quỹ hoặc giới thiệu người bảo lãnh theo thoả thuận với doanh nghiệp dịch vụ để bảo đảm thực hiện Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài hoặc giới thiệu người bảo lãnh theo yêu cầu của tổ chức sự nghiệp.

+ Thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài với doanh nghiệp dịch vụ chậm nhất là một trăm tám mươi ngày, kể từ ngày chấm dứt Hợp đồng lao động.

- Quyền và nghĩa vụ của người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài với doanh nghiệp trúng thầu, nhận thầu hoặc tổ chức, cá nhân đầu tư ra nước ngoài

+ Ký kết Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài với doanh nghiệp nhận thầu, trúng thầu hoặc tổ chức, cá nhân đầu tư ra nước ngoài.

+ Được bỏ túc nghề và có ngoại ngữ phù hợp với yêu cầu của Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

+ Được bồi thường thiệt hại trong trường hợp doanh nghiệp trúng thầu, nhận thầu hoặc tổ chức, cá nhân đầu tư ra nước ngoài vi phạm Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

+ Thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi lao động ở nước ngoài với doanh nghiệp trúng thầu, nhận thầu hoặc tổ chức, cá nhân đầu tư ra nước ngoài.

- Quyền và nghĩa vụ của người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hình thức thực tập nâng cao tay nghề

+ Ký kết Hợp đồng đưa người lao động đi thực tập với doanh nghiệp đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hình thức thực tập nâng cao tay nghề.

+ Được bồi thường thiệt hại trong trường hợp doanh nghiệp đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hình thức thực tập nâng cao tay nghề vi phạm Hợp đồng đưa người lao động đi thực tập.

+ Thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi thực tập với doanh nghiệp đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hình thức thực tập nâng cao tay nghề.

- Quyền và nghĩa vụ của người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo Hợp đồng cá nhân

Riêng đối với trường hợp đi theo hợp đồng cá nhân, đây là loại hình tương đối đặc thù, có sự khác biệt cơ bản so với những loại hình trên. Vì vậy, pháp luật có quy định riêng về quyền và nghĩa vụ của người lao động khi đi làm việc ở nước ngoài theo loại hình này:

+ Được Sở Lao động - Thương binh và Xã hội cung cấp thông tin về chính sách, pháp luật của Việt Nam về người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

+ Được cơ quan đại diện ngoại giao, lãnh sự Việt Nam ở nước ngoài bảo vệ quyền và lợi ích hợp pháp phù hợp với pháp luật Việt Nam, pháp luật của nước mà người lao động đến làm việc, pháp luật và thông lệ quốc tế trong thời gian làm việc ở nước ngoài; được tư vấn, hỗ trợ để thực hiện các quyền và hưởng các lợi ích quy định trong Hợp đồng cá nhân.

+ Hưởng các quyền lợi từ Quỹ hỗ trợ việc làm ngoài nước theo quy định của pháp luật.

+ Được chuyển về nước tiền lương, tiền công, thu nhập và tài sản khác của cá nhân theo quy định của pháp luật Việt Nam và pháp luật của nước tiếp nhận người lao động.

+ Được gia hạn Hợp đồng hoặc ký Hợp đồng lao động mới phù hợp với quy định pháp luật của nước mà người lao động đến làm việc.

+ Người lao động có nghĩa vụ:

- \* Đăng ký Hợp đồng cá nhân theo quy định.
- \* Tìm hiểu các quy định của pháp luật có liên quan.
- \* Tuân thủ pháp luật Việt Nam và pháp luật của nước mà người lao động đến làm việc.
- \* Thực hiện đúng Hợp đồng cá nhân và nội quy nơi làm việc.
- \* Chịu trách nhiệm về những thiệt hại do vi phạm hợp đồng đã ký theo quy định pháp luật của nước mà người lao động đến làm việc.
- \* Tham gia bảo hiểm xã hội theo quy định của pháp luật Việt Nam và các hình thức bảo hiểm theo quy định pháp luật của nước mà người lao động đến làm việc.
- \* Nộp thuế thu nhập theo quy định của pháp luật Việt Nam, pháp luật của nước mà người lao động đến làm việc.
- \* Đóng góp vào Quỹ hỗ trợ việc làm ngoài nước theo quy định của Luật này.
- \* Đăng ký công dân tại cơ quan đại diện ngoại giao, lãnh sự Việt Nam tại nước mà người lao động đến làm việc.

### **3. Quy định về các khoản phí đối với người lao động đi làm việc ở nước ngoài**

a. Tiền môi giới:

Tiền môi giới là khoản chi phí mà doanh nghiệp phải trả cho bên môi giới để ký kết và thực hiện hợp đồng cung ứng lao động. Người lao động có trách nhiệm hoàn trả cho doanh nghiệp một phần hoặc toàn bộ tiền môi giới theo quy định của Bộ Lao động-Thương binh và Xã hội.

Tiền môi giới không áp dụng đối với trường hợp người lao động đã hoàn thành hợp đồng ký với doanh nghiệp và được chủ sử dụng lao động gia hạn hoặc ký hợp đồng lao động mới.

Các doanh nghiệp không được thu tiền môi giới của người lao động đối với những thị trường, những hợp đồng mà bên đối tác nước ngoài không có yêu cầu về tiền môi giới.

Mức trần tiền môi giới cho các thị trường không vượt quá một tháng lương/người lao động cho một năm hợp đồng. Trường hợp do yêu cầu của thị trường đòi hỏi mức tiền môi giới cao hơn mức trần quy định thì doanh nghiệp báo cáo Bộ Lao động-Thương binh và Xã hội quyết định cụ thể mức tiền môi giới cho phù hợp sau khi trao đổi thống nhất với Bộ Tài chính;

*Lưu ý: Tiền lương (tính theo tháng) để làm căn cứ xác định mức tiền môi giới là tiền lương cơ bản theo hợp đồng, không bao gồm: tiền làm thêm giờ, tiền thưởng và các khoản trợ cấp khác. Riêng đối với sĩ quan, thuyền viên tàu vận tải biển, tiền lương theo hợp đồng (tính theo tháng) để làm căn cứ xác định mức tiền môi giới là tiền lương bao gồm tiền lương cơ bản và tiền lương phép.*

#### b. Tiền dịch vụ

Tiền dịch vụ là khoản chi phí mà người lao động phải trả cho doanh nghiệp để thực hiện hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

Tiền dịch vụ không áp dụng đối với trường hợp người lao động đã hoàn thành hợp đồng ký với doanh nghiệp (kể cả thời gian gia hạn theo hợp đồng) và được chủ sử dụng lao động gia hạn hoặc ký hợp đồng lao động mới.

Mức trần tiền dịch vụ: Người lao động nộp tiền dịch vụ cho doanh nghiệp không quá một tháng tiền lương (hoặc tiền trợ cấp tu nghiệp) theo hợp đồng cho một năm làm việc; riêng sỹ quan và thuyền viên làm việc trên tàu vận tải biển không quá một tháng rưỡi tiền lương theo hợp đồng cho một năm làm việc. Tổng mức tiền dịch vụ tối đa không quá ba tháng lương theo hợp đồng/người/hợp đồng.

#### c. Tiền ký quỹ

Người lao động thỏa thuận với doanh nghiệp dịch vụ về việc ký quỹ theo quy định để bảo đảm việc thực hiện Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

Người lao động trực tiếp hoặc thông qua doanh nghiệp dịch vụ nộp tiền ký quỹ vào tài khoản riêng được doanh nghiệp mở tại ngân hàng thương mại để giữ tiền ký quỹ của người lao động.

Tiền ký quỹ của người lao động được hoàn trả cả gốc và lãi cho người lao động khi thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

Trường hợp người lao động vi phạm Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài, tiền ký quỹ của người lao động được doanh nghiệp dịch vụ sử dụng để bù đắp thiệt hại phát sinh do lỗi của người lao động gây ra cho doanh nghiệp; khi sử dụng tiền ký quỹ để bù đắp thiệt hại, nếu tiền ký quỹ không đủ thì người lao động phải nộp bổ sung, nếu còn thừa thì phải trả lại cho người lao động.

- Doanh nghiệp dịch vụ chỉ được thu tiền dịch vụ, tiền môi giới và tiền ký quỹ của người lao động bằng tiền VNĐ sau khi ký Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài với người lao động và người lao động được phía nước ngoài chấp nhận vào làm việc hoặc cấp thị thực nhập cảnh (visa).

Khi thu các khoản phí môi giới, phí dịch vụ, doanh nghiệp phải cấp biên lai thu tiền cho người lao động. Đối với tiền ký quỹ, trường hợp người lao động nộp tiền ký quỹ thông qua doanh nghiệp, doanh nghiệp phải cấp biên lai thu tiền cho người lao động và chậm nhất là 15 ngày kể từ khi nhận tiền ký quỹ của người lao



động, doanh nghiệp phải nộp toàn bộ số thu tiền ký quỹ vào tài khoản mở tại ngân hàng.

#### **4. Quy định về việc đóng góp và sử dụng Quỹ Hỗ trợ việc làm ngoài nước**

##### **a. Đóng góp Quỹ**

- Người lao động đóng góp Quỹ mức 100.000 đồng/người/hợp đồng (kể cả thời gian gia hạn) và được cấp giấy chứng nhận tham gia Quỹ.

Giấy chứng nhận tham gia Quỹ là tài liệu xác nhận người lao động đứng tên được hưởng các quyền lợi theo quy định. Giấy chứng nhận có giá trị kể từ khi người lao động nộp tiền đóng góp đến khi hợp đồng lao động kết thúc, kể cả thời gian gia hạn hợp đồng.

- Người lao động đi làm việc ở nước ngoài thông qua doanh nghiệp dịch vụ, doanh nghiệp trúng thầu, nhận thầu, tổ chức sự nghiệp, tổ chức, cá nhân đầu tư ra nước ngoài (sau đây gọi chung là doanh nghiệp, tổ chức đưa đi) đóng góp Quỹ khi tham gia khoá học bồi dưỡng kiến thức cần thiết trước khi đi làm việc ở nước ngoài.

- Người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo Hợp đồng cá nhân đóng góp Quỹ khi đăng ký hợp đồng tại Sở Lao động – Thương binh và Xã hội.

##### **b. Nội dung mức hỗ trợ**

- Hỗ trợ đào tạo, bồi dưỡng nâng cao chất lượng nguồn lao động.

+ Quỹ cung cấp miễn phí giáo trình, tài liệu bồi dưỡng ngoại ngữ, kiến thức cần thiết cho người lao động thông qua doanh nghiệp, tổ chức đưa đi hoặc Sở Lao động – Thương binh và Xã hội (đối với hợp đồng cá nhân).

+ Người lao động là con thương binh, liệt sĩ và người có công hưởng chế độ chính sách ưu đãi, người lao động thuộc diện hộ nghèo, người lao động là người dân tộc thiểu số đi làm việc ở nước ngoài được Quỹ Hỗ trợ học phí bồi dưỡng tay nghề, ngoại ngữ, kiến thức cần thiết cho người lao động. Mức hỗ trợ bằng 50% mức học phí phải nộp theo quy định nhưng tối đa không quá 1.500.000 đồng/người lao động.

+ Người lao động tham gia các khoá học theo đề án thí điểm đưa lao động đi làm việc tại thị trường đòi hỏi cao về tay nghề ngoại ngữ được Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội chấp thuận cho thực hiện được hỗ trợ bồi dưỡng nâng cao tay nghề, ngoại ngữ. Mức hỗ trợ bằng 20% mức học phí phải nộp theo quy định nhưng tối đa không quá 2.000.000 đồng/người lao động.

- Hỗ trợ giải quyết rủi ro cho người lao động.

+ Hỗ trợ cho thân nhân người lao động bị chết trong thời gian làm việc ở nước ngoài. Thân nhân phải là người lao động uỷ quyền trong hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài. Mức hỗ trợ: 10.000.000 đồng /trường hợp.

+ Hỗ trợ cho người lao động bị tai nạn lao động, tai nạn rủi ro, ốm đau, bệnh tật không đủ sức khoẻ để tiếp tục làm việc và phải về nước trước thời hạn. Hỗ trợ này không áp dụng đối với người lao động ra ngoài hợp đồng hoặc phải về nước ngay sau khi sang đến nước làm việc do sai sót khám sức khỏe trong nước. Mức hỗ trợ tối đa 5.000.000 đồng/trường hợp đối với người lao động đã làm việc ở nước ngoài bằng hoặc ít hơn 50% thời hạn hợp đồng và tối đa 3.000.000 đồng/trường hợp đối với người lao động đã làm việc ở nước ngoài trên 50% thời hạn hợp đồng.

+ Hỗ trợ cho người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo hợp đồng trong một số trường hợp rủi ro khác quan khác. Bộ trưởng Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội quyết định mức hỗ trợ tối đa 5.000.000 đồng/trường hợp trên cơ sở đề nghị của Hội đồng quản lý Quỹ.

### **5. Hành vi vi phạm của người lao động đi làm việc ở nước ngoài và một số đối tượng liên quan khác và hình thức xử phạt**

- Phạt cảnh cáo hoặc phạt tiền từ 500.000 đồng đến 1.000.000 đồng đối với hành vi không đăng ký hợp đồng cá nhân tại cơ quan nhà nước có thẩm quyền theo quy định.

- Phạt cảnh cáo hoặc phạt tiền từ 1.000.000 đồng đến 3.000.000 đồng đối với một trong các hành vi sau:

+ Ở lại nước ngoài trái phép sau khi hết hạn Hợp đồng lao động;

+ Bỏ trốn khỏi nơi đang làm việc theo hợp đồng.

- Phạt tiền từ 3.000.000 đồng đến 5.000.000 đồng đối với một trong các hành vi sau:

+ Sau khi nhập cảnh nước tiếp nhận lao động không đến nơi làm việc theo hợp đồng;

+ Lôi kéo, dụ dỗ, ép buộc, lừa gạt người lao động Việt Nam ở lại nước ngoài trái quy định của pháp luật nhưng chưa đến mức truy cứu trách nhiệm hình sự.

- Hình thức xử phạt bổ sung: buộc về nước đối với hành vi ở lại nước ngoài trái phép; bỏ trốn khỏi nơi làm việc theo hợp đồng; sau khi nhập cảnh mà không đến nơi làm việc theo hợp đồng; lôi kéo, dụ dỗ, ép buộc, lừa gạt người lao động Việt Nam ở lại nước ngoài trái quy định;

- Biện pháp khắc phục hậu quả:

+ Buộc bồi thường thiệt hại và chịu mọi chi phí phát sinh đối với hành vi ở lại nước ngoài trái phép; bỏ trốn khỏi nơi làm việc theo hợp đồng; sau khi nhập

cảnh mà không đến nơi làm việc theo hợp đồng; lôi kéo, dụ dỗ, ép buộc, lừa gạt người lao động Việt Nam ở lại nước ngoài trái quy định;

+ Cấm đi làm việc ở nước ngoài trong thời hạn hai (02) năm đối với hành vi ở lại nước ngoài trái phép; bỏ trốn khỏi nơi làm việc theo hợp đồng;

+ Cấm đi làm việc ở nước ngoài trong thời hạn năm (05) năm đối với hành vi sau khi nhập cảnh mà không đến nơi làm việc theo hợp đồng; lôi kéo, dụ dỗ, ép buộc, lừa gạt người lao động Việt Nam ở lại nước ngoài trái quy định.

### III. QUY ĐỊNH TRÁCH NHIỆM CỦA DOANH NGHIỆP TRONG TUYỂN CHỌN, ĐÀO TẠO VÀ ĐƯA NGƯỜI LAO ĐỘNG VIỆT NAM ĐI LÀM VIỆC Ở NƯỚC NGOÀI

#### 1. Cách thức tuyển chọn lao động của doanh nghiệp

##### a. Tuyển chọn trực tiếp tại doanh nghiệp

Người lao động theo thông tin trên các phương tiện truyền thông hoặc thông qua giới thiệu của bạn bè, người thân và các cơ quan đoàn thể, tổ chức xã hội... trực tiếp đến doanh nghiệp hoặc chi nhánh doanh nghiệp đăng ký và dự tuyển đi làm việc tại nước ngoài. Khi tổ chức tuyển chọn lao động, doanh nghiệp dịch vụ và chi nhánh doanh nghiệp dịch vụ được giao nhiệm vụ đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài phải niêm yết công khai tại trụ sở chính các nội dung: số lượng người lao động cần tuyển, giới tính, độ tuổi, công việc mà người lao động sẽ đảm nhận, nơi làm việc, thời hạn hợp đồng, điều kiện về sức khỏe, tay nghề, ngoại ngữ, các khoản chi phí người lao động phải đóng góp để đi làm việc ở nước ngoài, các quyền và nghĩa vụ cơ bản của người lao động khi làm việc ở nước ngoài

##### b. Tuyển chọn tại địa phương

Trong trường hợp tuyển lao động tại địa phương, doanh nghiệp phải trực tiếp cử cán bộ có thẩm quyền của doanh nghiệp để phối hợp với địa phương tổ chức tuyển chọn lao động, tuyệt đối không được thông qua các cá nhân, tổ chức trung gian không có chức năng để tuyển chọn người lao động.

##### c. Cam kết về tuyển chọn lao động

Doanh nghiệp phải cam kết với người lao động về thời gian chờ xuất cảnh sau khi người lao động trúng tuyển.

Trong thời gian đã cam kết, nếu người lao động không có nhu cầu đi làm việc ở nước ngoài nữa thì doanh nghiệp phải trả lại hồ sơ cho người lao động và người lao động phải chịu các khoản chi phí mà doanh nghiệp đã chi (nếu có) để làm thủ tục (chi phí làm hồ sơ, khám sức khỏe, học phí bồi dưỡng kiến thức cần thiết, chi phí tài liệu học tập, ăn ở trong thời gian đào tạo, chi phí làm thủ tục nhập cảnh). Nếu quá thời gian đã cam kết mà doanh nghiệp vẫn chưa đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài thì phải thông báo rõ lý do cho người lao động.

Trường hợp người lao động không có nhu cầu đi làm việc ở nước ngoài nữa thì trong thời hạn mười lăm ngày kể từ ngày người lao động thông báo không có nhu cầu đi làm việc ở nước ngoài, doanh nghiệp dịch vụ phải hoàn trả lại cho người lao động hồ sơ, các khoản chi phí mà người lao động đã nộp cho doanh nghiệp, chi phí làm hồ sơ, học phí bồi dưỡng kiến thức cần thiết, chi phí làm thủ tục nhập cảnh (visa), vé máy bay, tiền dịch vụ, tiền môi giới và làm thủ tục hoàn trả tiền ký quỹ cho người lao động.

*Lưu ý: Khi tuyển chọn người lao động, doanh nghiệp không được thu phí tuyển chọn của người lao động.*

## **2. Dạy nghề, ngoại ngữ và bồi dưỡng kiến thức cần thiết cho người lao động đi làm việc ở nước ngoài**

Dạy nghề, ngoại ngữ cho người lao động những năm gần đây đã được xã hội hóa và người lao động đi làm việc ở nước ngoài có trách nhiệm chủ động học nghề, ngoại ngữ, tìm hiểu pháp luật có liên quan và tham gia các khóa bồi dưỡng kiến thức cần thiết do doanh nghiệp tổ chức.

Tuy nhiên, để đảm bảo người lao động có kỹ năng đáp ứng yêu cầu công việc và khả năng giao tiếp tối thiểu trong quá trình lao động sản xuất và hòa nhập với cuộc sống của nước tiếp nhận, doanh nghiệp có trách nhiệm tổ chức hoặc liên kết với cơ sở dạy nghề, cơ sở đào tạo để đào tạo, bồi dưỡng kỹ năng nghề, ngoại ngữ cho người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

Doanh nghiệp phải có trách nhiệm tổ chức bồi dưỡng kiến thức cần thiết, kiểm tra và cấp chứng chỉ cho người lao động trước khi đi làm việc ở nước ngoài. Pháp luật quy định doanh nghiệp phải có bộ máy chuyên trách đảm bảo thực hiện đào tạo và có cơ sở vật chất bao gồm phòng học, thiết bị đồ dùng giảng dạy, nơi ăn, ở nội trú đáp ứng được yêu cầu đào tạo tập trung tối thiểu từ 100 lao động trở lên.

Nội dung chương trình đào tạo bồi dưỡng kiến thức phải bao gồm:

- Truyền thống, bản sắc văn hoá của dân tộc.
- Những nội dung cơ bản liên quan về pháp luật lao động, hình sự, dân sự, hành chính của Việt Nam và của nước tiếp nhận người lao động.
- Nội dung hợp đồng ký giữa doanh nghiệp, tổ chức sự nghiệp, tổ chức, cá nhân đầu tư ra nước ngoài với người lao động.
- Kỹ luật lao động, an toàn và vệ sinh lao động.
- Phong tục tập quán, văn hoá của nước tiếp nhận người lao động.
- Cách thức ứng xử trong lao động và đời sống.
- Sử dụng các phương tiện giao thông đi lại, mua bán, sử dụng các dụng cụ, thiết bị phục vụ sinh hoạt đời sống hằng ngày.

- Những vấn đề cần chủ động phòng ngừa trong thời gian sống và làm việc ở nước ngoài.

### **3. Ký hợp đồng và hoàn thành các thủ tục cho người lao động xuất cảnh**

- Giới thiệu về các loại hợp đồng liên quan tới người lao động đi làm việc ở nước ngoài:

+ Hợp đồng cung ứng lao động: Là sự thoả thuận bằng văn bản giữa doanh nghiệp, tổ chức sự nghiệp của Việt Nam với bên nước ngoài về điều kiện, nghĩa vụ của các bên trong việc cung ứng và tiếp nhận người lao động Việt Nam đi làm việc ở nước ngoài.

+ Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài: Là sự thoả thuận bằng văn bản giữa doanh nghiệp, tổ chức sự nghiệp với người lao động về quyền, nghĩa vụ của các bên trong việc đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

Doanh nghiệp dịch vụ ký hợp đồng với người lao động ít nhất năm ngày trước khi người lao động xuất cảnh và chịu trách nhiệm quản lý hồ sơ của người lao động. Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài phải có các nội dung cụ thể, phù hợp với nội dung của Hợp đồng cung ứng lao động. Các thoả thuận về tiền môi giới, tiền dịch vụ, tiền ký quỹ của người lao động phải được ghi trong Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài, phù hợp với quy định của pháp luật.

+ Hợp đồng lao động: Là sự thoả thuận bằng văn bản giữa người lao động và người sử dụng lao động về quyền và nghĩa vụ của các bên trong quan hệ lao động.

Sau khi người lao động nhập cảnh, chủ sử dụng và người lao động sẽ ký thoả thuận liên quan tới quyền, nghĩa vụ của các bên và các điều kiện về công việc cũng như chế độ đãi ngộ đối với người lao động trong suốt thời gian người lao động làm việc. Thoả thuận này được gọi là Hợp đồng lao động.

Lưu ý: Nội dung liên quan tới quyền lợi, nghĩa vụ, trách nhiệm và các điều kiện làm việc, ăn ở...đối với người lao động đi làm việc ở nước ngoài tại 3 bản hợp đồng phải luôn thống nhất không có sự khác biệt. Trong đó, các điều kiện trong hợp đồng cung ứng lao động sẽ là điều kiện gốc ban đầu, làm căn cứ để các bên liên quan ký hợp đồng với người lao động. Đồng thời, cơ quan quản lý nhà nước khi tiến hành thẩm định sẽ căn cứ vào bản hợp đồng này để xem xét tính hợp pháp của các điều kiện trong hợp đồng và từ đó có cho phép hay không việc thực hiện hợp đồng.

+ Hợp đồng cá nhân: Là sự thoả thuận trực tiếp bằng văn bản giữa người lao động với bên nước ngoài về việc người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

### **4. Quản lý, bảo vệ quyền và lợi ích hợp pháp của người lao động**

a. Doanh nghiệp dịch vụ có trách nhiệm cử cán bộ quản lý tại các nước, khu vực doanh nghiệp đưa nhiều người lao động sang làm việc hoặc tại những thị trường lao động đặc thù theo quy định của Cục Quản lý lao động ngoài nước.

b. Doanh nghiệp dịch vụ có trách nhiệm quản lý hồ sơ người lao động, theo dõi, giám sát việc thực hiện Hợp đồng lao động giữa người lao động và người sử dụng lao động, giải quyết kịp thời các phát sinh vượt quá khả năng tự giải quyết của người lao động hoặc khi người lao động yêu cầu trợ giúp.

c. Khi có phát sinh liên quan tới quyền và lợi ích hợp pháp của người lao động, doanh nghiệp phải cử cán bộ có thẩm quyền phối hợp với phía tiếp nhận giải quyết kịp thời theo quy định của pháp luật nước sở tại. Đồng thời, báo cáo Cục Quản lý lao động ngoài nước, cơ quan đại diện ngoại giao của Việt Nam tại nước sở tại để được hỗ trợ giải quyết. Trong thực tế những năm qua, cùng với việc gia tăng số lượng người lao động Việt Nam đi làm việc ở nước ngoài, số lượng các vụ việc phát sinh liên quan tới người lao động đã tăng đáng kể. Bên cạnh những vụ việc tranh chấp quyền lợi theo hợp đồng, hiện tượng người lao động vi phạm luật pháp nước sở tại như: trộm cắp, đánh nhau, nấu và uống rượu (ở các nước theo đạo Hồi), đình công bất hợp pháp...cũng ngày một tăng. Tính chất của vụ việc cũng ngày càng trở nên nghiêm trọng và phức tạp. Nếu như trước kia các vụ việc phát sinh thường là đơn lẻ, số lượng người tham gia ít thì thời gian gần đây, đã có những vụ việc với số lượng lớn (vụ lao động bảo vệ tại UAE đánh nhau tập thể, lao động Việt Nam đánh nhau với lao động Băng-la-đét, Ấn Độ tại Malaysia). Ở Trung Đông và Malaysia đã xuất hiện các băng nhóm cướp người Việt Nam. Đặc biệt, các vụ việc phát sinh không chỉ dừng ở mức hình sự mà đã xuất hiện thêm các yếu tố chính trị. Các tổ chức phản động lợi dụng vấn đề nhân quyền đã tiếp cận với người lao động để kích động chống phá nhà nước ta. Chính vì vậy, công tác quản lý người lao động ở nước ngoài là công việc hết sức quan trọng mà vai trò, trách nhiệm trực tiếp chính là doanh nghiệp đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài.

d. Nhận thức về tầm quan trọng đó, pháp luật Việt Nam nghiêm cấm đối với các hành vi doanh nghiệp không tổ chức, quản lý bảo vệ quyền và lợi ích hợp pháp của người lao động, không kịp thời giải quyết phát sinh khi người lao động bị chết, tai nạn lao động, tai nạn rủi ro, bị bệnh nghề nghiệp, bị xâm hại tính mạng sức khỏe, danh dự, nhân phẩm, tài sản và các tranh chấp liên quan tới người lao động gây phương hại đến quyền và lợi ích hợp pháp của người lao động.

## **5. Thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài**

Doanh nghiệp có trách nhiệm thanh lý hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo các quy định sau:

a. Việc thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài ký giữa doanh nghiệp dịch vụ với người lao động phải được lập thành văn bản.

b. Văn bản thanh lý hợp đồng phải có các nội dung: lý do chấm dứt hợp đồng, việc thực hiện nghĩa vụ của các bên, các khoản thanh toán giữa doanh nghiệp dịch vụ và người lao động, các nội dung khác mà hai bên đã thỏa thuận.

c. Trường hợp doanh nghiệp dịch vụ đơn phương thanh lý hợp đồng thì biên bản thanh lý hợp đồng phải có các nội dung: lý do đơn phương thanh lý hợp đồng, việc thực hiện nghĩa vụ của các bên, các khoản thanh toán giữa doanh nghiệp dịch vụ và người lao động, các nội dung về bồi thường thiệt hại (nếu có) kèm theo chứng từ chứng minh nội dung thiệt hại. Doanh nghiệp đơn phương thanh lý hợp đồng thường xảy ra trong các trường hợp người lao động phá bỏ hợp đồng, bỏ trốn khỏi nơi làm việc hoặc nơi thực tập, ra ngoài cư trú bất hợp pháp.

*Lưu ý: Doanh nghiệp chỉ được phép Đơn phương thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài sau khi doanh nghiệp đã ba lần thông báo bằng thư bảo đảm trong thời gian một trăm tám mươi ngày, kể từ ngày người lao động chấm dứt Hợp đồng lao động, mà người lao động hoặc người được uỷ quyền hợp pháp của người lao động không đến thanh lý hợp đồng.*

d. Doanh nghiệp phải hoàn trả tiền ký quỹ của người lao động (bao gồm cả tiền gốc và tiền lãi) khi thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo quy định của pháp luật.

đ. Doanh nghiệp phải thanh lý Hợp đồng bảo lãnh (nếu có) khi thanh lý Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo quy định của pháp luật.

**BÀI THỨ BA**  
**KỶ LUẬT, AN TOÀN, VỆ SINH LAO ĐỘNG**

**(lý thuyết 8 tiết, thực hành 8 tiết)**

- 1. Mục đích, ý nghĩa của việc tuân thủ kỷ luật, an toàn, vệ sinh lao động**
- 2. Các quy tắc chung về an toàn, vệ sinh lao động**
- 3. Trang thiết bị bảo hộ lao động**
- 4. Các dạng tai nạn lao động tại nơi làm việc, các loại bệnh nghề nghiệp và cách phòng tránh**
- 5. Những lỗi vi phạm thường mắc phải của người lao động Việt Nam trong việc tuân thủ kỷ luật, an toàn, vệ sinh lao động và cách phòng tránh**
- 6. Hướng dẫn thực hiện quy định vệ sinh an toàn lao động cho người lao động đi làm việc ở nước ngoài theo ngành nghề.**

*(Doanh nghiệp biên soạn tài liệu và tổ chức giảng dạy theo từng ngành nghề cho người lao động đi làm việc ở nước ngoài bao gồm cả thực hành.*



**BÀI THỨ TƯ**  
**NHỮNG VẤN ĐỀ CẦN CHỦ ĐỘNG PHÒNG NGỪA TRONG THỜI GIAN SỐNG**  
**VÀ LÀM VIỆC Ở NƯỚC NGOÀI**  
**(6 tiết)**

**I. PHÒNG CHỐNG NHỮNG THỦ ĐOẠN LỪA ĐẢO, TRỘM CƯỚP, BẠO LỰC,**  
**CÁC THỦ ĐOẠN LÔI KÉO**

**1. Phòng chống những thủ đoạn lừa đảo, trộm cướp, bạo lực**

Nơi người lao động đến làm việc đều có các đồn cảnh sát đảm bảo an ninh công cộng. Ban đêm đi xa một mình không nên mang tiền hoặc trang sức quý theo người. Nếu phát hiện có kẻ ăn trộm đồ đạc của mình, phải giữ nguyên hiện trường và kịp thời báo cảnh sát theo số điện thoại quy định.

Cho người khác vay hay giữ tiền hoặc đồ quý, nhớ viết giấy cam kết có xác nhận của cả hai bên. Phải trình báo với cảnh sát và yêu cầu cảnh sát giúp đỡ, nếu bị thất thoát.

Bị người khác hành hung, phải giữ lại bằng chứng đến bệnh viện khám để lấy chứng nhận thương tích hay chữa trị, nếu biết được lai lịch kẻ gây án thì cần khai báo với cảnh sát.

**2. Phòng tránh thủ đoạn lôi kéo người lao động phá bỏ hợp đồng, ra ngoài sống bất hợp pháp**

Trong thời gian làm việc ở nước ngoài, người lao động phải hết sức cảnh giác trước sự lôi kéo bỏ trốn của những kẻ xấu nhằm dụ dỗ bạn phá bỏ hợp đồng bỏ ra ngoài sống bất hợp pháp. Khi đã trở thành người sống bất hợp pháp, bạn sẽ bị chính những kẻ đó lợi dụng vào những việc làm ăn phi pháp, thậm chí có thể trở thành nạn nhân của nạn buôn người.

Lao động nước ngoài làm việc phi pháp sẽ mất hết quyền lợi về bảo hiểm y tế và bảo hiểm lao động, không được hưởng các khoản tiền trợ cấp tai nạn lao động, ốm đau, nếu phải nằm viện thì bảo hiểm y tế và bảo hiểm lao động sẽ không chi trả. Nếu chủ thuê không trả lương hoặc chiếm đoạt lương bạn cũng không thể tố cáo. Hơn nữa nếu bạn bị phát hiện làm việc phi pháp bạn sẽ bị bắt buộc xuất cảnh và không được ra nước ngoài làm việc nữa.

**3. Phòng tránh thủ đoạn lôi kéo tham gia vào các tổ chức chống phá Nhà nước Việt Nam**

Khi người lao động ra nước ngoài làm việc, thường có những tổ chức phản động núp trên danh nghĩa bảo vệ quyền lợi của người lao động nhưng thực chất là lợi dụng những mối quan hệ lao động đã dạn nứt để bôi nhọ, chống phá nhà nước

Việt Nam, những tổ chức này thường được thành lập tại nước sở tại trên danh nghĩa tổ chức phi chính phủ và được chính quyền nước đó cho hoạt động hợp pháp. Mặc dù những tổ chức này đứng về phía người lao động để bảo vệ quyền lợi cho người lao động, đấu tranh với chủ sử dụng để đòi hỏi quyền lợi hợp pháp cho người lao động, nhưng sau khi đòi được những quyền lợi nhất định (kiện cáo, đền tiền...) thì tổ chức này lại yêu cầu người lao động chi trả một khoản tiền không nhỏ dưới hình thức: quyền góp, làm từ thiện..., đồng thời lợi dụng sự kém hiểu biết của người lao động để tuyên truyền chống phá nhà nước ta.

Khi người lao động ở nước ngoài gặp phải khó khăn trong công việc, nên tìm đến những cơ quan nhà nước sở tại để yêu cầu hỗ trợ giải quyết, không nên thông qua những tổ chức phản động.

## II. PHÒNG TRÁNH TAI NẠN, THIÊN TAI, TỆ NẠN XÃ HỘI VÀ CÁC BỆNH TRUYỀN NHIỄM

### 1. Đề phòng tai nạn do điện

#### a. Phòng tránh tai nạn điện

- Không để tay có dính nước, chất lỏng, tay cầm vật dụng bằng kim loại và chân tiếp xúc với nền nhà khi cầm ổ điện (kim loại, nước, chất lỏng và cơ thể con người có khả năng dẫn điện tốt), dễ bị điện giật.

- Phải dùng bút thử điện để kiểm tra điện.

- Không phơi trên dây điện, không để hở các đầu đoạn dây điện, phải bọc bằng dính hay nilon. Không để ổ, phích cắm điện trong tầm tay trẻ em, người già.

- Không để các đồ vật dễ cháy như: ga, xăng, dầu, nhựa, giấy, bông, vải sợi,... gần nơi có ổ phích cắm điện, dễ bị bắt lửa do chập điện.

#### b. Cách xử lý điện giật

Khi bị điện giật, các cơ của cơ thể bị co giật mạnh, làm người bắn ra; nếu đang ở trên cao sẽ bị rơi xuống gây chấn thương. Có khi người bị điện giật bị dính vào dây điện; trường hợp này nên cẩn thận vì nạn nhân sẽ bị rơi xuống đất khi cắt điện. Khi bị điện giật, người sẽ bị bỏng và nguy hiểm nhất là ngừng thở, ngừng tim rồi chết.

Khi phát hiện người bị điện giật, cần nhanh chóng tách họ ra khỏi dòng điện bằng cách cắt cầu dao điện. Có thể dùng bất cứ một vật dụng gì khô nhưng không phải bằng kim loại để đẩy, tách nạn nhân ra khỏi dòng điện. Không được dùng tay không mà nên mang găng tay cao su hay quần bao nylon, vải khô, đi guốc dép khô hay đứng đứng trên một tấm ván khô, dùng gậy gỗ khô để gạt dây điện ra. Người ứng cứu cần cẩn thận vì rất dễ bị điện giật khi cứu nạn nhân do cầm, sờ trực tiếp vào nạn nhân mà quên cắt điện.

Sau khi tách được người bị điện giật ra khỏi dòng điện, phải hà hơi thổi ngạt và bóp tim ngoài lồng ngực kịp thời. Cứ thổi một lần thì bóp tim 4 lần. Thủ thuật bóp tim ngoài lồng ngực được thực hiện bằng cách dùng 2 bàn tay chồng lên nhau đặt vào vị trí 1/3 dưới xương ức rồi ấn mạnh lồng ngực. Cứ kiên trì, tiếp tục làm như vậy cho đến khi nạn nhân tỉnh, thở trở lại.

2  
.  
**Phòng  
tránh  
và xử  
lý khi  
xảy ra  
hoả  
hoạn**

a  
.  
Các  
quy tắc  
phòng  
tránh  
hoả  
hoạn

-  
Sau khi  
sử dụng  
các  
dụng cụ  
điện,



nhất thiết phải rút các phích cắm ra, trước khi ra khỏi nhà hoặc đi ngủ phải kiểm tra cẩn thận các vật dụng điện, vật dễ cháy và bếp ga... Không cho trẻ em lại gần lửa, nghịch lửa.

- Tại nơi làm việc tuyệt đối không được hút thuốc. Các vật dễ cháy như xăng, dầu, còn phải được để ở nơi quy định.

#### b. Cách xử lý khi hoả hoạn

- Khi phát hiện có hoả hoạn phải kêu to để báo cho mọi người xung quanh biết. Bình tĩnh bấm chuông báo động hoặc gọi điện thoại cứu hỏa 119 báo địa điểm, hiện trạng cháy. Nếu cửa bị khoá trong nhà, người lao động phải kêu to và cầm một vật gì đó vẩy để báo cho mọi người biết mình đang ở bên trong.

- Sử dụng bình cứu hoả để ngăn không cho ngọn lửa lan ra xung quanh, tắt cầu dao để ngắt mạng điện.

- Bình tĩnh xem xét tình huống để có hành động xử lý phù hợp và kịp thời. Không được mở cửa sổ, cửa chính khi đang có đám cháy to

- Không được chạy vào đám cháy để cứu đồ đạc quý khi đám cháy đã to.

- Nếu bị bỏng nhẹ, phải nhanh chóng dùng nước lạnh xả rửa, sau đó chườm hoặc ngâm bằng nước lạnh khoảng 30 phút, từ từ cởi bỏ quần áo khi đang xả nước lạnh, nhớ không được làm vỡ nốt phỏng rộp, sau đó dùng gạc, vải xô hoặc khăn mặt sạch phủ lên vết thương rồi nhanh chóng đưa đi bệnh viện.

#### c. Phòng chống và xử lý khi bị bỏng do nước sôi, ga, xăng, dầu, mỡ, hoá chất...

- Cẩn thận khi rót, đặt, bê, vác đồ vật có nước sôi, dầu mỡ, hoá chất... Không để gần người già, trẻ em.

- Không bật lửa hay hút thuốc lá, đốt vàng mã gần nơi để xăng, dầu (tô...)

- Trong nhà có hơi ga (do hở van, hay dò rỉ đường dẫn ga), phải mở cửa để thông gió, không bật lửa, dễ gây cháy nổ.

- Cẩn thận bật, tắt bếp ga, hệ thống dẫn ga, vì dễ gây cháy nổ do hơi ga bị rò rỉ tạo áp suất cao.

#### \* Cách xử lý bị bỏng

- Nếu bị bỏng (nước, mỡ, dầu nóng) phải kịp thời lấy nước lạnh làm mát, sạch vết thương, không tự bôi các loại thuốc, phủ kín vết thương bằng vải mỏng rồi đi đến cơ sở y tế.

- Nếu bị bỏng (a xít, hoá chất khác), Nhanh chóng cởi bỏ quần áo dính axit cho nạn nhân rồi ngâm vùng bị bỏng vào nước hoặc dùng nước dội vào vùng bị bỏng để làm loãng nồng độ axit. Thời gian ngâm hay dội nước ít nhất khoảng 20 - 30 phút.

Nếu axit bắn vào mắt thì cúi úp mắt xuống nước rồi chớp mắt nhiều lần để rửa axit khỏi mắt.

- Nếu bị bỏng (phồng) nhẹ, phải lập tức xả rửa bằng nước lạnh, sau đó chườm nước lạnh hoặc ngâm nước lạnh nên nhớ không được làm vỡ nốt phỏng (bề mặt nước) trên vết thương. Nếu bị bỏng nặng, phải xử lý theo các bước sau:

(Xả → Cởi → Ngâm → Phủ → Đưa) để hạn chế mức bị tổn thương .

**Xả:** Nhanh chóng xả rửa dưới vòi nước máy, hoặc ngâm ngay vùng bị bỏng vào nước lạnh, để nhanh chóng giúp dịu đi độ nhiệt trên mặt biểu bì.

**Cởi:** Sau khi đã được hoàn toàn làm ướt, từ từ cởi bỏ áo quần, khi cần thiết thì lấy kéo cắt bỏ quần áo đang mặc, nhưng tạm thời giữ lại phần bị dính. Không được làm vỡ nốt phỏng trên vết thương.

**Ngâm:** Liên tục ngâm 20- 30 phút trong nước lạnh khoảng 15-20°C (tuyệt đối không được dùng nước quá lạnh hoặc chườm đá) để giúp dịu đi mức đau và ổn định tâm trạng của người bị bỏng. Nhưng khi mặt diện tích bị bỏng quá rộng, hoặc là tuổi còn nhỏ, thì không cần ngâm nước lạnh quá lâu, để nhiệt độ cơ thể không bị sụt giảm quá mức bình thường, hoặc không được điều trị trong thời gian sớm nhất.

**Phủ:** Dùng tấm ga trải giường hoặc khăn vải, vải gạc sạch sẽ phủ lên trên vết thương. Không nên tùy tiện sử dụng thuốc bôi ngoài da hoặc những bài thuốc theo kinh nghiệm dân gian, sử dụng những thuốc này không những không có tác dụng giúp hồi phục vết thương bị bỏng, vết thương bị bỏng còn dễ bị nhiễm trùng và ảnh hưởng đến sự chẩn đoán của nhân viên y tế và cách xử lý khẩn cấp.

**Đưa:** Ngoài là vết thương bị bỏng rất là nhẹ có thể tự xử lý, tốt nhất là phải đưa đi khám chữa tại cơ sở y tế gần nhất. Khi là bị bỏng trên diện rộng, thì tốt nhất là chuyển đến bệnh viện có trang bị trung tâm điều trị bỏng.

#### **\* Tai nạn do chảy máu**

- Cơ thể con người bị mất máu, sẽ gây hoa mắt, chóng mặt hoặc tử vong.

- Cần thận khi sử dụng vật kim loại (sắc, nhọn) thủy tinh (dễ vỡ), không để gần tầm tay người già, trẻ em

#### **\* Cách xử lý khi chảy máu:**

- Rửa sạch vết thương bằng nước muối nhạt, bôi thuốc sát trùng rồi băng các vết thương.

- Nếu vết thương gây chảy nhiều máu, phải dùng dây (cao su, vải,...) buộc chặt động mạch chủ nơi vết thương, bịt chặt mặt vết thương bằng khăn sạch, kịp thời đến cơ sở y tế.

- Không để vết thương bị nhiễm trùng, vì sẽ dẫn đến bị nhiễm trùng máu, dễ gây tử vong.

### **3. Phòng tránh tai nạn giao thông và biện pháp xử lý khi bị tai nạn**

#### **a. Phòng tránh tai nạn**

- Phải tuân thủ các quy định về an toàn giao thông, không đi bộ dưới lòng đường, không tự ý băng qua đường, phải theo tín hiệu đèn xanh đèn đỏ hoặc đi bộ dưới đường hầm để qua đường. Trên đường cao tốc không được đi tắt qua đường bằng cách chạy, trèo qua dải phân cách, rất nguy hiểm.

#### **b. Xử lý khi gặp tai nạn**

- Khi bị tai nạn giao thông trước hết phải ghi nhớ các thông tin về người gây tai nạn, tên, địa chỉ, số điện thoại, số xe để cung cấp cho các cơ quan chức năng đến giải quyết ...

- Trong trường hợp không biết gì về người gây tai nạn, cần phải báo ngay cảnh sát để xác định sự việc và địa điểm xảy ra .

- Nếu bị thương do tai nạn giao thông thì phải đến bệnh viện làm giấy khám bằng tên của chính mình. Đồng thời, nếu bản thân là người bị hại thì phải yêu cầu Công ty bảo hiểm hoặc người gây tai nạn xác nhận hứa hẹn chi trả tiền viện phí.

- Hoá đơn về chi phí tiền khám chữa phải bảo quản cẩn thận.

### **4. Cách xử lý trong trường hợp xảy ra thảm họa thiên tai**

Bão lụt, động đất, sóng thần là những thiên tai thường xảy ra bất ngờ khó lường trước được và gây tổn thất rất nặng nề về người và của, tuy nhiên nếu có ý thức phòng tránh tốt sẽ giảm bớt những thiệt hại đáng tiếc xảy ra, người lao động phải có ý thức bảo vệ mình, biết cách chuẩn bị và tiên liệu mọi việc để thích ứng và chủ động trong mọi tình huống không được chủ quan khi có thiên tai xảy ra.

a. Nếu có bão lụt xảy ra người lao động không nên đi ra ngoài, tránh trường hợp mưa to gió lớn, cây cối gãy đổ gây tai nạn, thường xuyên theo dõi dự báo thời tiết để chuẩn bị cho việc phòng chống được chu đáo, chuẩn bị dự trữ lương thực, nước sạch, diêm, nến để phòng mất điện.

b. Nếu động đất bắt đầu xảy ra người lao động cần:

- Giữ bình tĩnh;

- Ngay lập tức ngắt cầu dao điện, tắt bếp ga và khoá van tự động bếp ga;

- Nhớ trong đầu nguyên tắc: “núp - che - giữ”, ví dụ: núp dưới một cái bàn hay một vật chắc chắn để che chở bản thân, bảo vệ đôi mắt bằng cách úp mặt vào cánh tay và cứ giữ như thế cho đến khi an toàn;

- Nếu đang ở trong nhà hãy cứ ở nguyên đó nấp xuống gầm bàn hoặc chạy vào những chỗ chắc chắn như gầm cầu thang, gầm cửa ra vào và lấy những vật mềm che chắn lên đầu hoặc chui xuống một cái bàn, dùng tay và lưng hơi nâng nó lên để kéo rê tới sát góc tường hoặc cửa ra vào;

- Không được ở trong nhà bếp vì đó là nơi nguy hiểm khi có động đất, không sử dụng diêm, bật lửa, thiết bị gas, điện hoặc bất kỳ trang thiết bị nào cho đến khi biết chắc chắn không có sự rò rỉ khí đốt;

- Nếu đang ở ngoài đường hãy tránh xa các cao ốc, đường dây điện cao thế, trụ điện, ống khói, bảng quảng cáo các cây to, dưới hoặc trên cầu. ở nơi đông người, không nên xô đẩy nhau để chạy, tránh giẫm đạp lên nhau. Nếu đang lái xe phải lái vào bãi đất trống và đỗ xe lại.

**\* Sau khi động đất người lao động cần chú ý:**

- Nếu đang ở trong nhà, hãy mở cửa sổ hoặc cửa ra vào để có lối thoát hiểm, rời khỏi nhà ngay vì có thể còn những dư chấn, đừng chạy ra ngoài bằng chân không, hãy bảo vệ đầu, khi có khói dùng khăn ướt che mũi và cúi thấp người để chạy ra. Ở các toà nhà cao tầng phải thoát hiểm bằng cầu thang bộ, tuyệt đối không được sử dụng cầu thang máy vì khi đó dễ mất điện không thoát ra ngoài được;

- Gửi đồ đạc quý giá vào ngân hàng và xác định trước nơi sơ tán; chuẩn bị nước uống, thực phẩm 2- 3 ngày, băng cứu thương, đèn pin, radio, hãy nghe thông tin thường xuyên;

- Cần thận khi mở cửa nhà kho hay tủ đựng đồ vì có thể đồ đạc sẽ đổ ụp lên đầu; cố định vào vách tường những đồ đạc dễ nghiêng đổ;

- Kiểm tra những vết rạn nứt của ngôi nhà, ống dẫn ga, đường dây điện, ống nước... nếu thấy có bất thường phải báo cho người quản lý lao động biết;

- Nếu bị kẹt trong đồng đồ nát nên làm các động tác gây tiếng động gõ để người khác nghe thấy báo hiệu mình đang ở đó.

- Nếu sống và làm việc gần biển, khi có động đất và cảnh báo sóng thần phải sơ tán kịp thời không được chủ quan. Phải chuẩn bị tư trang cần thiết, gọn nhẹ trong đó cần có 1 đôi giày thể thao, quần áo và thức ăn, nước uống, nên di chuyển thật nhanh, không nên quay lại nhà vì một lý do nào đấy vì sóng thần ập đến rất nhanh gây nguy hiểm. Phải chạy thật nhanh đến những vùng đất cao hoặc trên tầng cao của những ngôi nhà chắc chắn;

- Cấp cứu, di tản các nạn nhân và những người xung quanh, ưu tiên cho trẻ em và những người tàn tật, già yếu.

Nếu không may bạn bị nước cuốn trôi thì cần phải hết sức bình tĩnh, bám vào các vật nổi như tấm ván, can nhựa...

**5. Chủ động để thích ứng và thoát khỏi vòng nguy hiểm khi có chiến sự xảy ra**

Nếu tình hình chính trị ở nước sở tại không ổn định, có những cuộc biểu tình chống phá đòi lật đổ chính phủ có nguy cơ xảy ra nội chiến... người lao động cần lưu ý một số vấn đề sau:

- Chủ động liên lạc tới cơ quan đại diện ngoại giao của Việt Nam tại nước sở tại để được bảo hộ khi có tình huống xảy ra chiến sự.

- Lắng nghe và tuân theo mọi mệnh lệnh của chủ sử dụng lao động, người quản lý lao động.

- Chuẩn bị lương khô và nước uống, cụ thể như rang gạo, làm ruốc, nấu cơm nắm, bánh mì...để dự trữ để chống đói trên đường đi di tản;

- Chuẩn bị hành lý gọn nhẹ, mang theo những tài sản cần thiết, có giá trị, thuốc men...

- Đến nơi tập trung cần tập hợp những người lao động Việt Nam ở cùng một chỗ, treo Quốc kỳ Việt Nam hoặc những biển báo để những lao động khác nhận ra tìm đến. Đùm bọc thương yêu nhau, chia sẻ những khó khăn cho nhau trong lúc hoạn nạn để cùng thoát ra khỏi vòng chiến sự nguy hiểm.

- Khi có phương tiện giải cứu phải tuân thủ sự chỉ đạo của người điều hành, xếp hàng theo thứ tự, không chen lấn, xô đẩy gây náo loạn, ưu tiên cho những người ốm đau, phụ nữ.

## **6. Phòng chống xâm hại tình dục**

### **a. Hành vi xâm hại tình dục**

- Bất kỳ hành vi nào không có sự đồng ý của người lao động như bạo lực, cưỡng bức, đe dọa, dùng thuật ru ngủ hoặc các phương pháp khác làm trái ý muốn của người lao động để đạt tới mục đích quan hệ tình dục, đều được xem là hành vi xâm hại tình dục.

- Ngoài ra, chỉ cần là hành vi mà người lao động không muốn cho người khác đụng chạm tới hoặc sờ mó bất kỳ bộ phận nào của cơ thể người lao động, nếu mức độ đụng chạm đạt tới hành vi dâm loạn, cũng được xem là hành vi xâm hại tình dục.

### **b. Khi không may bị xâm hại tình dục, thì người lao động phải:**

- Hãy giữ bình tĩnh, đừng kích động đối phương bằng cách cào cấu, đánh lại...để tránh xảy ra tình trạng đổ dầu vào lửa đang cháy gây nguy hiểm cho tính mạng, hãy khôn khéo tìm cách lừa được đối phương để chạy thoát và kêu to để mọi người biết.

- Bảo vệ cho bản thân: nhất là các vị trí chủ yếu trên cơ thể như đầu, mặt, cổ, ngực, bụng.

- Giữ nguyên hiện trường xảy ra xâm hại, thu thập và giữ các bằng chứng có liên quan đến sự xâm hại.

- Ghi nhận các điểm đặc trưng của kẻ gây xâm hại.



- Nhanh chóng rời khỏi hiện trường đến một nơi an toàn khác, tìm người giúp đỡ hoặc đến đồn cảnh sát trình báo và cung cấp các chứng cứ liên quan đến tội phạm. Đồng thời, đề nghị cảnh sát giúp đưa đi bệnh viện để giám định y tế và liên lạc ngay với cơ quan đại diện của Việt Nam ở nước sở tại để được bảo hộ công dân.

### c. Hành vi quấy rối tình dục

\* Ngoài việc bị xâm hại tình dục, người lao động cũng có thể gặp phải tình huống bị quấy rối tình dục :

- Khi không may bị quấy rối tình dục, nếu áp dụng hình thức ứng đối tiêu cực, như: nín nhịn không nói, không tìm hiểu (như: giả vờ nghe không thấy, nghe không hiểu), trốn tránh v.v..., thông thường sẽ không có hiệu quả ngăn chặn, đồng thời còn có thể sẽ khiến cho kẻ gây quấy nhiễu xúc phạm nữa. Vì vậy, khi bị quấy rối tình dục, phải áp dụng hình thức ứng đối tích cực để ngăn chặn hành vi của đối tượng quấy rối:

- Nếu có thể thử trao đổi ý kiến với kẻ gây ra hành vi quấy rối, trao đổi ý kiến trước mặt hoặc thông qua thư từ, hay là người thứ 3 đều được hai bên tín nhiệm, nói rõ mối cảm giác không thoải mái của người lao động cho kẻ gây ra hành vi quấy nhiễu, yêu cầu đối tượng lập tức ngưng hành vi đó.

- Nếu không có sự cải thiện thì phải thực hiện như sau:

+ Thu thập chứng cứ (như: thu âm đối với kẻ thực hiện hành vi quấy nhiễu);

+ Thông tin cho đại diện của doanh nghiệp đưa lao động đi làm việc ở nước ngoài, công ty môi giới và cơ quan đại diện ngoại giao Việt Nam tại nước sở tại để nhận được sự trợ giúp. Trường hợp nghiêm trọng có thể tố cáo với cơ quan cảnh sát địa phương và khởi kiện đối tượng ra tòa án.

## 7. Phòng chống dịch, bệnh

### a. Hội chứng viêm đường hô hấp cấp tính nặng (SARS)

- Triệu chứng lây nhiễm:

Triệu chứng chủ yếu sốt trên 38<sup>o</sup>c, ho khan, thở gấp (thở hỗn hển), khó thở, đồng thời còn có thể kèm theo các triệu chứng khác, ví dụ: đau đầu, mệt mỏi uể oải, ý thức rối loạn, mẩn da và tiêu chảy, v.v... kiểm tra ngực bằng quang tuyến X, có thể phát hiện phổi có sự biến hóa vì bệnh.

- Cách thức dự phòng:

- Không tới những vùng có dịch SARS đang bùng phát.

- Tập cho có thói quen vệ sinh tốt, nhất là thói quen năng rửa tay và che miệng, che mũi khi hắt hơi (nhảy mũi) hoặc ho.

- Giữ thói quen thường xuyên đo thân nhiệt.

- Giữ vệ sinh sạch sẽ và không khí lưu thông cho môi trường nơi ở, tránh đến những nơi đông người hoặc không khí không lưu thông.

- Sốt trên 38<sup>o</sup>c, phải đeo khẩu trang và đi khám bệnh, phải nói lại cho bác sĩ biết những nơi mà mình đã đi qua và những người mình đã tiếp xúc.

- Tránh tiếp xúc hoặc ăn sống các con động vật hoang dã.

#### b. Dịch cúm H1N1

- Đường lây nhiễm loại vi rút mới A/H1N1:

Cúm A/H1N1 là bệnh lây chủ yếu qua đường hô hấp. Loại vi rút này có thể lan truyền từ người này sang người khác do ho hoặc hắt hơi. Ngoài ra, với khả năng tồn tại từ 2 - 8 tiếng đồng hồ sau khi bám vào các bề mặt mà A/H1N1 có thể lây lan khi một người bình thường vô tình chạm tay vào bề mặt đó và có những hành động như xoa mũi, che mặt...

- Triệu chứng lâm sàng khi bị lây nhiễm vi rút cúm mới H1N1:

Người bị lây nhiễm vi rút cúm mới H1N1 có triệu chứng tương tự như các triệu chứng của cúm thông thường theo mùa, gồm bị sốt, ho, đau cổ họng, cơ thể đau nhức, đau đầu, rung lạnh và mệt mỏi uể oải, một số bệnh nhân có triệu chứng tiêu chảy, nôn mửa.

- Biện pháp phòng ngừa:

- Tránh xa nguồn bệnh để bị lây nhiễm: Không ra vào nơi công cộng có đông người tụ tập hoặc đến bệnh viện thăm viếng người bệnh;

- Chú ý vệ sinh cá nhân: Tập cho có thói quen năng rửa tay. Có trường hợp không tiện cho việc rửa tay bằng nước, có thể làm sạch tay bằng dung dịch có hàm lượng cồn (cồn trên 60% );

- Chú ý giữ sức khỏe cá nhân: Có chế độ vận động đều đặn, chế độ ăn uống đảm bảo dinh dưỡng.

- Khi có bất cứ triệu chứng về đường hô hấp thì phải đeo khẩu trang, khi khẩu trang dính phải chất dịch tiết từ miệng mũi, thì phải thay ngay cái mới, khi phải nói chuyện với ai đó, nên giữ khoảng cách hơn 1 mét;

- Khi hắt hơi, phải sử dụng khăn giấy hoặc khăn tay che mũi miệng, không kịp sử dụng khăn giấy hoặc khăn tay, khi tay có tiếp xúc tới chất dịch tiết từ đường hô hấp, phải rửa tay sạch sẽ;

- Khi bị bệnh phải dành nhiều thời gian để nghỉ ngơi tại nhà không nên đi ra ngoài, trừ khi phải đi thăm khám tại bệnh viện.

#### c. Bệnh sốt xuất huyết “Dengue”

- Triệu chứng : Bị sốt đột ngột (trên 38<sup>o</sup>C), có dấu hiệu đau đầu, đau hốc mắt sau, đau cơ bắp, đau khớp xương, nổi ban.

- Cách phòng chống và xử lý:
  - + Định kỳ làm sạch nguồn phát tán mầm bệnh, dọn sạch những đồ chứa nước trong và ngoài nhà;
  - + Nên tránh không bị muỗi truyền mầm bệnh sốt, nhà ở phải lắp đặt cửa sổ lưới, cửa lưới để chống muỗi;
  - + Ra vào những nơi có nguy cơ bị nhiễm bệnh, nên mặc áo dài tay và quần dài, bôi (xịt) thuốc chống muỗi lên những phần da hở, thuốc này đã được sở y tế cấp giấy phép lưu hành trên thị trường;
  - + Nếu có dấu hiệu nghi là bị sốt xuất huyết Dengue, phải đi khám ngay, khi bị sốt đi khám bệnh, phải cho bác sỹ biết người lao động đã từng đi qua những nơi nào và đã từng tiếp xúc những gì.

#### d. Bệnh thương hàn

- Trường hợp bị nhiễm trùng : do ăn vào thực phẩm, uống nước đã bị nhiễm trùng, nguồn bị ô nhiễm thường là từ phân hoặc nước tiểu của người mắc bệnh, thời gian ủ bệnh thường là một đến ba tuần.

- Triệu chứng nhiễm trùng: bị sốt liên tục, đau đầu, khó chịu trong người, biếng ăn, tương đối khởi phát trường hợp nhịp tim đập chậm, lá lách lớn ra, nổi đốm đỏ trên thân người, ho, là người lớn thì thường bị táo bón hoặc tiêu chảy, gây biến chứng cho tổ chức bạch huyết; còn có trường hợp bị nhiễm trùng nhẹ hoặc phi lâm sàng.

- Cách phòng chống và xử lý :

- + Trước khi ăn cơm và sau khi đại tiện tiện, phải vệ sinh tay cho thật sạch;
- + Sau khi thay tã lót cho trẻ sơ sinh trẻ nhỏ hoặc cụ già hoặc xử lý phân nước tiểu, trước khi chuẩn bị các bữa ăn đều phải rửa tay bằng xà phòng hoặc rửa tay;
- + Khi có dấu hiệu bị sốt, đau bụng, tiêu chảy hoặc khó chịu trong người, thì phải thông báo chủ sử dụng lao động hoặc công ty môi giới ngay, để được điều trị.

## **8. Phòng tránh ma túy, mại dâm, HIV/AIDS**

### a. Phòng ngừa lây nhiễm HIV - AIDS

- HIV là virus gây hội chứng suy giảm miễn dịch ở người
- AIDS là hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải, là giai đoạn cuối của quá trình nhiễm HIV, khi đó cơ thể bị suy giảm hệ miễn dịch và người bị nhiễm HIV dễ dàng mắc các bệnh như ung thư, viêm phổi, lao, viêm da hoặc suy kiệt.

### b. Đặc điểm của virus HIV là:

- HIV không sống lâu khi ở ngoài cơ thể;
- HIV dễ bị chết trong các nước tẩy uế thông thường như nước tẩy javel, chloramine B và trong nước sôi trên 20 phút;
- Nhiệt độ lạnh dưới 0<sup>o</sup>c, sự khô ráo, tia X, tia cực tím không tiêu diệt được HIV;
- HIV có thể sống trong xác người bệnh sau 24 giờ và trên giọt máu từ 2 – 7 ngày.

Muốn biết người đã bị nhiễm HIV hay chưa, sau khi có kết quả thử máu ở một cơ sở xét nghiệm được Bộ Y tế công nhận.

#### c. Bốn giai đoạn nhiễm HIV/AIDS:

- Giai đoạn 1 nhiễm HIV cấp tính (sơ nhiễm): lúc này nồng độ virus trong máu cao với các triệu chứng giống như cảm cúm (sốt, mỏi mệt, sưng hạch) rồi tự khỏi. Vì vậy, người có HIV thường không để ý và từ lúc này đã có thể lây bệnh sang người khác mặc dù đi xét nghiệm vẫn cho kết quả âm tính vì kháng thể kháng HIV chưa tạo lập đủ. Giai đoạn này kéo dài từ 2 tuần đến 3 tháng, đôi khi kéo dài tới 6 tháng.

- Giai đoạn 2 nhiễm HIV không triệu chứng: nồng độ virus thấp hơn nhưng sự nhân lên của virus vẫn tiếp diễn. Giai đoạn này có thể kéo dài từ 8 đến 10 năm tùy thuộc vào chủng loại HIV (HIV1 hay HIV2), lứa tuổi (người lớn tuổi và trẻ em diễn biến nhanh hơn), thể trạng (dinh dưỡng, nghiện ma túy, rượu, thuốc lá), các bệnh nhiễm trùng khác kèm theo (đặc biệt là các bệnh hoa liễu).

- Giai đoạn 3 nhiễm HIV có triệu chứng (cận AIDS): Virus sinh sôi không kiểm soát được, hệ miễn dịch bắt đầu suy sụp, thấy sự xuất hiện của các bệnh nhiễm trùng và cơ hội ung thư, những biểu hiện thường gặp như: sốt không rõ nguyên nhân; sốt và đau đầu; sốt và ho; nuốt đau; loét vùng sinh dục; các tổn thương nốt trên da; tiêu chảy kéo dài; nổi hạch; suy mòn sức khỏe.

- Giai đoạn 4 AIDS: là giai đoạn cuối cùng của quá trình nhiễm HIV trong cơ thể, giai đoạn này thường kéo dài từ 6 tháng đến 2 năm. Những biểu hiện đặc trưng của AIDS là: sụt cân; tiêu chảy kéo dài; sốt kéo dài; ho dai dẳng; ban đỏ; mụn rộp toàn thân (herpès), bệnh zona (giời leo) tái đi tái lại; bệnh đẹn ở họng; nổi hạch; suy giảm trí nhớ; một số bệnh khác như ung thư, lao phổi...

Bệnh AIDS là căn bệnh thế kỷ, hiện nay vẫn chưa có thuốc chữa. Bệnh AIDS lây nhiễm qua con đường tình dục, đường máu, khi mẹ mang thai hay cho con bú

#### \* Cách phòng tránh:

- Quan hệ tình dục an toàn bằng cách luôn dùng bao cao su.

- Không dùng chung bơm kim tiêm, không để vết thương hở tiếp xúc với máu của người khác khi không biết chắc chắn người đó không bị nhiễm HIV.

- Các bệnh lây truyền qua đường tình dục đều làm tăng khả năng lây nhiễm HIV do vậy cần phát hiện sớm và điều trị tích cực nếu như thấy các triệu chứng không bình thường ở bộ phận sinh dục như: sưng, ngứa, đau rát, có mủ, sần sùi...

- Không tiêm chích, sử dụng ma túy.

**\* Nói không với ma túy**

a. Việc lạm dụng ma túy không những có mối lo vi phạm pháp luật, còn sẽ nguy hại sức khỏe của bạn, nguy hại tới công việc và đời sống của bạn, đồng thời khó cai bỏ, dễ rơi vào tình cảnh nghiêm trọng nguy cấp, tinh thần mơ mơ màng màng, còn ẩn tàng sự nguy hại tới mạng sống, sau cùng thường kết thúc bằng cái chết.

b. Trong thời gian sống và làm việc tại nước ngoài, nghiêm cấm người lao động hút, tiêm chích hoặc buôn bán, vận chuyển ma túy. Nếu bị phát hiện, sẽ bị khởi tố hình sự.

Việc sử dụng ma túy thường bắt đầu từ những thói quen xấu như nghiện hút thuốc lá, nghiện rượu, bia, sau đó rất dễ bị lôi kéo sử dụng chất kích thích hoặc heroin... Những người muốn có cảm giác cuồng nhiệt này dễ trở nên nghiện ma túy. Do đó, cách tốt nhất để tránh nghiện là từ chối ngay từ đầu những thói quen xấu.

Hãy thận trọng và nói không với ma túy, đừng để bị sa ngã vì tò mò và đừng bao giờ thử ma túy, đừng bao giờ nghĩ rằng “tôi có bản lĩnh vững vàng nên không bao giờ bị nghiện” mà thử ma túy. Ma túy hoàn toàn có hại cho sức khỏe, cuộc sống và phẩm giá của bạn. Bạn hãy tự trọng và có trách nhiệm với cuộc sống của mình.

Hãy dùng cách tốt nhất để thư giãn những lúc thần kinh căng thẳng: có những lúc mọi việc không được may mắn, người ta sẽ cảm thấy thất vọng hoặc chán nản. Bạn nên tìm cách giải trí, thư giãn lành mạnh như: nghe nhạc, xem phim, chuyện trò với bạn bè để giải tỏa những nỗi buồn, đừng bao giờ nghĩ tới ma túy.

Hãy tránh xa những nơi ăn chơi sa đọa. Những kẻ buôn bán ma túy sẽ dùng mọi cách, mọi mảnh khoé để lôi kéo, quyến rũ hoặc cưỡng ép thanh niên sử dụng ma túy. Vì thế phải luôn luôn cảnh giác ở những chỗ lạ, không nên nhận lời mời hút thuốc lá, uống nước hay ăn bất kỳ đồ ăn gì của người lạ mặt để đảm bảo an toàn cho chính bạn.

Có một số thuốc chữa bệnh có chứa chất gây nghiện, vì vậy khi dùng bạn phải nghe theo sự chỉ dẫn của bác sỹ.

