



অভিবাসী
তথ্য
কেন্দ্র



MIGRANT
RESOURCE
CENTRE

সংযুক্ত আরব আমিরাতে অভিবাসন পরিকল্পনা, প্রস্তুতি এবং সুরক্ষা

বাংলাদেশি অভিবাসীদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ ৩টি ধাপ

অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র (এমআরসি) দেশের বাইরে কাজ করতে যেতে আগ্রহী বা অভিবাসী হিসেবে যেতে ইচ্ছুক ব্যক্তিদের সঠিক তথ্য অবহিত করার মাধ্যমে সুস্পষ্ট সিদ্ধান্ত নিতে সহায়তা করে। এমআরসি বহির্গামী এবং সম্ভাব্য অভিবাসীদের যেসব তথ্য ও পরামর্শ প্রদান করে থাকে: বিদেশে কাজ এবং জীবনযাপন পরিস্থিতি, কর্মসংস্থানের প্রক্রিয়া, অভিবাসী শ্রমিকদের অধিকার ও দায়বদ্ধতা, অভিবাসন আইন ও নীতিমালা, গন্তব্য দেশগুলোর আইন ও সংস্কৃতির চর্চা, সুরক্ষা ব্যবস্থা গ্রহণ, জাতীয় দক্ষতা উন্নয়ন ও বৃত্তিমূলক প্রশিক্ষণ প্রোগ্রাম সম্পর্কিত তথ্য, বৈদেশিক কর্মসংস্থান এবং অভিবাসীদের কল্যাণে বাংলাদেশ সরকারের বিভিন্ন উদ্যোগ এবং অবৈধ/অনিয়মিত অভিবাসনের ঝুঁকি ও বিপদ সম্পর্কিত তথ্য।

সংযুক্ত আরব আমিরাত

সংযুক্ত আরব আমিরাত
পারস্য উপসাগরের আরব
উপদ্বীপের দক্ষিণ-পূর্ব
প্রান্তে পশ্চিম এশিয়ার
একটি দেশ।



সংযুক্ত আরব আমিরাতের মোট আয়তন ৮৩,৬০০ বর্গকিলোমিটার এবং জনসংখ্যা প্রায় ৯.৮৯ মিলিয়ন।
রাজধানী আবু ধাবি এবং অন্যান্য বড় শহরগুলি হলো
আজমান, দুবাই, ফুজাইরাহ, শারজাহ, রাস আল
খাইমাহ, উম্মে আল কুয়াইন।



সংযুক্ত আরব আমিরাত একটি
আরব ইসলামি রাষ্ট্র।



সংযুক্ত আরব আমিরাতের জলবায়ু
মরুভূমির বৈশিষ্ট্য, দিনে প্রচণ্ড
গরম এবং রাতে ঠাণ্ডা।



সংযুক্ত আরব আমিরাতের মুদ্রার
নাম দিরহাম (১ দিরহাম =
২৩.৪১ টাকা প্রায়)।



প্রয়োজনীয় কাগজপত্র



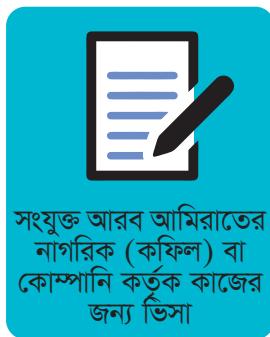
বৈধ পাসপোর্ট এবং
কমপক্ষে ১ বছর মেয়াদ
থাকতে হবে



জাতীয় পরিচয় পত্র এবং
বিএমইটি প্রদত্ত স্মার্ট
কার্ড



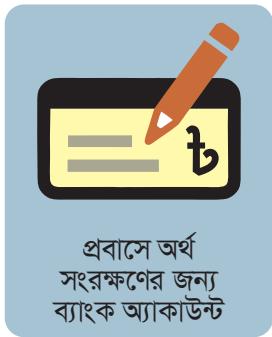
সাদা ব্যাকগাউডে
সাম্প্রতিক ২ কপি রঙিন
ছবি (৩x৪ সেঁমিঃ)



সংযুক্ত আরব আমিরাতের
নাগরিক (কফিল) বা
কোম্পানি কর্তৃক কাজের
জন্য ভিসা



চাকরির
চুক্তিপত্র/নিয়োগকারী
সংস্থা থেকে
সুপারিশের চিঠি



প্রবাসে অর্থ
সংরক্ষণের জন্য
ব্যাংক অ্যাকাউন্ট



ওয়েজ আর্নার্স কল্যাণ
বোর্ড দ্বারা প্রবাসী কর্মী
বিমা



টিটিসি থেকে ভাষা
এবং দক্ষতা
প্রশিক্ষণের সনদ



অনুমোদিত চিকিৎসা
কেন্দ্র থেকে স্বাস্থ্যের
ছাড়পত্র সনদ



স্পন্সর, নিয়োগকর্তা এবং
রিজুটিং এজেন্সির নাম,
ঠিকানা ও ফোন নম্বর

ধাপ ১ - আপনার ভ্রমণ পরিকল্পনা করুন এবং সকল তথ্য জানুন



প্রবাসে থাকার মেয়াদ
সম্পর্কে সচেতন থাকুন
এবং সেই অনুযায়ী
পরিকল্পনা করুন



অবশ্যকরণীয় নিয়মকানুন
জানতে সংযুক্ত আরব আমিরাত
দূতাবাস, বিএমইটি,
ডিইএমও-তে যোগাযোগ করুন



প্রয়োজনীয় সকল
কাগজ নিজের সঙ্গে
রাখুন এবং পরিবারের
কাছে কপি রাখুন



প্রবাসে থাকাকালীন অর্থ
ব্যবস্থাপনার জন্য ব্যাংক
বা আর্থিক প্রতিষ্ঠানের
সাহায্য নিন



যাওয়ার সময় সংযুক্ত আরব আমিরাতে
বাংলাদেশ দূতাবাসে নিবন্ধিত হোন
এবং নিয়মিত যোগাযোগ রাখুন



বিএমইটিতে নিবন্ধিত
হয়ে স্মার্ট কার্ড সংগ্রহ
করুন



চাকরির চুক্তিপত্রে প্রয়োজনীয়
সরকিছুর বিজ্ঞারিত বিবরণ
অবশ্যই থাকতে হবে



চাকরির মেয়াদকাল
বুঝে ভিসা নবায়ন
করুন

**নিবন্ধিত প্রবাসী কর্মী হিসেবে আপনি অবশ্যই ওয়েজ আর্নার্স কল্যাণ বোর্ড এর বিমাকৃত। কোন কারণে কর্মীর মৃত্যু হলে, পরিবারের
সদস্যকে ৩০০,০০০ (তিনি লক্ষ) টাকা দেওয়া হবে বা গুরুতর আঘাত/পঙ্গুত্বের ক্ষেত্রে আহত কর্মী/পরিবারের সদস্যকে
১০০,০০০ (এক লক্ষ) টাকা দেওয়া হবে। উল্লেখ্য, ক্ষতিপূরণের দাবি আঘাতের ধরনের উপর নির্ভর করে পৃথক হতে পারে।**

কাফালা ব্যবস্থা: সংযুক্ত আরব আমিরাতে পরিবর্তিত শ্রম আইন কার্যকর হয়েছে। তাতে কাফালা ব্যবস্থায় কিছু পরিবর্তন এসেছে। তার মধ্যে
অন্যতম হলো, সেখানে কর্মরত প্রবাসীদের দেশত্যাগের জন্য অনুমতিপত্র লাগবে না। গৃহকর্মী বাদে অন্যান্য কর্মীরা যাদের চুক্তি একবার নবায়ন
হয়েছে, তারা নোটিশ প্রদানের মাধ্যমে নিয়োগকর্তার অনুমতি ছাড়াই চাকরি পরিবর্তন করতে পারবেন।



ধাপ ২- নিজেকে প্রস্তুত করুন এবং সচেতন হোন

কাজের সময়, ট্রায়াল/শিক্ষানবিশকাল এবং ছুটি:

- সপ্তাহে ৬ কার্যদিবসে প্রতিদিন ৮ ঘন্টা কাজ (প্রতি সপ্তাহে ৪৮ ঘন্টা, রমজান মাসে সপ্তাহে ৩৬ ঘন্টা)।
- অভিবাসী কর্মীর থাকা সংক্রান্ত যাবতীয় বিষয়ে নিয়োগকর্তা দায়বদ্ধ এবং তিনি স্পন্সরশিপ প্রত্যাহার করতে পারেন।
- ওভারটাইমের মজুরি হবে কর্মীর মূল বেতনের ন্যূনতম ১২৫%;
- রাত ৯ টা থেকে ভোর ৪ টা পর্যন্ত ওভারটাইমের মজুরি হবে মূল বেতনের ১৫০%।
- শ্রম আইনের বিধান অনুসারে কর্মী, যিনি এক বছর চাকরির মেয়াদ পূর্ণ করেছেন, তিনি ৩০ কার্যদিবস বার্ষিক ছুটি পাবেন।
- অসুস্থতাজনিত ছুটির ক্ষেত্রে মেডিকেল সার্টিফিকেট প্রয়োজন (গৃহকর্মীরা বছরে সর্বোচ্চ ৩০ দিন এবং অন্যান্য কর্মীরা বছরে সর্বোচ্চ ৯০ দিন অসুস্থতাজনিত ছুটি পাবেন। ১৫ দিনের ছুটি হলে পূর্ণ বেতন প্রযোজ্য।)

নিজেকে প্রস্তুত এবং ভালোভাবে কাজ করার কৌশল



স্বাস্থ্যের প্রতি
যত্নবান হোন



এইচআইভি এবং
অন্যান্য যৌন রোগ
এড়াতে সতর্ক থাকুন



অবৈধ ওষুধ
সেবন করবেন
না



আইনকানুন
মেনে চলুন



সাধারণ প্রথা,
সংস্কৃতি ও
ধর্মকে সম্মান
করুন



সম্ভব হলে স্থানীয়
ভাষা (আরবি)
শিখুন



কাগজপত্রের
মেয়াদের প্রতি
খেয়াল রাখুন



উপর্যবেক্ষণের অর্থ
বাংলাদেশে
আপনার বা
আপনার পরিবারের
ব্যাংক অ্যাকাউন্টে
সরাসরি জমা
করতে পারেন



সতর্ক হোন এবং
চারপাশ সম্পর্কে
সজাগ থাকুন

দৈনন্দিন কর্মক্ষেত্রের সুরক্ষা ব্যবস্থা



সঠিকভাবে
ব্যবস্থাপনা
করুন

সঠিক সুরক্ষা
ব্যবস্থা, সরঞ্জাম,
এবং পোশাক
ব্যবহার করুন



নিজের এবং
সহকর্মীদের সুবিধার্থে
কাজের জায়গা
পরিষ্কার পরিহন্ত রাখুন

কোনো কিছু
ওঠানোর সময়
শরীরকে সঠিক
ভঙ্গিতে রাখুন



বাইরের কাজের
সময় তাপমাত্রার
প্রতি খেয়াল রাখুন

কাজের মধ্যে
কিছুক্ষণ পরপর
বিরতি নিন



নতুন কাজের পরিবেশের সাথে
মানানসই ও মানিয়ে নেওয়ার কৌশল



অন্যদের সাথে বন্ধুত্বপূর্ণ হোন, কথা
বলুন এবং সাহায্য করুন

কর্মপরিবেশ ও সহকর্মীদের সম্মান করুন
এবং সময়নির্ণয় হোন

অন্যদের থেকে নিজের কাজের মূল্যায়ন
জেনে নিন, নতুন কিছু শিখুন

কর্মপরিবেশ ও সহকর্মীদের পর্যবেক্ষণ
করে তাদের সাথে নিজেকে মানিয়ে নিন

ধাপ ৩ - আপনার অধিকার ও কর্তব্য সম্পর্কে জানুন এবং নিজেকে রক্ষা করুন

নিবন্ধিত অভিবাসী কর্মী হিসেবে আপনার কোনও অধিকার লজ্জিত হলে অভিযোগ করার এবং আশ্রয় নেওয়ার অধিকার আপনার রয়েছে। আপনি যদি মনে করেন সংযুক্ত আরব আমিরাতের নাগরিক না হওয়ায় আপনার সাথে বৈষম্যমূলক আচরণ করা হয়েছে, অন্যায় করা হয়েছে বা খারাপ আচরণ করা হয়েছে, তাহলে আপনি অভিযোগ করতে পারবেন। এই প্রকাশনার শেষ অংশে সরকারি প্রতিষ্ঠানসমূহের যোগাযোগের ঠিকানা দেয়া আছে যেখান থেকে আপনি সহযোগিতা বা প্রতিকার পেতে পারেন।



পাসপোর্ট,
ভিসা, ওয়ার্ক
পারমিট এবং
কর্মসংস্থানের
কাগজ নিজের
সাথে রাখুন



নিয়োগকারী
অবশ্যই রেসিডেন্স
পারমিট প্রদান
করবে (বা কোনও
কোনও ক্ষেত্রে
ওয়ার্ক পারমিট)



চুক্তিতে উল্লেখিত
থাকলে
আবাসনসহ
অন্যান্য সুবিধাদি
বুঝে নিন



মাস শেষে
একবার
বেতন পাওয়া
আপনার
অধিকার



চাকরি ছেড়ে দিলে,
বরখাস্ত হলে বা গ্রেপ্তার
হলেও নিজের সম্পন্ন
করা কাজের মজুরি
পাওয়ার অধিকার
আপনার রয়েছে



নিয়োগের
শর্তাদি লজ্জন
হলে হিউম্যান
রিসোর্স
মন্ত্রণালয়ে
অভিযোগ করুন

আপনি যদি বেতন-ভাতা, ছুটি, অন্যান্য সুবিধা না পেয়ে থাকেন বা নিয়োগকর্তার সাথে কাজ সম্পর্কিত অন্য কোনও মতবিরোধ হয়, সেক্ষেত্রে আপনি সংযুক্ত আরব আমিরাতের হিউম্যান রিসোর্স মন্ত্রণালয়ের কাছে অভিযোগ করতে পারেন। এছাড়াও আবু ধাবি ও দুবাই-এ অবস্থিত বাংলাদেশি দূতাবাস, কনসুলেট এবং লেবার উইং, বাংলাদেশে প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়, বিএমইটি এবং ডিইএমও-তে যোগাযোগ করতে পারেন। মজুরি আদায় ও ক্ষতিপূরণ আদায়ের জন্য বাংলাদেশে ওয়েজ আর্নার্স কল্যাণ বোর্ড এবং এমআরসি আপনার সমস্যার সমাধানের জন্য আপনাকে পরামর্শ দিয়ে থাকে।

এই প্রতিষ্ঠানগুলোর সাথে যোগাযোগের জন্য সম্পূর্ণ ঠিকানা প্রকাশনার শেষ অংশে দেয়া আছে



আপনার রেমিট্যান্স সঠিকভাবে ব্যবহার করুন

একটি নতুন দেশে যাওয়া সহজ কোনও ব্যাপার নয়। নতুন দেশে সাংস্কৃতিক পার্থক্য রয়েছে এবং সেখানে নিজেকে মানিয়ে নেয়া কঠিন হতে পারে। বিদেশে যাওয়ার সময় অর্থ অবশ্যই অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হতে পারে।



স্থানীয় ব্যাংকে
অ্যাকাউন্ট খুলুন



অনলাইন ব্যাংকিং
ব্যবহার করুন



দেশে একটি ব্যাংক অ্যাকাউন্ট
খোলা রাখুন



নিয়ম মাফিক ব্যাংকিংয়ের
মাধ্যমে রেমিট্যান্স পাঠান

সংযুক্ত আরব আমিরাতের কিছু শব্দ বা বাক্য

আরবি	ইংরেজি	বাংলা
Salam!	Hi!	কি খবর?
Sabah el kheer	Good morning!	শুভ সকাল
Masaa el kheer	Good evening!	শুভ সন্ধ্যা
Marhaban	Welcome! (to greet someone)	ওয়েলকাম
Kaifa haloka/ haloki (female)	How are you?	আপনি কেমন আছেন?
Ana behkair, shokran!	I'm fine, thanks!	ধন্যবাদ! আমি ভাল আছি
Wa ant? / Wa anti? (female)	And you?	আর, আপনি ?
Jayed/ 'aadee	Good/ So-So.	ভাল/ মোটামুটি
Shokran (jazeelan)	Thank you (very much)!	আপনাকে অনেক ধন্যবাদ!
Al'afw	You're welcome! (for "thank you")	আপনাকেও ধন্যবাদ!
Ahlan sadiqi/ sadiqati!	Hey! Friend!	কি খবর বন্ধু !
Maljadeed?	What's new?	নতুন কি খবর?
Lashai jadedd	Nothing much.	তেমন কিছু নেই
Ma'a salama	Good bye!	বিদায়!
Hal beemkanek mosa'adati?	Can you help me?	আপনি কি আমাকে সাহায্য করতে পারেন?
Ayna ajedu (al merhaad/ assaidaliah)?	Where is the (bathroom/ pharmacy)?	বাথরুম/ফার্মেসী কোথায়?
Kam howa thamanoh? (th as in bath)	How much is this?	এটির দাম কত?
Aasef!	Sorry (for a mistake)	আমি দুঃখিত
A'ed men fadlek!/ A'eedi men fadleki	Can you say it again?	আপনি কি পুনরায় বলতে পারেন?
Ghadan/ Albareha	Tomorrow/ Yesterday	আগামীকাল/গতকাল
Alyawm/ Al aan	Today/ Now	আজ/এখন
Na'am/ Laa	Yes/ No	হ্যাঁ/না

হাসপাতাল

আরু ধাবি হেলথ সার্ভিসেস কোম্পানি (সেহা)

দাস টাওয়ার (৯ম তলা), সুলতান বিন জায়েদ স্ট্রিট, খালিদিয়া, আরু ধাবি

কাস্টমার সার্ভিস: ৮০০৫০, ফোন: (+৯৭১) ২ ৮১০ ২০০০

ই-মেইল: care@seha.ae, info@seha.ae

আল ধাফরা হাসপাতাল

মোহাম্মদ খালাফ আল মাজরোই স্ট্রিট, মাদিনাত জায়েদ, আরু ধাবি

কাস্টমার সার্ভিস: ৮০০৫০, ফোন: (+৯৭১) ২ ৮০৭ ০০০০

ই-মেইল: aldhafracontact@seha.ae

দুবাই হাসপাতাল

আল খালিজ স্ট্রিট, আল বারাহা, দুবাই

কাস্টমার সার্ভিস: ৮০০৩৪২ (ডিএইচএ), ফোন: (+৯৭১) ৮ ২১৯ ৮৮৮৮

ই-মেইল: dhweb@dha.gov.ae

গুরুত্বপূর্ণ স্থানীয় নম্বর

(কান্ট্রি কোড: +৯৭১)

পুলিশ : ৯৯৯

অ্যাম্বুলেন্স: ৯৯৮

ফায়ার সার্ভিস: ৯৯৭

কোস্ট গার্ড: ৯৯৬

বিদ্যুৎ: ৯১১

পানি: ৯২২

আরও বেশি তথ্যের জন্য অভিবাসী তথ্য কেন্দ্রে যোগাযোগ করুন। আমাদের সকল সেবা একদম ফ্রি!

অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র, বাংলাদেশ

অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র- ঢাকা

জেলা কর্মসংঘান ও জনশক্তি অফিস, ঢাকা
প্রবাসী কল্যাণ ভবন, ৭১-৭২ পুরাতন এলিফ্যান্ট রোড
ইঙ্কাটন গার্ডেন, ঢাকা-১০০০, বাংলাদেশ
মোবাইল: +৮৮ ০১৭৩০৬৬৬৯৩৬
ই-মেইল: info@mrc-bangladesh.org

অভিবাসী তথ্য কেন্দ্র- কুমিল্লা

জেলা কর্মসংঘান ও জনশক্তি অফিস, কুমিল্লা
২৫ চান্দলা হাউজ, বাগিচাগাঁও
কুমিল্লা-৩৫০০, বাংলাদেশ
মোবাইল: +৮৮ ০১৭১৩০৮৬৩৩০
ই-মেইল: info@mrc-bangladesh.org



www.mrc-bangladesh.org



Migrant Resource Centre Bangladesh

সরকারি প্রতিষ্ঠান

প্রবাসী কল্যাণ ও বৈদেশিক কর্মসংঘান মন্ত্রণালয়

প্রবাসী কল্যাণ ভবন, ৫ম তলা, ৭১-৭২ পুরাতন এলিফ্যান্ট রোড
ইঙ্কাটন গার্ডেন, ঢাকা-১০০০, বাংলাদেশ
ফোন: +৮৮-০২-৪১০৩০৮৮৮
ই-মেইল: secretary@probashi.gov.bd, ওয়েবসাইট: <https://probashi.gov.bd/>

জেলা কর্মসংঘান ও জনশক্তি অফিস (ডিইএমও), ঢাকা

প্রবাসী কল্যাণ ভবন, নিচ তলা, ৭১-৭২ পুরাতন এলিফ্যান্ট রোড
ইঙ্কাটন গার্ডেন, ঢাকা-১০০০, বাংলাদেশ
ফোন: +৮৮-০২-৫৫১৩৮৬৮৪-৫, ই-মেইল: demodhaka@bmet.gov.bd
ওয়েবসাইট: <http://bmet.dhaka.gov.bd/>

ওয়েজেজ আর্নার্স কল্যাণ বোর্ড

প্রবাসী কল্যাণ ভবন, ৭১-৭২ পুরাতন এলিফ্যান্ট রোড, ঢাকা-১০০০, বাংলাদেশ
ফোন: +৮৮-০২-৯৩৪৩২৪৭, ৪৮৩১৮২০৪
ই-মেইল: info@wewb.gov.bd, ওয়েবসাইট: <http://www.wewb.gov.bd/>

প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংক

হেড অফিস: প্রবাসী কল্যাণ ভবন, ৭১-৭২ পুরাতন এলিফ্যান্ট রোড
ইঙ্কাটন গার্ডেন, ঢাকা-১০০০, বাংলাদেশ
ই-মেইল: info@pkb.gov.bd
ওয়েবসাইট: www.pkb.gov.bd

সংযুক্ত আরব আমিরাত দূতাবাস, ঢাকা
বাড়ি নং: ১৯, রোড নং: ৬৯
গুলশান নর্থ এভিনিউ

গুলশান ২, ঢাকা ১২১২, বাংলাদেশ
ফোন: ++৮৮ ০২ ৯৮৮২২৮৮
++৮৮ ০২ ২২২২৮২২৭৭
ই-মেইল:

dhakaemb@mofaic.gov.ae

ওয়েবসাইট:

<https://www.mofaic.gov.ae/en/missons/Dhaka>

বাংলাদেশ দূতাবাস, আবুধাবি
ভিলি নং: ৪৬,৪৮, সেক্টর: ১৯,
জেন: ডাবিউট১

আল যাওয়ালা স্ট্রিট, আল সাদাহ
এরিয়া
পি.ও. বক্স: ২৫০৪, আবুধাবি, সংযুক্ত
আরব আমিরাত
ফোন: +৯৭১ ২ ৪৪৬৫১০০
ই-মেইল:
mission.abudhabi@mofa.gov.bd

শ্রম কল্যাণ উইং (লেবার উইং) আবুধাবি
ই-মেইল:

কাউন্সেলর (শ্রম)
counselorabudhabi@probashi.gov.bd
labourcounselor@bdembassy.ae
থ্রেম সচিব (শ্রম)
fsabudhabi@probashi.gov.bd
labourwing@bdembassy.ae
ওয়েবসাইট:
<http://bdembassy.ae.org/>

শ্রম কল্যাণ উইং (লেবার উইং) দুবাই
ই-মেইল:

কাউন্সেলর (শ্রম)
counselordubai@probashi.gov.bd
jahanfatema21@yahoo.com
থ্রেম সচিব (শ্রম)
fsdubai@probashi.gov.bd
fmmhossain76@gmail.com
labourwingdubai@gmail.com
ওয়েবসাইট:
<https://dubai.mofa.gov.bd/>