



# Seattle Office of Labor Standards Domestic Workers Ordinance

## အခွင့်အရေးများနှင့် လုပ်အားခ သတင်းအချက်အလက်များ 2024 နှစ်မှစ၍ သတိပေးချက်

ပြည်တွင်းအလုပ်သမားများစည်းမျဉ်း (Domestic Workers Ordinance) ဖြင့် အကျိုးဝင်သည့် ပြည်တွင်းအလုပ်သမားတစ်ဦး၏ ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် အလုပ်ခန့်အပ်သူ သို့မဟုတ် လစာပေးသူများအား ၎င်းတို့၏ အလုပ်သမားများအတွက် ဖတ်ရအလွယ်ကူဆုံး ဘာသာစကားဖြင့် ဤနမူနာ သတိပေးချက်ကို ထိုအလုပ်သမားများထံ ဖြန့်ဝေပေးရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ ဤသတိပေးချက်သည် ဥပဒေရေးရာ အကြံပြုချက်အဖြစ် ရည်ရွယ်ပြီး Seattle မြို့တော်နှင့် စာချုပ် ချုပ်ဆိုမှု မမြောက်ပါ။

သတိပေးချက် ရက်စွဲ \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ အလုပ်သမားအမည် \_\_\_\_\_

အလုပ်ခန့်သော အဖွဲ့အစည်း၏ အမည် \_\_\_\_\_ အလုပ်ခန့်သော အဖွဲ့အစည်း ဖုန်း သို့မဟုတ် အီးမေးလ် \_\_\_\_\_

အလုပ်ခန့်သော အဖွဲ့အစည်း လိပ်စာ \_\_\_\_\_



### အနိမ့်ဆုံး နှစ်နာကြေး ခံစားပိုင်ခွင့်

သင့်တွင် Seattle ၏ အနိမ့်ဆုံးလုပ်အားခ ရပိုင်ခွင့်ရှိပါသည်။ သင်၏ နာရီအလိုက် လုပ်အားခ နှုန်းထားသည် \$ \_\_\_\_\_ / နာရီ ဖြစ်ပါသည်။

သင့်အား လုပ်အားခပေးမည့်နေ့- \_\_\_\_\_

(ဆိုလိုသည်မှာ၊ အလုပ်နေ့အဆုံးတွင်၊ သောကြာနေ့တိုင်း၊ 2 ပတ်ပြည့်တိုင်း အင်္ဂါနေ့တွင်၊ စသည်ဖြင့်)

### အချိန်ပို သတ်မှတ်ချက်မီမူ- သက်ဆိုင်သည့်နေရာကို အမှတ်အသားပြုပါ

- သင်က အချိန်ပို ခံစားခွင့် မရှိပါ။
- သင်သည် "အချိန်ပို ခံစားခွင့်ရှိသော" ဝန်ထမ်းတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သင်သည် အလုပ်ရက်သတ္တပတ်တွင် နာရီ 40 ကျော် လုပ်ကိုင်ခဲ့သည့် အလုပ်ချိန်များအတွက် ပုံမှန် လုပ်အားခ နှုန်းထား၏ 1.5x ဆကို ရရှိနိုင်သည်ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

<b>2024 နာရီအလိုက် အနိမ့်ဆုံး လုပ်အားခ</b>	<b>အနိမ့်ဆုံး နှစ်နာကြေး</b>	အလုပ်သမားများက ဘောက်ဆူးများ** သို့မဟုတ် အလုပ်ရှင်က ပေးအပ်သည့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အကျိုးခံစားခွင့်များဖြင့် \$2.72/နာရီ လက်ခံရရှိပါက
အများဆုံး ခန့်အပ်သော အဖွဲ့အစည်းများ	\$19.97/နာရီ	\$17.25/နာရီ
ဝန်ထမ်း 501+ ဦးရှိသည့် အလုပ်ရှင်	\$19.97/နာရီ	

\*\* သင်က ဝန်ထမ်းတစ်ဦးဖြစ်ပါက သင့်အလုပ်ရှင်သည် သင့်အား ၎င်း၏ အပို ဆုကြေးငွေ မူဝါဒဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက် ပေးရပါမည်။

ပူးတွဲထား၊ မထား စစ်ပါ



### ခေတ္တနားချိန်များ အခွင့်အရေး

အလုပ်ခန့်အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအတွက် သင်အလုပ်လုပ်ခဲ့သည့် လေးနာရီတိုင်းအတွက် အလုပ်၏ တတိယမြောက်နာရီအကုန်တွင် သင့်တွင် လုပ်အားခပေးသော 10 မိနစ်စာ တောက်လျှောက် ခေတ္တနားချိန်ကို ခံစားပိုင်ခွင့် ရှိပါသည်။

### ခေတ္တနားချိန်များ- သက်ဆိုင်သည့်နေရာကို အမှတ်အသားပြုပါ

- သင်သည် လုပ်အားခပေးသော တောက်လျှောက် ခေတ္တနားချိန်ကို ရယူနိုင်ပါသည်။
- အလုပ်ခွင်တွင် ဆက်ရှိနေစဉ် ခေတ္တနားချိန်ကို ရယူနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး ခေါ်ဆိုခံရပါက အလုပ်သို့ ပြန်လာရန် လိုအပ်ပါသည်။ သင့်စောင့်ရှောက်မှုရှိ တစ်စုံတစ်ယောက်၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းရေးအတွက် သင့်တွင် တာဝန်ရှိပါက သင့်တာဝန်များကြောင့် သင့်ခေတ္တနားချိန်များကို သင်လွှဲချောနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါ အခါသမယများတွင် သင့်အား လွတ်သွားသော ခေတ္တနားချိန်တိုင်းအတွက် အပိုဆောင်း 10 မိနစ်စာ လုပ်အားခ သို့မဟုတ် \$ \_\_\_\_\_ ပေးဆောင်ပါမည်။
- သင့်တာဝန်များသည် သင့်စောင့်ရှောက်မှုအောက်ရှိ လူများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းရေးကို ဘေးမသင့်စေဘဲ တောက်လျှောက်ခေတ္တနားချိန် ရယူရန် မဖြစ်နိုင်စေပါ သို့မဟုတ် ဖြစ်နိုင်ခြေ မရှိပါ။ သင်အလုပ်လုပ်ခဲ့သည့် နာရီတိုင်းအတွက် သင်သည် အပိုဆောင်း 10 မိနစ်စာ လုပ်အားခ သို့မဟုတ် \$ \_\_\_\_\_ ကို ရရှိပါမည်။

### ခေတ္တနားချိန် သတ်မှတ်ချက်များ-

- ဤခေတ္တနားချိန်သည် သင့်အား အနားယူရန်နှင့် သင့်အချိန်ကို သင်မည်ကဲ့သို့ အသုံးပြုရမည်နှင့် ပတ်သက်ပြီး အခြားပုဂ္ဂိုလ်ရေး ရွေးချယ်မှုများ ပြုလုပ်ရန် ခွင့်ပြုပေးရမည်။
- သင့်အား အလုပ်ခွင်တွင် ဆက်နေရန်နှင့် ခေါ်ဆိုခံရချိန်တွင် အလုပ်သို့ ပြန်လာရန် တောင်းဆိုနိုင်ပါသည် ၊ သို့သော် ထိုသို့မဟုတ်လျှင် အလုပ်တာဝန်များ သက်သာရာရနိုင်ပါသည်။
- သင့်ခေတ္တနားချိန်သည် သင့်အလုပ်ရှင် သို့မဟုတ် အလုပ်တာဝန်များဖြင့် နှောင့်ယှက်ခံရပါက 10 မိနစ် ဆက်တိုက် နားချိန် သင်ရချိန်အထိ ခေတ္တနားချိန်များ ပြန်လည်စတင်ပါသည်။

\*မှတ်ချက်- အလုပ်ခန့်သော အဖွဲ့အစည်းက တိုက်ရိုက် ခန့်အပ်ထားသည့် အလုပ်သမားများသည် လုပ်အားခပေးသော ဖျားနာချိန်နှင့် ဘေးကင်းရေးအချိန်တို့ အပါအဝင် အပိုဆောင်း ဒေသန္တရနှင့် ပြည်နယ် အလုပ်သမား စံနှုန်းများကို ခံစားခွင့်ရှိနိုင်ပါသည်။ အလုပ်သမား၏ အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်များကို [www.seattle.gov/laborstandards](http://www.seattle.gov/laborstandards) တွင် မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။



# စားသောက်ချိန်များ ခံစားပိုင်ခွင့်

အလုပ်ခန့်အပ်သော အဖွဲ့အစည်းတစ်ရပ်အတွက် သင်လုပ်ကိုင်ပေးသည့် ငါးနာရီတိုင်း အတွက် ငါးနာရီအဆုံးတွင် စားသောက်ချိန် မိနစ် 30 တောက်လျှောက်ကို ခံစားခွင့် သင့်တွင် ရှိပါသည်။

## စားသောက်ချိန်များ- သက်ဆိုင်သည့်နေရာကို အမှတ်အသားပြုပါ

- သင်၏ စားသောက်ချိန်အတွင်း သင်သည် အလုပ်တာဝန်များ လုံးဝကင်းလွတ်နေရပါမည်။ လုပ်အားခမပေးသော စားသောက်ချိန်ကို သင်လက်ခံရရှိပါမည်။ လုပ်အားခမပေးသော စားသောက်ချိန်ကို သင်စွန့်လွှတ်လိုက် စွန့်လွှတ်နိုင်ပါသည်။ စွန့်လွှတ်မှု သတ်မှတ်ချက်များအတွက် ဘေးဘက်အကွက်ကို ကြည့်ပါ။
- သင်၏ စားသောက်ချိန်တွင် သင်သည် အလုပ်ခွင်တွင် ဆက်နေရမည်ဖြစ်ပြီး ခေါ်ဆိုခံရသည့်အခါ အလုပ်သို့ ပြန်လာရမည်။ သို့မဟုတ်ပါက အလုပ်တာဝန်များ ရပ်စဲခံရပါမည်။ လုပ်အားခမပေးသော စားသောက်ချိန်ကို သင် ရရှိပါမည်။ ဤလုပ်အားခမပေးသော စားသောက်ချိန်ကို သင်စွန့်လွှတ်မရနိုင်ပါ။
- အိမ်ထောင်စုဝင်တစ်ဦး၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းရေးအတွက် သင်တာဝန်ယူရပါမည်။ သို့သော်လည်း လုပ်အားခမပေးသော စားသောက်ချိန်ကို သင်လက်ခံရရှိသင့်ပါသည်။ သင့်တာဝန်များကြောင့် သင့်စားသောက် ချိန်ကို လွတ်သွားသည့် နောက်များတွင် လွတ်သွားသော စားသောက်ချိန်တိုင်းအတွက် လုပ်အားခ၏ အပို ဆောင်း မိနစ် 30 သို့မဟုတ် \$ \_\_\_\_\_ ကို သင်ရရှိရပါမည်။
- သင့်တာဝန်များသည် သင့်စောင့်ရှောက်မှုအောက်ရှိ လူများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းရေးကို ဘေးမသင့်စေ ဘဲ တောက်လျှောက် စားသောက်ချိန် ရယူရန် မဖြစ်နိုင်စေပါ သို့မဟုတ် ဖြစ်နိုင်ခြေမရှိပါ။ လုပ်ကိုင်ခဲ့သည့် ငါး နာရီတိုင်းအတွက် အပိုဆောင်း မိနစ် 30 သို့မဟုတ် \$ \_\_\_\_\_ ကို သင့်အား ပေးဆောင်ပါမည်။

### စားသောက်ချိန် သတ်မှတ်ချက် များ-

- ဤစားသောက်ချိန်သည် သင့်အား အနားယူရန်နှင့် သင့်အချိန်ကို သင်မည်ကဲ့သို့ အသုံးပြုရမည်နှင့် ပတ်သက်ပြီး အခြားပုဂ္ဂိုလ်ရေး ရွေးချယ်မှုများ ပြုလုပ်ရန် ခွင့်ပြုပေးရမည်။
- သင့်စားသောက်ချိန်သည် သင့်အလုပ်ရှင် သို့မဟုတ် အလုပ်တာဝန်များဖြင့် နှောင့်ယှက်ခံရပါက 30 မိနစ် ဆက်တိုက် နားချိန် သင်မရမချင်း စားသောက်ချိန် များ ပြန်လည်စတင်ပါသည်။

### စားသောက်ချိန် သို့မဟုတ် နားရက် စွန့်လွှတ်ခြင်း။

- ဤစွန့်လွှတ်မှုသည် ဆန္ဒအလျောက်ဖြစ်ရမည်ဖြစ်ပြီး အလုပ်သမား၏ အကျိုးအတွက် ဖြစ်ရမည်။
- သင်စွန့်လွှတ်နေသော အခွင့်အရေးများနှင့် စွန့်လွှတ် ခြင်း၏ အကျိုးဆက်များကို သင်သိရှိထားရမည်။
- သင်၏ စွန့်လွှတ်မှုသည် စွန့်လွှတ်မှု၏ စတင် အကျိုးဝင်ရက်(များ) ကို ညွှန်ပြရမည်။
- ဤစွန့်လွှတ်မှုကို အချိန်မရွေး ရုပ်သိမ်းပိုင်ခွင့်သင့်တွင် ရှိပါသည်။



# နားရက်ခံစားခွင့်

6 ရက် ဆက်တိုက် သင်အလုပ်လုပ်ပြီး သင့်အလုပ်ခွင်တွင် နေထိုင် သို့မဟုတ် အိပ်စက်ပါက လုပ်အားခမပေးသော 24 နာရီ အနားယူချိန် ခံစားခွင့် သင့်တွင် ရှိပါသည်။

- 24 နာရီကာလဖြင့် အလုပ်ပမာဏတိုင်းက အလုပ်ရက်တစ်ရက်အဖြစ် သတ်မှတ်ချက်မီပါသည်။
- ဤ 24 နာရီ နားရက်ကာလအတွင်း သင်သည် အလုပ်တာဝန်များမှ လုံးဝ သက်သာခွင့် ရရှိရမည်။ အလုပ်ခွင်သို့ ပြန်လာရန် မလိုအပ်ရပါ သို့မဟုတ် ခေါ်ဆိုခံရပါက အလုပ်သို့ ပြန်လာရန် မလိုအပ်ရပါ။
- နားရက်တစ်ရက်ကို သင်စွန့်လွှတ်နိုင်ပါသည်။ စွန့်လွှတ်မှု သတ်မှတ်ချက်များအတွက် ဘေးဘက်အကွက် ကို ကြည့်ပါ။



# ပုဂ္ဂိုလ်ရေး စာရွက်စာတမ်းများကို ထိန်းသိမ်းထားပိုင်ခွင့်

သင်သည် သင်၏ မူလစာရွက်စာတမ်းများနှင့် ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းများကို သိမ်းဆည်းပိုင်ခွင့် ရှိသည်။



# လက်တုံ့ပြန်မှုကို တားမြစ်ထားသည်

သင်သည် လက်တုံ့ပြန်မှုမှ ကင်းလွတ်ပိုင်ခွင့် ရှိသည်။ Seattle မြို့ အလုပ်သမားစံနှုန်းများ (Seattle Labor Standards) ဖြင့် ကာကွယ်ပေးထားသည့် အခွင့်အရေးများကို ကျင့်သုံးခြင်းအတွက် အလုပ်ခန့်သော အဖွဲ့အစည်းအနေဖြင့် သင့်အပေါ် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်စေသော လုပ်ဆောင်ချက် (ဥပမာ၊ အလုပ်ထုတ်ခြင်း၊ ရာထူးချခြင်းနှင့် ရွှေ့ပြောင်းမှုအခြေအနေကို တိုင်ကြားရန် ခြိမ်းခြောက်မှုများ ပြုလုပ်ခြင်း) ပြုလုပ်ခြင်းသည် တရားမဝင်ပါ။

## မေးခွန်းများ သို့မဟုတ် တိုင်ကြားချက်များ ရှိပါသလား။

မေးခွန်းများ မေးရန် သို့မဟုတ် တိုင်ကြားချက် တင်ပြရန်  
Seattle မြို့ အလုပ်သမားစံနှုန်းများရုံးခန်း (Seattle Office of Labor Standards) ဖုန်း  
(206) 256-5297 သို့ ဆက်သွယ်ပါ  
သို့မဟုတ် [www.seattle.gov/laborstandards](http://www.seattle.gov/laborstandards) သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

၎င်းတို့၏ ဝန်ဆောင်မှုများက အခမဲ့ပါ။  
၎င်းတို့က အခမဲ့ ဘာသာစကား ပြန်ဆိုခြင်းကို ပံ့ပိုးပေးပါမည်။  
၎င်းတို့က သင်၏ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်မှု အခြေအနေနှင့် ပတ်သက်ပြီး သင့်အား မည်သည့် အခါမျှ မေးမြန်းမည် မဟုတ်ပါ။

## အရပ်သား အခွင့်အရေးများ ကာကွယ်မှုများ

ပြည်တွင်းအလုပ်သမားများသည် Seattle မြို့၏ မျှတသော အလုပ်အကိုင် ကျင့်ထုံးများ ဥပဒေ (Seattle's Fair Employment Practices Law) အရ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှောင့်ယှက်မှု၊ လက်တုံ့ပြန်မှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမှ ကင်းလွတ်ရန် အခွင့်အရေးလည်း ရှိပါသည်။

ဤအခွင့်အရေးနှင့် ပတ်သက်ပြီး နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်အတွက်  
Seattle နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးဆိုင်ရာရုံး (Seattle Office for Civil Rights) ဖုန်း  
(206) 684-4500 သို့ ဆက်သွယ်ပါ  
သို့မဟုတ် [www.seattle.gov/civilrights](http://www.seattle.gov/civilrights) သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။