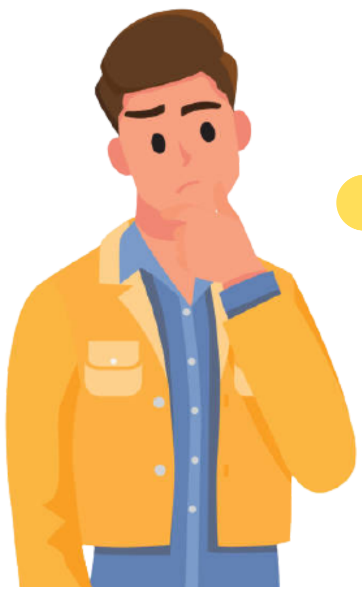

# सुरक्षित प्रवास के 11 चरण

## मैं सुरक्षित तरीके से विदेश कैसे जाऊँ कि वहाँ नौकरी के दौरान मेरे साथ धोखाधड़ी और शोषण ना हो ?

**करें 11 सूत्रों पर अमल, प्रवास होगा सफल !**

**सुरक्षित प्रवासन सम्बंधित जानकारी, प्रतिक्रिया या सुझाव के लिए एम.आर.सी 9935482070 या टोल-फ्री नंबर 18005470206 पर संपर्क कर सकते हैं।**

### 1 प्रवासन का निर्णय

☛ पूर्व-रोजगार जागरूकता कार्यशाला में भाग लें। ☛ प्रवासियों के संरक्षण (पी.ओ.ई) कार्यालय, प्रवासी संसाधन केंद्र (एम.आर.सी) पर संपर्क करें। ☛ पंजीकृत रजिस्टर्ड एजेंट (आर.ए) से परामर्श करें। ☛ सुरक्षित प्रवासन के बारे में विस्तृत जानकारी प्राप्त करें। ☛ विदेश जाने के निर्णय लेने से पहले सोचे की वहाँ पर कौन-कौन से जोखिम हैं ? और आपकी अनुपस्थिति में आपके परिवार का ख्याल कौन रखेगा आदि ?

### 2 पासपोर्ट सही माध्यम से प्राप्त करे

☛ हमेशा ऑनलाइन आवेदन करें। ☛ यदि संभव हो तो अधिक विवरण जानने के लिए निकटतम पासपोर्ट सेवा केंद्र (पी.एस.के) पर जाएं और आप पासपोर्ट हेल्प लाइन नंबर -18002581800 पर भी संपर्क कर सकते हैं। ☛ सत्यापन के दौरान कुछ भी भुगतान न करें। ☛ सुनिश्चित कर लें की आपका पासपोर्ट कम से कम छः माह के लिए वैध हो।

### 3 आवश्यक कौशल हासिल करना

☛ सरकारी/निजी संस्थानों से प्रशिक्षण लें। ☛ यह व्यक्तिगत प्रशिक्षण प्रदान करेगा जो आपको अनुभवी बनाएगा। ☛ आपके पास कम से कम 2 साल का कार्य अनुभव भी होना चाहिए। ☛ विदेश में काम करने के लिए आवश्यक कौशल होना एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, अन्यथा प्रवासियों को बंधुआ मज़दूरी की परिस्थितियों का सामना करना पड़ सकता है।

### 4 सरकारी पंजीकृत एजेंट से संपर्क करें

☛ सरकार से पंजीकृत एजेंट से संपर्क करें। ☛ रजिस्टर्ड एजेंट (आर.ए) की पंजीकरण आई.डी की जांच करें। ☛ प्रवासियों के संरक्षण (पी.ओ.ई) में रजिस्टर्ड एजेंट (आर.ए) के बारे में सत्यापित करें। ☛ निर्धारित राशि से अधिक का भुगतान न करें। अवैध एजेंट के माध्यम से ना जाएं। ☛ सही एजेंट की पहचान और उनके पिछले इतिहास की जानकारी भारत सरकार की वेबसाइट ई- माइग्रेंट से करें।

### 5 वर्क वीज़ा की प्राप्ति और इसकी जाँच करे

☛ हमेशा वर्क वीज़ा के साथ ही प्रवास करें। ☛ वर्क वीज़ा की प्राप्ति के लिए सरकारी पंजीकृत रजिस्टर्ड एजेंट (आर.ए) से संपर्क करें। ☛ वीजा मिलने पर उसे ठीक से जांचें। ☛ वीज़ा मिलने पर प्रवासियों के संरक्षण (पी.ओ.ई) द्वारा वीज़ा को सत्यापित करवाए। आप प्रवासी संसाधन केंद्र (एम.आर.सी) और विभिन्न प्रामाणिक वेबसाइट के जरिये भी अपने वीज़ा की जाँच करवा सकते हैं, अधिक जानकारी के लिए प्रवासी संसाधन केंद्र के नंबर पर 9935482070 पर संपर्क कर सकते हैं।

### 6 जॉब कॉन्ट्रैक्ट/अग्रीमेंट की प्राप्ति एवं उसकी जाँच करे

☛ कार्य अनुबंद में लिखी सभी नियम और शर्तों की जाँच करें, साथ ही साथ कार्य की प्रकृति, वेतन और अन्य लाभों के बारे में भी जानकारी ले ले। ☛ सुनिश्चित करें कि आपके पास समझने योग्य भाषा में कार्य अनुबंध होना चाहिए। ☛ अनुबंध के अनुसार, प्रवासी के पास पर्याप्त कार्य अनुभव और कौशल होना चाहिए।

### 7 प्रवासी भारतीय बीमा योजना में पंजीकरण और एन.आर.ई बचत खाता खुलवाएं

Pravasi Bhartiya Bima Yojna

☛ एन.आर.ई खाता कोई भी निकटम राष्ट्रीयकृत बैंक में खुलवा सकते हैं। ☛ कोई भी प्रवासी विदेश में कमाया धन एन.आर.ई खाते में जमा कर सकता हैं, जो प्रवासी का परिवार भारत में निकाल सकता हैं। ☛ अन्य देशों की तुलना में, भारतीय बैंक अधिक ब्याज देते हैं, इसलिए प्रवासियों को भी अधिक ब्याज दर मिल सकता हैं।

### 8 ई.सी.आर श्रेणी के लोग इमीग्रेशन क्लीयरेंस अवश्य करवाएं

☛ इमिग्रेशन क्लीयरेंस (ई.सी) सिर्फ ई.सी.आर पासपोर्ट धारको का ही होता हैं। ☛ इमिग्रेशन क्लीयरेंस (ई.सी) प्रवासियों के संरक्षण (पी.ओ.ई) द्वारा किया जाता हैं। ☛ आमतौर पर इमिग्रेशन क्लीयरेंस (ई.सी) एक से दस दिन में दी जाती है और यहां तक कि समूहों के विषय में भी इमिग्रेशन क्लीयरेंस भी एक से दस दिन में दी जाती हैं।

### 9 घर छोड़ने से पहले की तैयारी

☛ सुनिश्चित करें कि सभी दस्तावेजों कि फोटोकॉपी घर पर रेख दी हैं। ☛ घर से निकलने से पहले सुनिश्चित करे की आपके बैग का वजन निर्धारित वजन के जितना हैं। ☛ हवाई अड्डे पर कम से कम तीन घंटे पहले पहुंचे। ☛ हवाई अड्डे पर किसी से भी कोई भी पैकेट न ले, और यह भी ध्यान रखें की आपने अपने साथ ड्रग्स, चाकू/ छुरी, सिगरेट, तंबाकू या अन्य प्रतिबंधित सामान न ले जाए।

### 10 विदेश पहुँचने पर क्या करें ?

☛ एयरपोर्ट पर पहुँच कर इमीग्रेशन अधिकारी को अपना पासपोर्ट तथा वीज़ा दिखाए जो आपके पासपोर्ट पर प्रवेश मुहर लगाएंगे। ☛ उसके बाद आप नियोक्ता/ प्रतिनिधि से संपर्क करें। ☛ कठिनाई होने पर वहाँ मौजूद हेल्प डेस्क की सहायता लें। ☛ गंतव्य देश के श्रम कानूनों को समझे और पालन करें।☛ रोजगार की शर्तों का उल्लंघन होने पर अपने नियोक्ता से बात करें, समाधान नहीं होने पर अपने रजिस्टर्ड भर्ती एजेंट, प्रवासियों के संरक्षण (पी.ओ.ई), मदद पोर्टल पर शिकायत दर्ज करें।

### 11 वापसी

☛ विदेश में कार्य करने के दौरान आपने भविष्य के लिए जो पैसे बचाए हैं और जो अनुभव प्राप्त किया हैं उससे स्थानीय व्यवसाय की संभावना तलाश करें। और विदेश से लौटने पर यदि आवश्यक हो तो मानसिक या मनोसामाजिक सहायता प्राप्त करें।

**प्रवासन संसाधन केंद्र, कस्या, उत्तर प्रदेश**
सपहा रोड, एचपी पेट्रोल पंप के पास, पकड़ी डीह मोड़, कस्या, कुशीनगर- 274402, उत्तर प्रदेश