

雇主應提供勞工適當的休息時間

✓ 適用勞動基準法之產業類移工：

勞基法規定勞工連續工作4小時，至少應有 **30分鐘** 休息時間

~~~~~  
實行輪班制，或工作有連續性或緊急性者，  
雇主可以在工作時間內另行調配休息時間。

## ✓ 家庭看護工或幫傭：

依據勞動契約，雇主須保障移工每天至少  
休息 **8小時** 以上，勞雇雙方可以協商適當的休息時間



# นายจ้างต้องจัดให้ลูกจ้างมีเวลาพักผ่อนอย่างเหมาะสม

- ✔ แรงงานต่างชาติในภาคการผลิตที่อยู่ในขอบข่ายการบังคับใช้กฎหมายมาตรฐานแรงงาน :  
กฎหมายมาตรฐานแรงงานกำหนด แรงงานทำงานต่อเนื่องกันเป็นเวลา 4 ชม.  
ต้องมีเวลาหยุดพักการทำงานอย่างน้อย **30 นาที**



กรณีที่ทำงานเป็นกะ หรืองานที่ต่อเนื่อง หรืองานฉุกฉิน  
นายจ้างอาจปรับเวลาทำงานเพื่อให้ลูกจ้างมีเวลาพักผ่อนอย่างเหมาะสม

- ✔ ผู้อนุบาลในครัวเรือนหรือผู้ช่วยงานบ้าน :  
ตามสัญญาจ้างกำหนด นายจ้างต้องรับประกันให้แรงงานต่างชาติมีเวลาพักผ่อนอย่างน้อยวันละ **8 ชม**  
โดยนายจ้างกับลูกจ้างสามารถเจรจาตกลงกันเพื่อกำหนดช่วงเวลาพักผ่อนที่เหมาะสม



# Majikan wajib menyediakan waktu istirahat yang sesuai bagi tenaga kerjanya

✓ Pekerja Migran sektor industri yang tunduk dengan Undang-Undang Standar Ketenagakerjaan:

Berdasarkan UU Standar Ketenagakerjaan, tenaga kerja yang bekerja selama 4 jam berturut-turut wajib mendapatkan waktu istirahat setidaknya **30 menit**.

Mereka yang menerapkan sistem shift atau pekerjaan yang terus menerus atau mendesak, maka majikan dapat mengatur waktu istirahat selama jam kerja

✓ Perawat rumah tangga atau Penata Laksana Rumah Tangga (PLRT):

Berdasarkan perjanjian kontrak kerja, majikan wajib memastikan pekerja migran beristirahat setidaknya **8 jam** lebih setiap harinya, kedua belah pihak tenaga kerja dan majikan dapat mendiskusikan waktu istirahat yang sesuai



# Chủ sử dụng lao động cần cho phép người lao động nghỉ ngơi phù hợp.

✓ Đối với người lao động nhập cư làm việc trong các ngành nghề áp dụng Đạo luật Tiêu chuẩn Lao động: Đạo luật này quy định người lao động khi làm việc 4 giờ liên tục cần có ít nhất **30 phút** nghỉ ngơi.

Với người lao động làm việc theo chế độ ca kíp, hoặc người làm công việc liên tục hoặc khẩn cấp, chủ sử dụng lao động có thể bố trí thời gian nghỉ giữa giờ làm việc.

✓ **Khán hộ công hoặc giúp việc gia đình:**

Theo quy định của hợp đồng lao động, chủ sử dụng lao động phải đảm bảo cho người lao động được nghỉ ngơi **ít nhất 8 tiếng** mỗi ngày và hai bên tự thỏa thuận về thời gian nghỉ ngơi sao cho phù hợp.



# Employers are required to give workers an appropriate amount of rest time



Industry category foreign workers covered by the Labor Standards Act: The provisions of the Labor Standards Act stipulate that workers must be given a minimum of **30 minutes** rest for every 4 hours of continuous work.



In the event an employer utilizes a shift system for workers or where work is continuous or urgent in nature, alternative rest arrangements can be made during the work time.



Live-in care workers and home help:

Based on the provisions of the labor contract signed by the employer and foreign worker, the employer is required to guarantee the worker a minimum of **8 hours** rest a day, with the two sides negotiating a suitable amount of rest.