Nghiên cứu của nhóm công nhân Tôi mạnh mẽ tại tỉnh Thanh Hoá

NGHIÊN CỨU CÙNG CỘNG ĐỒNG TẠI BA HUYỆN
HẬU LỘC, THỌ XUÂN, NGỌC LẶC, TỈNH THANH HOÁ

toimanhme.revised.210316.indd 1 27/03/2021 9:58 AM

Mục lục

Lời cảm ơn
Trang 5

Giới thiệu các nhóm nghiên cứu
Trang 7

Phần I
Giới thiệu dự án và tiến trình các nhóm
công nhân Tôi mạnh mẽ làm nghiên cứu
Trang 11

Phần II
Kết quả nghiên cứu của các
nhóm công nhân Tôi mạnh mẽ
Trang 5

toimanhme.revised.210316.indd 3 27/03/2021 9:58 AM

Lời cảm ơn

Ấn phẩm mà các quý vị đang cầm trên tay là thành quả đến từ nỗ lực của các nhóm công nhân Tôi mạnh mẽ tại ba huyện Hậu Lộc, Ngọc Lặc, Thọ Xuân thuộc tỉnh Thanh Hoá. Các nghiên cứu xoay quanh các chủ đề quen thuộc trong cuộc sống của các chị: từ gia đình, nuôi dạy con, sức khoẻ... đến chủ đề về công việc. Cùng với Hội Liên hiệp phụ nữ tỉnh Thanh Hoá, tổ chức CARE quốc tế tại Việt Nam, Viện nghiên cứu Xã hội, Kinh tế và Môi trường (iSEE) và Quỹ Vì Tầm Vóc Việt (VSF), các chị em nghiên cứu viên đã làm việc trong vòng một năm để tìm ra kết quả được trình bày trong Ấn phẩm này. Chúng tôi xin cảm ơn Hội Liên hiệp phụ nữ tỉnh Thanh Hoá và hội phụ nữ các huyện, xã và các ban ngành địa phương đã làm cầu nối giữa chị em nhóm nghiên cứu tại địa phương và nhóm cán bộ dự án tại Hà Nội.

Cuối cùng, chúng tôi xin cảm ơn sự hỗ trợ tài chính từ nhãn hàng TARGET. Phần viện trợ này, thông qua dự án, đã mang lại cơ hội cho chị em công nhân tạo ra những thay đổi tích cực và ý nghĩa.

Trân trọng,

Nhóm dự án "Tôi mạnh mẽ"

toimanhme.revised.210316.indd 5 27/03/2021 9:58 AM

Giới thiệu các nhóm nghiên cứu

Nhóm nghiên cứu xã Xuân Lộc, huyện Hậu Lộc

Lê Thị Chung, Nguyễn Thị Thuý, Nguyễn Thị Thoa, Quách Thị Duyên

Nhóm nghiên cứu xã Lộc Sơn, huyện Hậu Lộc

Trần Thị Thu Tính, Nguyễn Thị Ngọc, Vũ Thị Tuyết, Lê Thị Phương, Nguyễn Thị Bích, Lưu Thị Hiền, Lưu Thị Hiền

toimanhme.revised.210316.indd 7 27/03/2021 9:58 AM

Nhóm nghiên cứu Thị trấn Hậu Lộc, huyện Hậu Lộc

Nguyễn Thị Luyên, Nguyễn Thị Loan, Đỗ Thị Tuyến

Nhóm nghiên cứu xã Hoà Lộc, huyện Hậu Lộc

Phạm Thị Thúy, Phạm Thị Phố, Phạm Thị Hồng, Phạm Thị Chờ, Nguyễn Thị Hạnh, Nguyễn Thị Dung, Trương Thị Nguyệt, Nguyễn Thị Thúy, Trịnh Thị Lý, Nguyễn Thị Bích, Biện Thị Thuỷ, Phạm Thị Xuân

toimanhme.revised.210316.indd 8 27/03/2021 9:58 AM

Nhóm nghiên cứu huyện Thọ Xuân

Cao Thị Yến, Nguyễn Thị Diệp. Phan Thị Huệ, Lê Thị Tuyết, Ngô Thị Yến, Lê Thị Vân, Lê Thị Mai, Lê Thị Nga

Nhóm nghiên cứu thôn Hưng Sơn, huyện Ngọc Lặc

Lê Thị Nhung, Phạm Thị Cúc, Bùi Thị Giang, Phạm Thị Nguyệt, Lê Thị Tâm, Phạm Thị Hường, Phạm Thị Lan, Phạm Thị Hương, Hà Thị Liên, Lê Thị Nga, Phạm Thị Phượng
(Hình ảnh này chưa bao gồm toàn bộ các thành viên nhóm nghiên cứu)

toimanhme.revised.210316.indd 9 27/03/2021 9:58 AM

Nhóm nghiên cứu Thị trấn Ngọc Lặc, huyện Ngọc Lặc

Lê Thị Hằng, Trần Thị Nga, Phạm Thị Linh, Hà Thị Ngân, Phạm Thị Uyên, Lê Thị Hoa, Lê Thị Hồng, Trần Thị Hiền, Nguyễn Thị Đào, Hoàng Thu, Nguyễn Thị Ngọc
(Hình ảnh này chưa bao gồm toàn bộ các thành viên nhóm nghiên cứu)

Nhóm nghiên cứu thôn Hạ Sơn 1 và 2, huyện Ngọc Lặc

Triệu Thị Hoa, Phùng Thị Mến, Triệu Thị Quyên, Triệu Thị Hường, Triệu Thị Hoà, Triệu Thị Dung, Lê Thị Linh

toimanhme.revised.210316.indd 10 27/03/2021 9:58 AM

PHẦN I

Giới thiệu dự án và tiến trình nhóm Tôi mạnh mẽ làm nghiên cứu

Nghiên cứu cùng cộng đồng ở Thanh Hoá

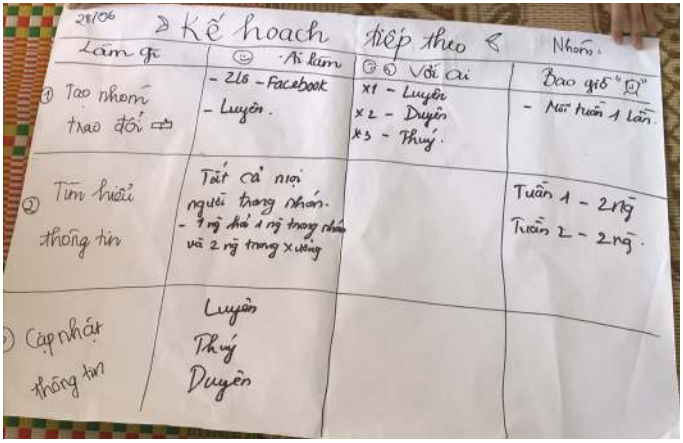
Dự án Tôi mạnh mẽ thực hiện tại ba huyện Hậu Lộc, Thọ Xuân, Ngọc Lặc thuộc tỉnh Thanh Hoá sử dụng cách tiếp cận nghiên cứu cùng cộng đồng và thực hiện Quỹ sáng kiến nhằm hướng đến nâng cao đời sống của công nhân trong môi trường làm việc và tại cộng đồng. Các chị em được tập huấn về phương pháp nghiên cứu có sự tham gia của cộng đồng bao gồm kỹ năng hỏi để lấy thông tin, tổng hợp số liệu, trình bày báo cáo; tập huấn về Luật Lao động và các vấn đề khác mà công nhân quan tâm. Thông qua quá trình thực hiện nghiên cứu, các nhóm công nhân đã tìm hiểu được các vấn đề của chính mình, sau đó thực hiện các cuộc đối thoại với các bên liên quan và các sự kiện cộng đồng để nâng cao nhận thức của người xung quanh.

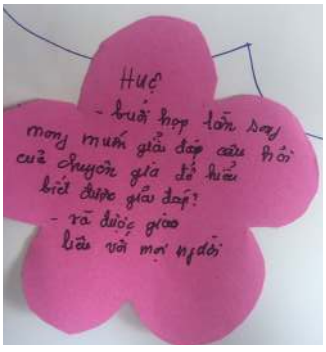
toimanhme.revised.210316.indd 11 27/03/2021 9:58 AM

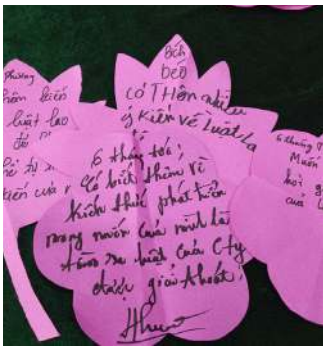
1. Cùng học hỏi về khái niệm và phương pháp nghiên cứu

Trong năm buổi tập huấn đầu tiên, các chị em công nhân tại ba huyện đã làm quen với khái niệm Đồng nghiên cứu, bắt đầu lựa chọn đề tài quan tâm và đi hỏi mọi người xung quanh để hiểu rõ thực trạng của vấn đề muốn nghiên cứu. Qua nửa chặng đường dự án, các chị đã xây dựng được kế hoạch nghiên cứu, tự đi tìm hiểu thông tin (thông qua việc đi hỏi phỏng vấn, quan sát, ghi chép...), điền vào khung nghiên cứu, xác định những nội dung còn thiếu, cần tìm hiểu thêm.

toimanhme.revised.210316.indd 12 27/03/2021 9:58 AM







toimanhme.revised.210316.indd 13 27/03/2021 9:58 AM

2. Cùng trao đổi với các chuyên gia để bổ sung kiến thức, tổng hợp, phân tích thông tin và hoàn thành báo cáo nghiên cứu

2.1. Bổ sung kiến thức về Luật Lao động, sức khoẻ sinh sản, dinh dưỡng cho trẻ nhỏ

Qua buổi tư vấn kiến thức về Luật Lao động, nhóm nghiên cứu có có thêm thông tin về Luật lao động để so sánh với các quy định của nhà máy trong việc tính lương, thưởng, quy định nghỉ phép.

toimanhme.revised.210316.indd 14 27/03/2021 9:58 AM

Qua buổi tư vấn về sức khoẻ sinh sản, nhóm nghiên cứu có thêm thông tin để bổ sung vào khung nghiên cứu về sức khoẻ của mình.

Qua buổi tư vấn về dinh dưỡng nhóm Ngọc Lặc có thêm kiến thức về đề tài của mình.

toimanhme.revised.210316.indd 15 27/03/2021 9:58 AM

2.2. Tổng hợp, phân tích thông tin và hoàn thành báo cáo nghiên cứu

Sau khi thu thập thông tin cùng với việc trao đổi với các chuyên gia, các nhóm Tôi mạnh mẽ tại 3 huyện đã thực hiện việc phân tích, tổng hợp thông tin và hoàn thành 7 báo cáo nghiên cứu thuộc hai nhóm chủ đề chính:

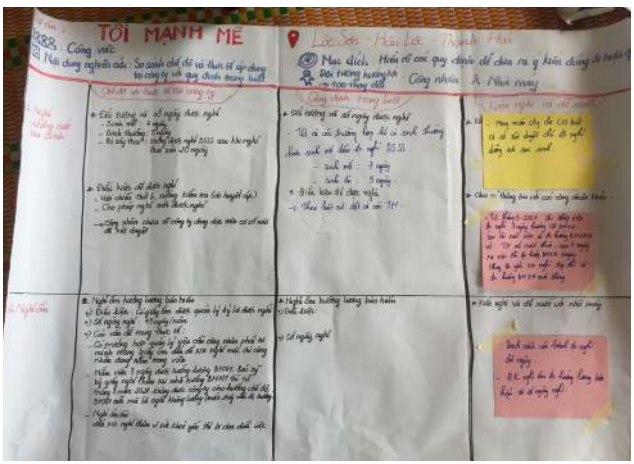
a. Nhóm chủ đề liên quan đến vận động chính sách — Đối thoại với các bên liên quan

— Thực trạng của các quy định của nhà máy liên quan đến lương và thâm niên, môi trường làm việc, tăng ca

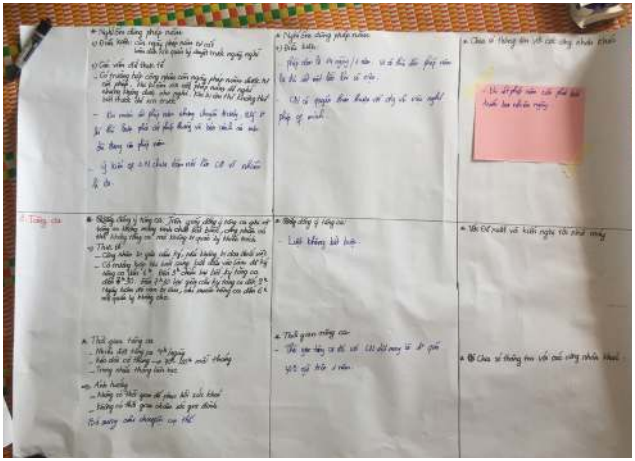
b. Nhóm chủ đề liên quan đến nâng cao nhận thức cộng đồng.

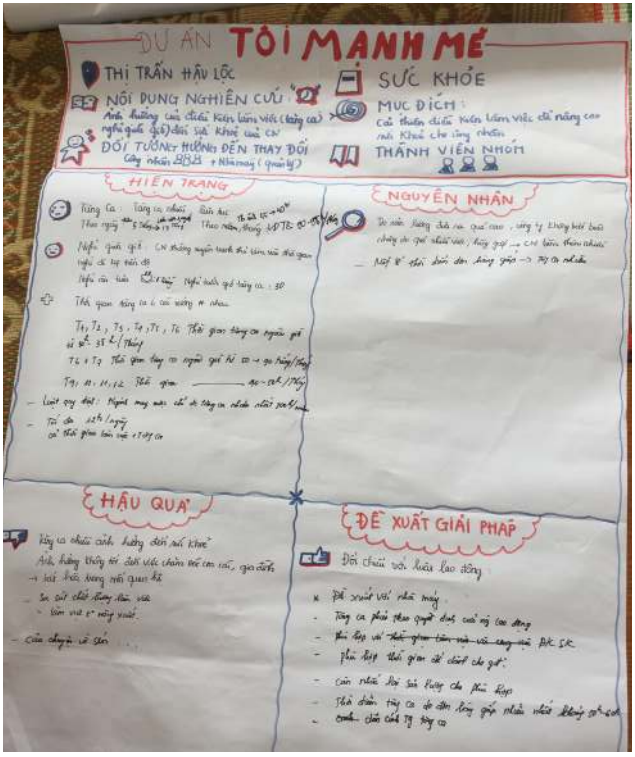
— Ảnh hưởng của điều kiện làm việc tới sức khoẻ công nhân
— Chăm sóc sức khoẻ sinh sản cho công nhân
— Dinh dưỡng cho trẻ nhỏ
— Nuôi dạy con hiệu quả
— Tăng cường sức khoẻ thể chất cho nữ công nhân

Nội dung chi tiết của các báo cáo nghiên cứu được trình bày tại Phần II.



toimanhme.revised.210316.indd 16 27/03/2021 9:58 AM





toimanhme.revised.210316.indd 17 27/03/2021 9:58 AM

3. Cùng thay đổi

Qua quá trình tìm hiểu và tổng hợp thông tin, các nhóm quyết định đưa ra hai hình thức chính để trình bày kết quả nghiên cứu của mình: Tổ chức đối thoại với các bên liên quan và Tổ chức sự kiện cộng đồng nhằm chia sẻ kiến thức từ các nghiên cứu của nhóm. Các nhóm Tôi mạnh mẽ đã chủ động thiết kế tiến trình các sự kiện cộng đồng và chủ động điều phối buổi Đối thoại và chia sẻ giữa nhóm công nhân Tôi mạnh mẽ và nhà máy.

Nhóm Tôi Mạnh mẽ ở huyện Thọ xuân thiết kế tiến trình cho ngày hội chia sẻ

Nhóm Tôi mạnh mẽ ở Ngọc Lặc chuẩn bị cho ngày hội chia sẻ

toimanhme.revised.210316.indd 18 27/03/2021 9:58 AM

Nhóm Tôi mạnh mẽ ở Hậu Lộc chuẩn bị nội dung cho buổi đối thoại

Ở các sự kiện cộng đồng, các hoạt động kết nối tình cảm giữa các công nhân và lan toả kiến thức đã diễn ra sôi nổi, tạo nên không gian để các công nhân chia sẻ các thực hành và kinh nghiệm của mình.

Ngày hội ở huyện Ngọc Lặc

toimanhme.revised.210316.indd 19 27/03/2021 9:58 AM

Ngày hội chia sẻ ở huyện Thọ Xuân

Ngày hội chia sẻ ở xã Hoà Lộc, Hậu Lộc

Ở sự kiện đối thoại, nhóm công nhân Tôi mạnh mẽ đã điều phối toàn bộ tiến trình trao đổi giữa công nhân - nhà máy - chính quyền địa phương trong không khí trao đổi cởi mở, thẳng thắn.

Nhóm Tôi mạnh mẽ trình bày kết quả nghiên cứu trong buổi Đối thoại - chia sẻ

toimanhme.revised.210316.indd 20 27/03/2021 9:58 AM

PHẦN II

Kết quả nghiên cứu của các nhóm công nhân Tôi mạnh mẽ

1. Nhóm chủ đề liên quan đến Vận động chính sách — Đối thoại với các bên liên quan

A. THỰC TRẠNG

Lương và thâm niên

Lương

"Lương nhà máy hiện tại là 3.400.000đ/người. Nếu tăng lương thì nhà máy sẽ cần chi thêm 600 triệu nữa. Chúng tôi cũng hiểu khó khăn của nhà máy, nhưng nếu được tăng lương công nhân có động lực làm việc hơn, làm việc hiệu quả và năng suất hơn."

Thâm niên

Thâm niên của nhà máy đang dừng lại ở mức 5 năm và không tăng thêm sau đó.

Số lượng thưởng loại A có giới hạn (chỉ 15% trên 1 phân xưởng) nên một số người có cố gắng cũng không được nhận thưởng xứng đáng vì chỉ 15% được nhận thưởng. Thưởng loại A và B chênh lệch nhau ít.

toimanhme.revised.210316.indd 21 27/03/2021 9:58 AM

toimanhme.revised.210316.indd 22 27/03/2021 9:58 AM

toimanhme.revised.210316.indd 23 27/03/2021 9:58 AM

Môi trường làm việc

Hệ thống làm mát

"Trước kia có quạt trần và sau này có hệ thống làm mát bằng hơi nước tuy nhiên vẫn có giới hạn chứ không phải toàn bộ xưởng. Chỗ ngồi mát thì năng suất hơn, ít ngất, còn những người ngồi trong chuyền 1, 2 đổ lại thì công nhân bị ngất xỉu."

Nơi không có hệ thống làm mát, chỉ có quạt thông gió

Nơi có hệ thống làm mát

toimanhme.revised.210316.indd 24 27/03/2021 9:58 AM

Nhà xe

"Trước kia chưa có nhà xe thì công nhân để xe ở ngoài, tìm bìa các tông phủ lên. Sau đó công ty ổn định hơn thì xây dựng nhà xe cho công nhân. Tuy nhiên diện tích nhà xe chật hẹp, chỉ để được 1000 xe trong khi đó có 3000 công nhân. Chất lượng nhà xe có vấn đề ví dụ mùa mưa lũ thì lụt lội, mùa hè thì bụi bặm."

toimanhme.revised.210316.indd 25 27/03/2021 9:58 AM

Tủ đựng cơm

"Theo chúng tôi được biết thì 10 năm thay tủ một lần. Một lần dùng bằng gỗ nén thì vài năm sau mục nát. Sau đó công ty thay bằng tủ tôn nhưng công nhân đem đồ ăn đến rớt xuống nên đáy tủ han gỉ mục nát, có nhiều chuột bọ."

toimanhme.revised.210316.indd 26 27/03/2021 9:58 AM

Nguồn nước

Nhiều công nhân không biết rõ về nguồn nước được cung cấp như thế nào. Công ty chưa cung cấp thông tin rõ ràng về nguồn nước uống có được đảm bảo vệ sinh hay không. Chúng tôi quan sát và nhận thấy 1 số công nhân sau khi uống nước có hiện tượng đau bụng, đầy bụng, nên một số công nhân đun nước ở nhà mang đi. Cây nước chỉ có nước lạnh không có nước nóng nên mùa đông rất bất tiện. Có một số trường hợp nước có mùi.

toimanhme.revised.210316.indd 27 27/03/2021 9:58 AM

Tăng ca

Thời gian tăng ca nhiều: Xưởng 2, 3 tăng ca 100 giờ/tháng mà theo luật Lao động thì thời gian tăng ca đối với ngành may mặc là không quá 300 giờ/năm.

Câu chuyện của Phương:

"Về đến nhà lúc 9h kém 10, thấy hai con nằm lê la thì thấy thương và xúc động (con 2 tuổi và 5 tuổi), chồng thì đi làm xa. Khi kể câu chuyện đó cho mọi người thì tất cả mọi người đều đồng cảm.

Phép nghỉ vào thứ 7 không thuận lợi cho việc khám sức khỏe do bệnh viện không làm việc. Công nhân phải chọn ngày khác để nghỉ nên thiếu người làm việc tại chuyền."

toimanhme.revised.210316.indd 28 27/03/2021 9:58 AM

B. HẬU QUẢ

Lương và thâm niên

— Tiền lương thấp khiến đời sống công nhân không đảm bảo.
— Tiền sữa, bỉm... một tháng mất gần một triệu nên 10.000đ rất ít so với giá sữa trên thị trường.
— Thâm niên dừng lại ở mức 5 năm khiến công nhân có tay nghề cao chán nản, như vậy công ty mất đi nguồn công nhân chất lượng tốt, mất công đào tạo người mới.
— Công nhân có tay nghề cảm thấy không được thưởng xứng đáng do chênh lệch thưởng A, B, C không khác nhau nhiều.

Môi trường làm việc

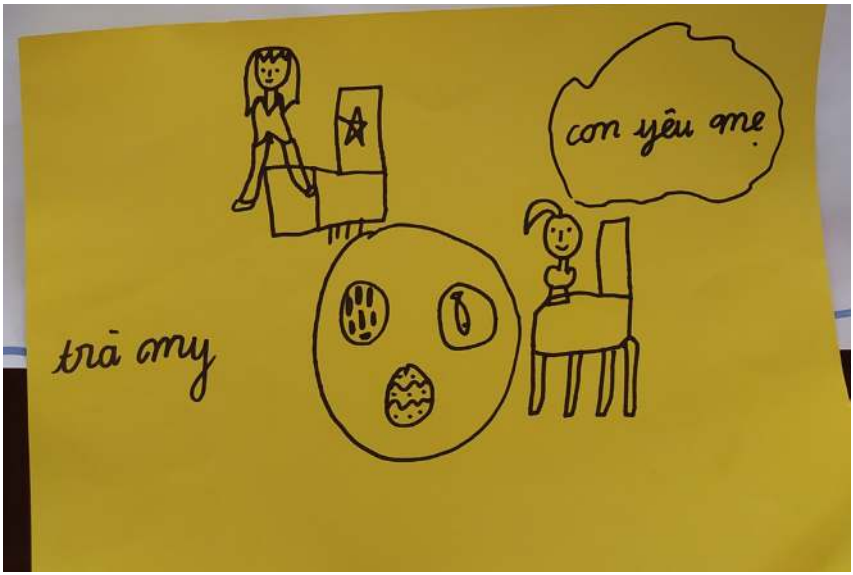
— Hệ thống làm mát bị chập chờn khiến sức khỏe của công nhân không được đảm bảo, ảnh hưởng đến công việc.
— Mùa hè công nhân uống nước lạnh thì không sao, nhưng mùa đông sẽ gây đau họng cho nhiều người.
— Chất lượng nguồn nước không đảm bảo khiến nhiều người bị đau bụng.

Tăng ca

— Tăng ca nhiều ảnh hưởng đến sức khỏe: Sa sút chất lượng làm việc, mệt mỏi và sẽ làm việc không năng suất, ảnh hưởng đến chất lượng sản phẩm, làm hay bị lỗi. Nếu trong điều kiện sức khoẻ bình thường công nhân làm lỗi ít hơn là khi tăng ca quá vất vả.
— Tăng ca gây ảnh hưởng không tốt đến việc chăm sóc con cái, gia đình, sẽ gây nên bất hòa trong mối quan hệ gia đình. Có gia đình vợ tăng ca về muộn liên tục, vợ chồng cãi nhau, có trường hợp dẫn đến ly hôn.

toimanhme.revised.210316.indd 29 27/03/2021 9:58 AM

— Mẹ Luyên: Có một hôm chị nói “Mẹ về sớm,” thế là con gái reo lên "Thích quá, mẹ về sớm nấu cơm ngon cho con ăn!"



C. NGUYÊN NHÂN

Lương và thâm niên

— Công nhân không rõ cơ chế tính lương của công ty — tại sao lương của Ivory lại thấp hơn mức lương của các công ty khác trong vùng?
— Cơ chế hoạt động của quỹ thâm niên đang được tính như thế nào?
— Sản lượng: Tại sao đang từ 80sp/h lại lên 110sp/h?
— Thực tế công ty có quy định giới hạn thưởng của loại A không?
— Tại sao công ty lại thay đổi quy định nghỉ phép năm như vậy?
— Tiêu chí xét duyệt nghỉ dưỡng sức sau sinh đang được dựa trên quy định nào?

toimanhme.revised.210316.indd 30 27/03/2021 9:58 AM

Môi trường làm việc

— Tìm hiểu quy trình cung cấp nước, chúng tôi được biết quy trình xử lý nước của công ty như sau:

Nước sông Lèn → nhà máy nước sạch → bể chứa

→ cục lọc nước của công ty → bình chứa → CN sử dụng

— Hiện trạng vệ sinh ở từng khâu:

- Nước sông Lèn bẩn, chưa được xử lý. Chưa rõ nhà máy nước sạch xử lý nước thế nào
- Bể chứa không quan sát được do ở trên cao.
- Không có thông tin về cục lọc nước có được thay thường xuyên không; lọc có kỹ không vì chỉ có 1 cục.
- Bình chứa nước: Có bao nhiêu bình chứa của mỗi xưởng, có đủ cung cấp nước cho CN không? Bình có được vệ sinh thường xuyên không? Bình chứa được che bằng tấm vài thì tấm vải có được thay thường xuyên không? Những điều trên đây chúng tôi không có thông tin, không biết thay lúc nào.

Tăng ca

— Do sản lượng đưa ra quá cao nên áp lực lên quản lý rồi áp lực lên chuyền trưởng rồi lại dồn áp lực xuống công nhân

— Do nhiều việc, hàng gấp nên công nhân làm thêm nhiều

— Một số thời điểm đơn hàng gấp nên tăng ca nhiều

— Ví dụ về việc tăng ca:

Mã X: 30 cái/h → 7 triệu thưởng cả chuyền

Tháng 1: Xưởng A đạt → thưởng; Xưởng B không đạt → làm thêm giờ để đạt sản lượng, không thưởng

Tháng 2: Mục tiêu 32 cái/h; Xưởng B càng làm thêm giờ để đạt sản lượng

toimanhme.revised.210316.indd 31 27/03/2021 9:58 AM

D. GIẢI PHÁP

Lương và thâm niên

Lương

Đề xuất nhà máy cung cấp thêm thông tin về cơ sở tính lương từ đó cùng thảo luận để tìm giải pháp điều chỉnh mức lương phù hợp.

Thâm niên

— Có thể điều chỉnh giảm mức phụ cấp thâm niên của những người đủ 5 năm để có quỹ phụ cấp thâm niên cho những người trên 5 năm.
— Tăng số lượng người được thưởng loại A theo tình hình thực tế chứ không cố định, miễn sao đảm bảo quỹ.

Môi trường làm việc

— Đề xuất cải thiện lát lại nền nhà xe để mùa mưa công nhân đi lại đỡ vất vả:
  - Nhà máy góp công: Chi phí đổ bê tông.
  - Công nhân góp sức: Cùng nhau làm.
— Vấn đề tủ đựng cơm, chúng tôi đề xuất:
  - Nhà máy góp công: Chi phí thay tủ đựng.
  - Công nhân góp sức: Tuyên truyền để cùng nhau giữ vệ sinh.

toimanhme.revised.210316.indd 32 27/03/2021 9:58 AM

— Vấn đề nguồn nước, chúng tôi đề xuất:
  - Đề nghị BGĐ công ty kiểm nghiệm chất lượng nước đang cung cấp ở bình chứa nước của mỗi xưởng. Khi kiểm nghiệm xong nếu nguồn nước không đảm bảo đề nghị công ty thay đổi và vệ sinh lau rửa thường xuyên, để nguồn nước đảm bảo vệ sinh. Một số công nhân có thể tham gia kiểm nghiệm thực tế về quy trình sản xuất nước và chia sẻ kết quả với các chị em công nhân khác.
  - Đề xuất công ty có cử cán bộ chuyên về vệ sinh nước / đảm bảo an toàn lao động (trong đó có giữ vệ sinh nguồn nước).
— Về tình hình máy móc ở xưởng, nên sửa chữa, nâng cấp lại nhà để xe và bổ sung quạt và hệ thống làm mát vào mùa hè.

Tăng ca

— Tăng ca phải theo khả năng, quyết định của người lao động, phù hợp với thời gian để dành cho gia đình. Công ty nên cân nhắc lại sản lượng cho phù hợp, phải có điểm dừng (định ra mức sàn, mức trần). Thời điểm tăng ca do đơn hàng gấp nhiều nhất khoảng 50–60 giờ.
— Công ty nên tính toán để dãn cách thời gian tăng ca, phân chia nhân lực ở từng công đoạn phù hợp hơn. Chỉ tăng ca 1 tuần 3 buổi, và chỉ đến 18h30.
— Bảo trì máy để hỗ trợ và thay thế máy cũ, vào thời gian cao điểm tăng cường máy móc bổ sung.

Cắt phép năm

Đề xuất với công ty cắt phép năm vào ngày thứ 2 thay vì vào thứ 7 để công nhân có thể có thời gian trong tuần để đi khám bệnh hoặc làm các giấy tờ, thủ tục hành chính.

toimanhme.revised.210316.indd 33 27/03/2021 9:58 AM

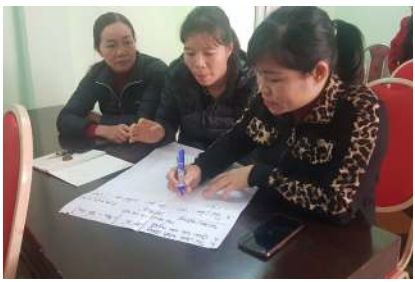
2. Nhóm chủ đề liên quan đến nâng cao nhận thức cộng đồng

2.1. Chủ đề Ảnh hưởng của điều kiện làm việc tới sức khoẻ công nhân

A. THỰC TRẠNG

Các chị em gặp một số bệnh và vấn đề sức khỏe liên quan đến điều kiện làm việc

— Các bệnh về mắt: mỏi mắt, cận thị, mờ mắt, viêm giác mạc
— Đau nhức toàn thân: đau vai gáy, đau lưng, đau mông, bệnh trĩ, căng cơ, đau chân
— Thận yếu
— Đau dạ dày
— Đau đầu
— Viêm xoang
— Ngứa, rôm sảy, mụn



toimanhme.revised.210316.indd 34 27/03/2021 9:58 AM

B. NGUYÊN NHÂN

— Thường xuyên tập trung nhìn vào chi tiết trên sản phẩm, màn hình máy tính, tiếp xúc bụi vải
— Ít vận động, giữ nguyên một tư thế trong thời gian dài (4 tiếng), ngồi nhiều, đứng nhiều, cúi nhiều, tư thế làm việc không chuẩn
— Nhịn uống nước, nhịn đi vệ sinh do nhịp độ làm việc liên tục
— Ăn xong không nghỉ ngơi
— Tiếng máy ồn đặc biệt khi làm gần quạt thông gió, tập trung làm việc lâu
— Nơi làm việc nóng

C. GIẢI PHÁP

Công nhân tự thực hiện:

— Xoa bóp, tự tạo khoảng thời gian vận động tại chỗ
— Tận dụng thời gian nghỉ ngắn giữa giờ trò chuyện với các chị em trong nơi làm việc
— Đầu mối với các tổ chức phụ nữ mời người tư vấn về vấn đề sức khỏe
— Hình thành thói quen đeo khẩu trang
— Khuyến khích nghỉ ít nhất 15 phút sau khi ăn
— Ăn nhiều thực phẩm chứa nhiều vitamin
— Thay đổi thói quen nhịn uống nước, nhịn đi vệ sinh

Đề xuất đến nhà máy:

— Đề xuất khám định kỳ: tai, mũi, họng
— Có phòng riêng để các chị em có thể vệ sinh cá nhân trong những ngày chu kỳ đến tháng
— Nghỉ ngắn, tập thể dục 5–10 phút giữa giờ

toimanhme.revised.210316.indd 35 27/03/2021 9:58 AM

2.2. Chủ đề Chăm sóc sức khoẻ sinh sản cho công nhân

A. THỰC TRẠNG

— Các bệnh phụ khoa thường gặp: Viêm cổ tử cung, ngứa vùng kín trước và trong kỳ kinh nguyệt, viêm lộ tuyến, viêm âm đạo do nấm, polyp cổ tử cung, viêm vùng chậu, u xơ tử cung
— Tình trạng mang thai ngoài ý muốn: 20–30%
— Tỷ lệ công nhân mắc bệnh phụ khoa: 95%, 80% chị em chưa QHTD mắc bệnh phụ khoa
— Chăm sóc sức khỏe của nhà máy: Công ty tổ chức khám sức khỏe tổng quát 2 lần/năm
— Tự sử dụng thuốc phá thai

toimanhme.revised.210316.indd 36 27/03/2021 9:58 AM

B. HẬU QUẢ

— Nạo phá thai, uống thuốc tránh thai không đúng cách: dễ gây vô sinh
— Ung thư cổ tử cung, u nang buồng trứng, viêm nhiễm âm đạo, các bệnh lây nhiễm như lậu, giang mai, sùi mào gà
— Ảnh hưởng đến sinh hoạt hàng ngày và kinh tế
— Ảnh hưởng đến công việc

C. NGUYÊN NHÂN

— QHTD không đúng cách, vệ sinh không sạch sẽ trước và sau khi QHTD
— Vệ sinh không đúng cách, đặc biệt trong chu kỳ kinh nguyệt
— Mặc đồ bó sát, ẩm ướt
— Dùng sai biện pháp tránh thai
— Môi trường nước bị ô nhiễm
— Không thăm khám, kiểm tra thường xuyên do ngại, khi có triệu chứng mệt mỏi mới đi kiểm tra.
— Ăn uống thiếu khoa học
— Nạo phá thai tại nơi không uy tín
— Sức đề kháng kém
— Căng thẳng, stress khiến cơ thể mất cân bằng nội tiết → dễ nhiễm vi khuẩn, nấm
— QHTD không lành mạnh
— Đặt vòng không đúng cách gây viêm âm đạo
— Thiếu hiểu biết

toimanhme.revised.210316.indd 37 27/03/2021 9:58 AM

D. GIẢI PHÁP

Khuyến nghị với công nhân

— Dùng các biện pháp tránh thai: bao cao su, thuốc tránh thai, đặt vòng, cấy que, tính ngày, màng tránh thai tại chỗ
— Kiểm tra khi thấy mất chu kỳ kinh nguyệt
— Vệ sinh đúng cách với dung dịch vệ sinh
— Tiêm phòng
— Kiểm tra sớm khi thấy cơ quan sinh dục có dấu hiệu bất thường
— Chế độ ăn uống, nghỉ ngơi hợp lý, thường xuyên rèn luyện thể dục thể thao
— Chia sẻ, tâm sự những khó khăn với chồng và người thân
— Giảm bớt sinh hoạt vợ chồng trong thời kỳ điều trị bệnh và sinh con

Khuyến nghị với chồng và các thành viên khác của gia đình

— Người chồng chia sẻ trách nhiệm phòng tránh thai và tình dục an toàn với vợ
— Hiểu và chia sẻ công việc nhà với người phụ nữ để người phụ nữ có thời gian và tâm sức chăm sóc cho sức khỏe nói chung và sức khỏe sinh sản nói riêng

Khuyến nghị với nhà máy

— Trao đổi nguyên nhân nước bị ô nhiễm với cơ quan địa phương và nhà máy
— Truyền thông về chăm sóc SKSS qua hệ thống loa phát thanh của nhà máy (3–5 phút/ngày)

toimanhme.revised.210316.indd 38 27/03/2021 9:58 AM

Khuyến nghị với HPN và ban ngành địa phương

— Tổ chức các buổi truyền thông tại cộng đồng về kiến thức và kỹ năng chăm sóc SKSS

2.3. Chủ đề Dinh dưỡng cho trẻ nhỏ

A. THỰC TRẠNG

— Chị em gặp khó khăn trong việc chăm sóc dinh dưỡng cho con, cho con ăn đầy đủ nhưng vẫn còi.
— Cho con ăn theo sở thích thì con còi, không đảm bảo sức khỏe.
— Con ăn nhiều đồ ăn vặt, bướng không chịu ăn.
— Ông bà cho ăn dặm sớm.

toimanhme.revised.210316.indd 39 27/03/2021 9:58 AM

B. HẬU QUẢ

— Kém hấp thu, suy dinh dưỡng, suy giảm hệ miễn dịch
— Chậm phát triển chiều cao, cân nặng, trí tuệ
— Hay mắc các bệnh về đường hô hấp, tiêu hóa
— Thiếu vi chất gây nên rối loạn tăng trưởng
— Ảnh hưởng đến chỉ số cảm xúc
— Cho con ăn khi xem điện thoại dẫn đến không hấp thu, không ngon miệng

C. NGUYÊN NHÂN

— Thường xuyên ăn không đủ chất
— Ăn không ngon miệng, không muốn ăn
— Không ăn thức ăn chưa được băm nhỏ
— Chỉ ăn một số món nhất định
— Ăn đủ chất nhưng không hấp thu được
— Hệ vi sinh đường ruột mất cân bằng
— Không tiết được men tiêu hóa
— Thiếu vi chất dinh dưỡng
— Thiếu sữa mẹ
— Ăn dặm quá sớm hoặc quá muộn
— Do giun sán
— Trẻ bị đau răng
— Hay ốm vặt

toimanhme.revised.210316.indd 40 27/03/2021 9:58 AM

D. GIẢI PHÁP

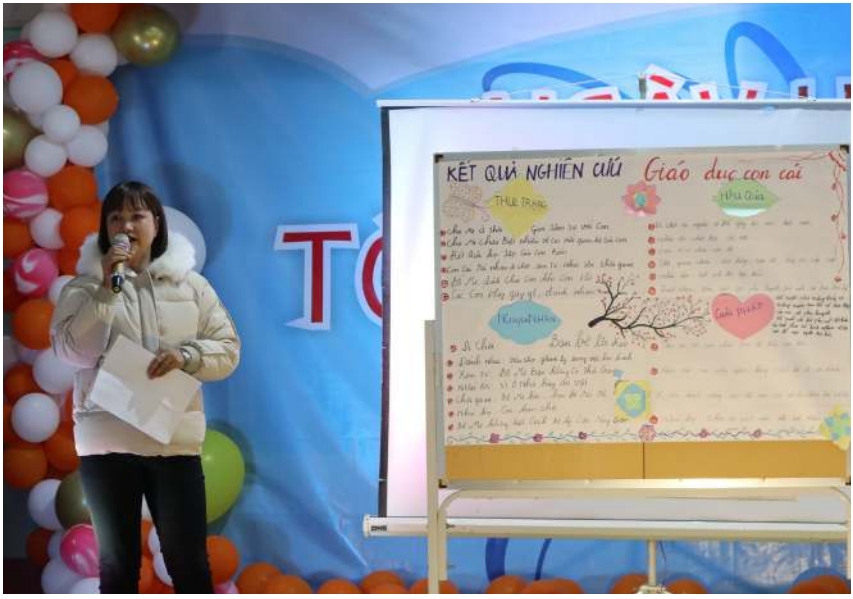
— Bổ sung đầy đủ chất dinh dưỡng
— Chia làm nhiều bữa nhỏ trong ngày
— Các món ăn đa dạng, đổi món để hợp khẩu vị của con
— Trang trí món ăn màu sắc đẹp, phong phú
— Tạo cảm giác vui vẻ khi ăn
— Ăn thức ăn ngon, sạch, đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm
— Đảm bảo vệ sinh cá nhân sạch sẽ
— Không dọa nạt, quát tháo trẻ khi ăn
— Khuyến khích con vận động nhiều hơn
— Cho trẻ uống đủ nước, bổ sung vitamin
— Tẩy giun thường xuyên
— Không ăn vặt trước khi ăn cơm
— Cho trẻ đi khám răng

toimanhme.revised.210316.indd 41 27/03/2021 9:58 AM

2.4. Chủ đề Nuôi dạy con hiệu quả

A. THỰC TRẠNG

— Cha mẹ ít thời gian tâm sự với con về chuyện học tập
— Cha mẹ chưa biết nhiều về các mối quan hệ bạn bè của con
— Kết quả học tập của con kém
— Con cái rủ nhau đi chơi, xem TV, nhác ăn, nhác học, chơi game
— Các con hay gây gổ, đánh nhau
— Bố mẹ đánh chửi con khi con hư
— Bố mẹ và gia đình chưa biết cách giáo dục trẻ hiệu quả



toimanhme.revised.210316.indd 42 27/03/2021 9:58 AM

B. HẬU QUẢ

— Các con bỏ học đi chơi, có thể gây tai nạn, tự ý đi bơi mà không có sự giám sát của người lớn sẽ dễ gặp phải tình trạng đuối nước
— Xem TV nhiều dễ dẫn đến bị cận thị
— Con hay chơi game, nghiện game sẽ dẫn đến tình trạng nhác học, hay ăn cắp vặt để lấy tiền chơi game
— Con cái nhác học sẽ dẫn đến kết quả học tập kém
— Các con gây gổ đánh nhau phải gọi phụ huynh, cơ thể bị trầy xước, rối loạn tâm lý, không muốn đi học

C. NGUYÊN NHÂN

— Các con bị ảnh hưởng bởi bạn bè và môi trường xung quanh. Các con có thể bị lôi kéo vào chơi game, và đánh nhau
— Thiếu sự quan tâm, chia sẻ của bố mẹ, gia đình do bố mẹ quá bận với công việc hoặc làm ăn xa nhà
— Bố mẹ chưa có những kiến thức và hiểu biết về phương pháp giáo dục con hiệu quả. Bố mẹ vẫn cứ nghĩ rằng đánh mắng là cách dạy con tốt nhất. Hoặc nhiều khi bố mẹ và ông bà chiều con quá. Ví dụ như bố mẹ dự trữ quá nhiều đồ ăn vặt trong nhà nên các con có thể ăn tùy thích, vì vậy đến bữa chính các con ăn thấy không ngon thành ra nhác ăn.
— Bản thân bố mẹ chưa biết cách kiềm chế cơn nóng giận của bản thân, cứ khi tức giận, thất vọng thì sẽ thể hiện ra bằng chửi mắng, hoặc đánh con, mặc dù sau đó lại ân hận
— Sự phối hợp trong giáo dục trẻ giữa bố mẹ và giáo viên nhà trường chưa được chặt chẽ, kịp thời. Nên nhiều khi trẻ có hành vi chơi game, nhác học hoặc đánh nhau mà bố mẹ và nhà trường chưa kịp thời nắm bắt được.

toimanhme.revised.210316.indd 43 27/03/2021 9:58 AM

D. GIẢI PHÁP

Giải pháp thứ nhất

Bố mẹ nên dành nhiều thời gian quan tâm, trò chuyện, tâm sự với con và cũng là để hiểu con nhiều hơn. Ví dụ: Bố mẹ có thể hỏi việc học tập của con dạo này thế nào rồi; Con có đang gặp phải khó khăn nào mà chưa tìm ra cách giải quyết không?

Giải pháp thứ hai

Bố mẹ nên biết kiềm chế cơn tức giận của mình bằng cách không đánh đập hay chửi mắng con vì như vậy con sẽ cài số lùi chống lại mình. Bố mẹ có thể bỏ đi nơi khác cho cơn tức giận hạ bớt xuống rồi sau đó mới nói chuyện để phân tích cho con hiểu.

Giải pháp thứ ba

Bố mẹ và giáo viên, nhà trường cần có sự phối hợp thông tin, chia sẻ thường xuyên và kịp thời về tình trạng học tập, cũng như các vấn đề khác của con. Thông qua đó, bố mẹ và giáo viên sẽ có cơ hội hiểu rõ về con hơn, và cùng phối hợp để giáo dục con hiệu quả hơn

Giải pháp thứ tư

Tại nhà máy hoặc tại địa phương, cần có tổ chức các buổi học hỏi, chia sẻ kinh nghiệm về tâm sinh lý lứa tuổi, đặc biệt là tuổi dậy thì của trẻ; về cách giáo dục con. Những gia đình công nhân có kinh nghiệm thực tế giáo dục con hiệu quả thì có thể đến chia sẻ với mọi người. Và có thể mời thêm các chuyên gia về giáo dục trẻ đến chia sẻ thêm.

toimanhme.revised.210316.indd 44 27/03/2021 9:58 AM

2.5. Chủ đề Tăng cường Sức khỏe thể chất cho nữ công nhân

A. THỰC TRẠNG

— Công nhân làm việc 8 tiếng và thường xuyên tăng ca tới 4h/ngày
— Hầu hết công nhân gặp tình trạng đau đầu, chóng mặt, buồn nôn
— Về đến nhà luôn trong trạng thái mệt mỏi

B. HẬU QUẢ

— Công nhân không có đủ sức khoẻ cho việc nhà và dành thời gian chất lượng cho gia đình.
— Công việc không được đảm bảo do sức khỏe không tốt
— Gặp những tác động lâu dài đến sức khoẻ thể chất và tinh thần

C. NGUYÊN NHÂN

— Công nhân làm việc trong một tư thế cố định, ví dụ công nhân vận hành máy may sẽ luôn làm việc cố định ở trạng thái ngồi hoặc công nhân làm việc với máy là sẽ luôn làm việc ở vị trí đứng
— Công việc liên quan đến việc vận hành máy móc trực tiếp nên công nhân cần tập trung cao độ để tránh tai nạn lao động
— Chịu áp lực bởi tiếng ồn ào của máy móc trong suốt khoảng thời gian làm việc từ 8 đến 12 tiếng mỗi ngày.

D. GIẢI PHÁP

— Tổ chức hoạt động thể thao cho chị em
— Lựa chọn môn thể thao bóng hơi
  • Do đây là môn thể thao dễ chơi, nhẹ nhàng, có tính đồng đội cao.
  • Tổ chức chơi được tại sân nhà cộng đồng của thôn
  • Chơi vào Chủ nhật và tối muộn ngày thường
— Tuyên truyền vận động để chị em tham gia.

toimanhme.revised.210316.indd 45 27/03/2021 9:58 AM