

WU GONG BAO DIAN

务工宝典

陈宁等 编写

求职、工作、维权、生活、教育、健康、心理

全面关注务工者权益



特别推荐

**新《劳动合同法》
打工族维权新途径**

广东省出版集团

广东教育出版社

务工宝典

陈 宁等 编写

广东省出版集团

广东教育出版社

· 广州 ·

图书在版编目(CIP)数据

务工宝典/陈宁等编写. —广州: 广东教育出版社,
2008. 5

ISBN 978-7-5406-6902-7

I. 务… II. 陈… III. 农民-劳动就业-中国-学习参考
资料 IV. D669. 2

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第049148号

策 划: 周伟励 刘宗贵
责任编辑: 刘宗贵 吴曼华 刘 茵 李 智 郝琳琳
封面设计: 陈国樑
责任技编: 吴伟腾
插 图: 龙 戈

广东教育出版社出版发行
(广州市环市东路472号12-15楼)

邮政编码: 510075

网址: <http://www.gjs.cn>

广东新华发行集团股份有限公司经销

中山新华商务印刷有限公司印刷

(中山市火炬开发区逸仙大道)

850毫米×1168毫米 32开本 9.25印张 230 000字

2008年5月第1版 2008年5月第1次印刷

印数1~5 000册

ISBN 978-7-5406-6902-7

定价: 15.00元

质量监督电话: 020-87613102 购书咨询电话: 020-34120440



八 荣 八 耻

以热爱祖国为荣，以危害祖国为耻；
 以服务人民为荣，以背离人民为耻；
 以崇尚科学为荣，以愚昧无知为耻；
 以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻；
 以团结互助为荣，以损人利己为耻；
 以诚实守信为荣，以见利忘义为耻；
 以遵纪守法为荣，以违法乱纪为耻；
 以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻。

——胡锦涛



倡导和谐务工 共创阳光财富



前言

从乡村到城市，从务农到务工，这是一条漫漫的打工路！
更是我们的致富之路，梦想之路！

——每年中国有超过一亿的农村兄弟姐妹走在这条道路上……

在这条道路上：

每当务工时节，搭上火车、汽车、轮船，我们从偏远的乡村来到城镇，由农田进入工厂、工地、饭店、商场，城市中到处都有我们的身影，每一座高楼的崛起，每一条道路的延伸，谁说没有我们的血汗？

在这条道路上：

有我们浓浓的愁绪。城乡的差别，生活习惯的差异，导致务工者一开始就有着这样那样的不适应；但最刺痛我们的是那些冷漠的眼神，以及不公平的待遇。为了致富的愿望，我们把这一切暂时埋入心底。最可怕的是辛辛苦苦干了活，最后却拿不到工钱！还有那些工伤、职业病，都是我们所担忧和恐惧的！

在这条道路上：

有着悠长悠长的思念。家里的老人年纪大了，要我们在城市里帮着寻找好药。妻子已经一年没见了，电话里说不出的是思念，只有年底拿了工钱回家让她高兴高兴！更让人心忧的是孩子，每年只有过年回去一趟，平常啥也顾不上。一听到“留

守儿童”这个词就让人难过！难道为了赚钱，我们就把孩子也放弃了吗？

在这条道路上：

更有火红的希望！漫漫务工路充满曲折，但我们仍然学习着、改变着、提高着。凭着心底的梦想，我们百折不挠，我们吃苦耐劳！故乡始终在心底，家人的容颜是我们最大的动力。我们终将会眼界开阔、素质提升，为那遥远的故乡带去知识、信息和人脉！

《务工宝典》正是以我们出门务工的道路为主线，完全以务工者的需求和特点编写而成的一本完全帮助手册，汇集了你在务工道路上可能遇到的问题，并力图给出最简单，并可操作的解决办法。

这本书的编写过程本身就是一个传奇！这个传奇源自一场“爱心接力”，因为善良和正义，相识、不相识的人们的爱心汇聚，成就了这个愿望。

《务工宝典》终于在新《劳动合同法》正式实施的历史时刻与广大务工者见面了。同时，我们正在努力实施一个公益计划，要将这本书尽快送给农村中准备出门务工的人们，让他们尽早了解这些内容。在一个倡导“和谐”的社会里，我们认为，个人素质的提升、个体觉悟的提高将使和谐的意义更加完整，那样的局面是每个务工者所期待的：和谐务工，阳光财富！

《务工宝典》是由陈宁等人发起，以回馈乡恩的深情厚意，为农村出门打工的兄弟姐妹而用心编写的一本打工指导手册。本书的目标是一本书，一个新世界，我们希望广大务工者读完本书后，进城不会再受到不必要的伤害。



目 录

第一章 打工前的准备 \3

工作篇 \3

你能出门打工吗 \4

如何规划职业 \4

外出务工有哪些工作 \6

去哪里打工好 \9

各地政府网站使用指南 \10

如何选择进城务工时间 \11

如何去海外“挣洋钱” \12

提升篇 \13

参加职业技能培训的途径有哪些 \14

农村初、高中毕业生参加职业技能培训的好处 \15

选择职业技术学校的技巧 \16

创造自学新天地 \18

维权篇 \20

老乡介绍出去打工，应该注意什么 \20

如何鉴别招工单位的真假 \21

*劳动合同的基本内容是什么 \21

*包工头能否代签合同 \22

*保姆是否可以签合同 \23

如何防止被骗干违法行当 \24

打工前应知道的法律知识 \26

*与新《劳动合同法》相关内容。

打工前如何安排好家里的土地 \28

生活篇 \29

家人的健康要考虑周全 \29

“留守孩子”细心托付 \30

“留守妻子”勿相忘 \31

进城务工影响婚育吗 \32

如何塑造务工者的健康心态 \33

“留守家庭”防盗要点 \34

“留守家庭”如何防诈骗 \35

“留守女童”的安全防范 \37

警惕农村黑网吧 \38

第二章 旅途须知 \43

旅途准备篇 \44

出门打工应带的证件、资料 \44

踏上旅途的准备 \45

长途汽车购票必读 \45

乘坐长途汽车常识 \46

买火车票必读 \47

乘坐火车旅途须知 \47

飞机购票必读 \48

乘坐飞机旅途须知 \49

乘坐轮船旅途必读 \50

生活篇 \52

如何让旅途更愉快 \52

维权篇 \53

如何识别假票 \53



如何识别假币	\53
如何和接站人碰头	\54
走丢了怎么办	\55
旅途常见诈骗手段	\56
城市交通篇	\59
买张地图了解城市	\59
认识城市交通工具——公共汽车	\59
认识城市交通工具——地铁	\61
认识城市交通工具——出租车	\62
认识城市交通工具——轻轨	\63
如何过马路	\64
为什么要注意交通安全	\65

第三章 初到城市 \69

工作篇	\70
找工作的信息之“道”	\70
你知道如何面试吗	\72
临时工与“非全日制用工”	\73
如何尽快适应工作	\74
工作中要注意劳动安全	\76
遇到工伤怎么办	\77
工伤的分类	\78
协议失公平 诉讼保权益	\79
什么是职业病	\79
建立职业性体检概念	\81
职业病预防方法	\81
提升篇	\86

初到城市的常用语 \ 86

找工作的礼仪 \ 88

企业培训有哪些 \ 90

接打电话的礼仪 \ 91

使用手机的礼仪 \ 91

维权篇 \ 92

如何办理暂住证 \ 92

求职的常见陷阱有哪些 \ 93

怎样防止在职业介绍所求职时受骗 \ 95

用人单位不签“劳动合同”怎么办 \ 98

巧学《劳动合同法》的有关规定 \ 99

关于计件工资制 \ 101

不可签订的几种合同 \ 101

如何避免签无效合同 \ 102

如何识别传销 \ 103

如何从传销中逃脱 \ 105

直销和传销有何不同 \ 106

认识“企业式”传销 \ 107

防止激情犯罪 \ 107

生活篇 \ 109

到打工地如何尽快安顿下来 \ 109

入住集体宿舍的文明公约 \ 110

不可忽视的个人卫生 \ 111

找工作期间如何解决短期住宿问题 \ 112

想家了咋办 \ 113

如何结交朋友 \ 114

饮食中的健康 \ 115

如何防止食物中毒，发生食物中毒怎么办 \ 117



如何认识城市的购物场所 \118

如何找打电话的地方 \119

如何寄钱、汇钱 \120

如何购买手机 \121

手机使用须知 \122

如何存钱 \123

ATM机使用安全提示 \124

ATM机的犯罪案例 \124

身份证丢失怎么办 \126

银行卡丢失怎么办 \127

手机丢失怎么办 \127

健康证丢失怎么办 \128

驾驶执照丢失怎么办 \128

打工族购买保险的建议 \129

第四章 稳定阶段 \133

工作篇 \134

树立职业化态度 \134

职业人状态如何培养 \135

安全篇 \138

安全用电需要注意什么 \138

怎样防止火灾，发生火灾怎么办 \138

如何防止煤气中毒，发生煤气中毒怎么办 \139

面对突发灾害的正确态度 \140

礼仪篇 \141

礼仪大课堂 \141

问路的文明习惯 \142

走路的文明习惯 \142

骑自行车的文明习惯 \142

乘电梯的文明习惯 \142

商场购物的文明习惯 \143

理财篇 \144

如何积累财富 \144

如何消费巧省钱 \146

维权篇 \149

维权主要有途径 \149

维权不可忽视的时间限制 \150

我国的劳动保障监察制度 \151

哪些情况可以向劳动争议仲裁委员会申请仲裁 \152

如何向劳动争议仲裁委员会申请仲裁 \153

如何跟法律援助机构打交道 \153

找律师打官司最重要的是什么 \154

如何认定事实劳动关系 \155

如何防止性骚扰 \157

什么情况下用人单位不得单方面解除劳动合同 \158

哺乳期要加班吗 \158

最需要提防的诈骗种类 \159

最需要防范的城市犯罪行为 \160

学法篇 \162

恶意讨薪不划算 \162

远离赌博, 保住健康, 守住财富 \163

赚了金钱莫失去自己 \164

出门打工莫把婚姻法抛到脑后 \164

生活篇 \166



如何租到合意的房子 \166

如何装扮我们的城市小屋 \167

如何面对工作压力 \168

心理篇 \172

做个真正的男子汉 \172

做个快乐的女孩 \173

健康篇 \175

女性进城要注意什么 \175

谨防打工族疾病 \177

常见病自我预防与治疗 \178

如何上医院看病 \180

怎样做到“既看了病，又省了钱” \181

自己当自己的医生 \183

如何面对打工中的婚恋 \183

如何预防艾滋病 \185

未婚妈妈的悲剧 \186

第五章 发展阶段 \191

工作篇 \192

如何参加职业技能鉴定 \192

如何办理职业资格鉴定 \193

职业技能鉴定的四大步骤 \193

参加职业技能竞赛为自己镀金 \194

职场成功者的秘诀 \194

如何与领导相处 \196

学习做一名成功的管理者 \196

跳槽，你想清楚了吗 \197

提升篇 \200

- 城市的成人高校 \200
- 四种成人高等教育方式比较 \202
- 城市处处有学堂 \203
- 如何提高自学能力 \204
- 教你30天口才训练计划 \205
- 学英语有助提高工作能力 \207

维权篇 \209

- 什么情况下用工单位不可以解雇员工 \209
- 什么情况下用人单位可以立即解除劳动合同 \209
- 什么情况下劳动者可以要求解除劳动合同并要求赔偿 \210
- 关于无固定期限劳动合同 \211
- 违反《劳动合同法》用人单位将受何惩罚 \211

生活篇 \214

- 如何在城市中学习现代理财 \214
- 如何办理结婚证 \215
- 婚前必读：现代医学常识 \216
- 外地打工如何办理孕检证明 \217
- 如何优生优育使家庭美满 \217
- 外来打工族子女教育的途径 \220
- 如何帮助孩子提高学习成绩 \222
- 如何在漂泊中寻找归宿感 \223

创业篇 \225

- 回乡创业前问几个为什么 \225
- 成就大业要了解国家政策，争取国家相关贷款 \225
- 致富故事 \227



实用信息附录 \232

附录一 \232

进城打工常见职业介绍 \232

附录二 \244

打工时的性格测试题(参考) \244

附录三 \248

工伤急救常识 \248

附录四 \254

恋爱观测试 \254

附录五 \259

恋爱成熟度测试 \259

附录六 \263

孕期280天常规孕检实用时间表 \263

附录七 \267

善用中医解决生活小毛病 \267

附录八 \271

部分省市救助站联系方式 \271

附录九 \277

广东省各市法律援助中心联系方式 \277

参考文献 \279

后记 \280



打工 一个时尚的词
大山孩子的嘴里
常常蹦出
我要去打工
一个梦想在飞翔
打工 打工 我要去打工
多么勇敢的呼喊
打开生命的窗口
改变一代人的理想