

仓库工人安全

仓库配送中心的工人可能会暴露在与叉车、高温、传送带、物料搬运等相关的危险中。这份情况说明书提供了关于如何消除或控制暴露于这些危害中的有用信息。

你的雇主有责任实施有效的书面伤害和疾病预防计划(IIPP)，以及其他安全与健康计划，以减少你接触这些危害的风险，防止工作场所的伤害和疾病。

预防中暑

通过休息降温和经常喝水来降低患中暑的风险。你的雇主必须为所有员工免费提供饮用水，并给他们足够的时间喝水。

如果你感到任何中暑症状，让你的主管知道，这些症状可能包括：

- 大量出汗
- 恶心或呕吐
- 肌肉痉挛
- 疲劳或虚弱
- 头疼
- 迷失方向或非理性行为

如果可能的话，减少接触潜在热源。在进入热金属运输容器之前，要留出时间冷却。

你的雇主必须在必要时采取防护措施，以防止中暑。例如，您的雇主可以安装便携式风扇，或者在可行的情况下，在装卸作业期间在建筑物内放置运输集装箱。

预防重复性运动损伤

以下技术可以帮助防止因重复性工作而受伤：

- 转换任务来改变动作，让受影响的身体部位得到休息。
- 当过程配额制度增加了受伤的可能性时，通知你的主管。
- 使用适当设计的手工工具。



- 使用适当的姿势和举重技巧。
- 在可行的情况下，使用简单的运输工具，如手推车、手推车、便携式剪刀升降机、堆垛机和手推车。
- 如果您持续感到不适，请要求对工作站进行人体工程学评估或重新设计。

仓库配送中心的雇主不得要求工人达到阻止或干扰工人用餐或休息时间、使用浴室(包括往返浴室设施的合理旅行时间)或任何职业健康和安全的配额的配额。

叉车周围安全作业

工人可能会被叉车和其他动力工业卡车严重伤害，即使他们不是设备操作员。在搬运设备周围工作时，应注意以下事项：

- 在穿过十字路口或进入工作区域之前，与操作员和观察员进行目光接触。

(接下页)



- 在冷藏区。佩戴适当的寒冷天气个人防护装备，如耐寒手套。

双雇主和临时(临时)机构

如果你是一名临时工，你的临时工中介机构和你在所在仓库的雇主都对你的安全和健康负责，必须保护你免受工作场所的危害。临时机构和接待雇主必须按照Cal/OSHA标准的要求为您提供工作场所保护，例如适当的培训和PPE。

COVID-19和其他感染预防

工作人员应采取预防措施，并遵循目前的CDPH预防COVID-19指南。雇主必须遵守适用的安全法规，以防止COVID-19的传播。

解决工作场所暴力

您的雇主必须受理并回应您关于工作场所暴力事件的报告。他们还必须记录此类事件，并就其工作场所暴力预防计划对您进行培训。

- 注意车道和盲区交叉路口。
- 注意不安全的负载。
- 听喇叭。
- 留在指定的行人通道内。
- 如果你闻到汽车尾气的味道，或者感到头昏眼花，立即通知主管。

防止滑倒、绊倒和跌倒

立即通知主管工作场所可能导致滑倒、绊倒和跌倒的潜在危险，例如：

- 不平整和光滑的表面。
- 人行道杂乱或堵塞。
- 照明不足。
- 物料、工具、设备堆放或存放不当。

使用个人防护装备(PPE)

穿戴个人防护用品，如安全鞋、安全手套等，保护自己免受危险。如有要求，雇主必须提供个人防护装备。在工作中尤其如此：

- 用锋利的工具，如美工刀、刀具或胶带枪。
- 危险化学品。在适用的情况下，一定要戴上合适的手套和护目镜。

资源

无论移民身份如何，所有工人都有权享有安全和卫生的工作场所，并可向加州/职业安全与健康管理局提出关于工作场所安全和健康危害的保密投诉。

有工作相关问题或投诉的员工可致电833-579-0927，用英语或西班牙语联系Cal/OSHA呼叫中心。

在Cal/OSHA的网站：99calor.org上了解更多关于预防中暑疾病的信息，或拨打热量帮助热线1-877-99-CALOR (1-877-992-2567)。

2024年9月

