

酷热天气 防中暑

गर्म मौसम में लू लगने से रोकथाम

गर्मीयाममा तापको विपदा रोकुहोस्

ป้องกันโรคลมแดดในสภาพอากาศร้อน

Prevent Heat Stroke in Hot Weather

Pencegahan terhadap Serangan Hawa Panas saat Cuaca Panas

Pag-iwas sa Heat Stroke sa Panahon ng Tag-init

گرم موسم میں لُو سے روک تھام

合适衣物 Suitable Clothing

उपयुक्त वस्त्र
Pakaian yang Sesuai
उपयुक्त कपडा
Angkop na Pananamit
สวมใส่เสื้อผ้าที่เหมาะสม
مناسب کپڑے پہنیں



定时饮水

नियमित रूप से पानी पीजिए
नियमित रूपमा पानी पिरनु
हमँनदीमनाबोय १

Drink Water Regularly

Minum Air secara Teratur
Palagiang Uminom ng Tubig
باقاعدگی سے پانی پیئیں

切勿饮酒

No Alcohol

शराब बिल्कुल नहीं
Hindari Minuman Keras
मदिरा सेवन नगर्नु
Huwag Uminom ng Alak
งดแอลกอฮอล์
الكحول سے اجتناب



加设上盖

Sun Shelter

सूर्य निवास
Tempat Berteduh dari Sengatan Matahari
चामबाट आश्रय
Lugar na Masisilungan
ที่หลบแดด
دهوپ سے اوٹ



定时小休

Regular Rest Breaks

नियमित अन्तराल के बाद आराम
Jeda Istirahat yang Teratur
नियमित विश्राम
Paghinto sa Trabaho sa Oras ng Pahinga
หยุดพักเป็นระยะ ๑
باقاعدہ آرام کے وقفے



轮流工作

Job Rotation

कार्यावर्तन
Menggilirkan Pekerjaan
कार्य हेरफेर
Halinhinan sa Trabaho
สับเปลี่ยนงาน
کام کی باریاں لینا



劳工处 职业安全及健康部

व्यावसायिक सुरक्षा और स्वास्थ्य शाखा
श्रम विभाग

व्यावसायिक सुरक्षा र स्वास्थ्य शाखा
श्रम विभाग

แผนกความปลอดภัยด้านอาชีวอนามัยและสุขภาพ
กรมแรงงาน

劳工处职安健投诉热线 : 2542 2172

(所有投诉均会绝对保密)

श्रम विभाग के व्यावसायिक सुरक्षा
और स्वास्थ्य शिकायत हॉटलाइन : 2542 2172
(सभी शिकायतों को सख्त गोपनीयता में रखा जाएगा)

श्रम विभागको व्यावसायिक सुरक्षा
र स्वास्थ्य उजुरी हटलाइन : २५४२ २१७२
(सबै उजुरीहरूलाई कडा गोपनीयताको साथ व्यवहार गरिन्छ)

สายด่วนร้องทุกข์กรมแรงงานเรื่องความปลอดภัยในอาชีพและสุขภาพโทร : 2542 2172
(ข้อมูลร้องเรียนทั้งหมดจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ)



Occupational Safety and Health Branch
Labour Department

Cabang Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Departemen Tenaga Kerja

Sangay ng Kaligtasan at Kalusugan sa Trabaho
Kagawaran ng Paggawa

پیشہ ورانہ تحفظ و صحت کی شاخ
محکمہ لیبر

Labour Department's Occupational Safety & Health Complaint Hotline: 2542 2172
(All complaints will be treated in the strictest confidence)

Hotline Keluhan Kesehatan & Keselamatan Kerja
Departemen Tenaga Kerja: 2542 2172
(Semua keluhan akan dijaga ketat kerahasiaannya)

Hotline para sa Reklamo sa Kaligtasan at Kalusugan sa Trabaho ng
Kagawaran ng Paggawa : 2542 2172
(Lahat ng reklamo ay mahigpit na ipaglililhim)

محکمہ لیبر کی پیشہ ورانہ تحفظ و صحت کی شکایات کی ہاٹ لائن: 2542 2172
(تمام شکایات پر رازداری کے ساتھ عمل درآمد کیا جائے گا)