

# Are you a TEMPORARY FOREIGN WORKER?

Are you *interested in learning about health and safety in your workplace?*

**WE CAN HELP!** We offer:

**FREE** Workshops and **Information** on different topics, including:

- Understanding how to protect yourself from hazards, injuries, and illness at work (e.g., muscle-joint injuries, working with chemicals, heat stress, and many more).
- Orientation to health and safety requirements in the workplace and protections for workers in Ontario.

**FREE** **Health and Safety Resources**, including: safety glasses, respirators, air purifiers for shared enclosed spaces (e.g., at the workplace, or in shared worker housing).

Workshops and information are available in the location of your choice and in multiple languages.

If interested: | Si le interesa:

 WhatsApp / Phone  
613-857-7767

**Monique**  
(Français, English, Español)

 e-Mail  
mlefebvre@ohcow.on.ca



# ¿Es usted TRABAJADOR(A) EXTRANJERO TEMPORAL?

¿Está usted *interesado en aprender sobre la salud y seguridad en su trabajo?*

**¡PODEMOS AYUDAR!** Ofrecemos:

**GRATUITOS** **Talleres e información** gratuitos sobre varios temas, incluyendo:

- Como protegerse de los peligros, lesiones y enfermedades en el trabajo (por ejemplo, lesiones musculares y de las articulaciones, contacto con químicos, estrés de calor y muchos otros).
- Orientación sobre los requisitos de salud y seguridad en el lugar de trabajo y protecciones para los trabajadores en Ontario.

**GRATUITOS** **Recursos de salud y seguridad**, como lentes de seguridad, mascarillas, purificadores de aire para espacios encerrados (por ejemplo, lugares de trabajo o casas compartidas para trabajadores).



Nuestros talleres y recursos de información están disponibles en varios idiomas y en el lugar que usted elija.

 **OH Cow**  
Occupational Health Clinics  
for Ontario Workers Inc.

Clínicas de Salud Ocupacional para Trabajadores de Ontario