

# **Are you here on a work visa? A temporary foreign worker?**

**Want to learn more  
about health and  
safety at work?**

**We can help. We offer:**

- Free** Workshops and information about topics, including:
- How to protect yourself from hazards, injuries, and illness at work (like aches and pains, heat stress, eye health)
  - An orientation to health and safety requirements on the job and protections for workers in Ontario

**Free Health and safety resources**

including: safety glasses, respirators, air purifiers for shared enclosed spaces (at work or in shared worker housing)

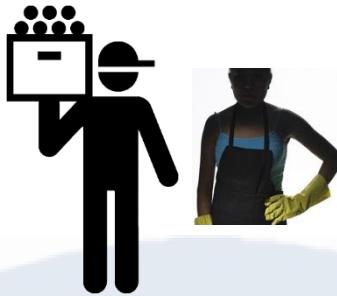
Workshops and information are available in the location of your choice and in multiple languages.



Occupational Health Clinics  
for Ontario Workers Inc.

Centres de santé des  
travailleurs (ses) de l'Ontario Inc.

Mga Pangkalusugang Klinika sa Trabaho  
Para sa Mga Manggagawa sa Ontario, Ink.



# **Naka-work visa ka ba rito? Isang temporary foreign worker?**



**Gusto mo bang matuto  
ng tungkol sa  
kalusugan at kaligtasan  
sa trabaho?**

**Makakatulong kami. Nagbibigay kami ng:**

**Libre** **Na mga workshop at impormasyon**  
tungkol sa mga paksang gaya ng:

- Paano mapoprotektahan ang sarili sa mga panganib o hazard, kapahamakan, at sakit o karamdaman mula sa trabaho (tulad ng pananakit ng katawan, stress mula sa init, at kalusugan sa mata)
- Oryentasyon sa mga pangangailangan sa kalusugan at kaligtasan habang nasa trabaho at mga proteksyon para sa manggagawa sa Ontario

**Libre** **Na mga kagamitang**  
**pangkalusugan at pangkaligtasan,**  
kabilang ang: mga safety glasses, respirator, air purifier para sa saradong espasyo (sa trabaho o sa pambahay para sa manggagawa)



**Ang mga workshop at impormasyon ay**  
**maaaring ibigay sa iyong napiling**  
**lokasyon at nasa iba't-ibang**  
**lenggwah.**

**If interested | Kung interesado**

Mag-e-mail kay  
Dorothy: [dwigmore@ohcow.on.ca](mailto:dwigmore@ohcow.on.ca)

(May maaaring mag-translate para sa mga  
nagsasalita ng Tagalog.)