



把自己平安  
送回家



# 送餐员

## 妥善管理健康与 安全工作风险



送餐平台（通过App派单）和餐饮商家（餐馆或商店）必须保护送餐员的健康和安​​全免受伤害。与此同时，送餐员也有义务保护自己 and 周围的其他人。

你、送餐平台和餐饮商家需要就以下这些重要问题商谈沟通：

-  哪些是对你和其他人的健康和安​​全带来危害的常见风险，以及
-  谁或哪个机构最有能力采取行动消除或尽量弱化风险。

### 常见风险

- ❗ 恶劣天气。
- ❗ 往来车辆和行人。
- ❗ 维护不善或不适用的器材设备（例如自行车、轻便摩托车或送餐包）。
- ❗ 顾客或商家员工的暴力、挑衅或骚扰言行。
- ❗ 缺乏安全的工作条件，例如不切实际的送单时间势必会导致送餐员危险驾驶。

送餐平台和餐饮商家必须告诉你应该如何识别风险以及如何评估伤害发生的可能性和严重性。





## 采取行动

识别你、送餐平台或餐饮商家可以采取哪些行动，确保你在工作时更加安全。

你应该与平台或商家商讨沟通，识别最好由哪一方采取行动，从而保障你能够安全地工作。这一点至关重要。

如果你对安全问题的忧虑无法得到解决，应该联系你的健康和安全管理代表、所在州或地区的健康与安全工作法规监管机构或是工会。



## 回顾总结

定期回顾总结你自己、送餐平台和餐饮商家为降低风险而采取的行动，确保这些措施能继续有效地保障你和其他人的安全。

## 作为一名自雇的送餐员，你必须：

- ✓ 熟悉并遵守道路和交通规则。
- ✓ 参加送餐平台提供的所有安全培训。
- ✓ 服从送餐平台和餐饮商家的合理要求。
- ✓ 向送餐平台或餐饮商家报告任何安全问题。
- ✓ 检查和维护你的器材设备，包括自行车、轻便摩托车、汽车、头盔和送餐包。
- ✓ 使用安全防护设备并穿戴防护衣物，包括戴头盔、穿着反光防护服、适用天气状况的保护服以及防滑鞋。
- ✓ 调整工作方式，尽量减少人工作业，从而减少受伤的风险。
- ✓ 保持清醒警觉；定时休息，避免长时间和疲乏时坚持工作；骑车或开车时不要冒险。

