

俗话说，热在“三伏”，现在正是一年中最为炎热的时段，酷暑天气下，职工可以享受到哪些权益？防暑降温工作的责任主体是谁？怎样才能领到高温津贴？工会组织能发挥什么样的作用？近日，就职工关注的热门问题，本报以问答形式答疑解惑。

炎炎夏日，劳动者可以享受到这些“清凉权益”

□本报记者 张晶

职工问题：

防暑降温工作的责任主体是谁？落实防暑降温要采取哪些措施？

答：根据国家安全监管总局办公厅关于做好夏季防暑降温工作的通知（安监总厅安健〔2016〕117号）规定，用人单位是防暑降温工作责任主体，应当根据国家有关规定，合理布局生产现场，改进生产工艺和操作流程，采用良好的隔热、通风、降温措施，保证工作场所符合国家职业卫生标准要求。

用人单位应当落实以下高温作业劳动保护措施：

（一）优先采用有利于控制高温的新技术、新工艺、新材料、新设备，从源头上降低或者消除高温危害。对于生产过程中不能完全消除的高温危害，应当采取综合控制措施，使其符合国家职业卫生标准要求。

（二）存在高温职业病危害的建设项目，应当保证其设计符

合国家职业卫生相关标准和卫生要求，高温防护设施应当与主体工程同时设计，同时施工，同时投入生产和使用。

（三）存在高温职业病危害的用人单位，应当实施由专人负责的高温日常监测，并按照有关规定进行职业病危害因素检测、评价。

（四）用人单位应当依照有关规定对从事接触高温危害作业劳动者组织上岗前、在岗期间和离岗时的职业健康检查，将检查结果存入职业健康监护档案并书面告知劳动者。职业健康检查费用由用人单位承担。

（五）用人单位不得安排怀孕女职工和未成年工从事《工作场所职业病危害作业分级第3部分：高温》（GBZ/T229.3）中第三级以上的高温工作场所作业。

职工问题：

高温天气期间，用人单位如何加强劳动保护？

答：在高温天气期间，用人单位应当按照下列规定，根据生产特点和具体条件，采取合理安排工作时间、轮换作业、适当增加高温工作环境下劳动者的休息时间和减轻劳动强度、减少高温时段室外作业等措施：

（一）用人单位应当根据地市级以上气象主管部门所属气象台当日发布的预报气温，调整作业时间，但因人身财产安全和公众利益需要紧急处理的除外：

1.日最高气温达到40℃以上，应当停止当日室外露天作业；
2.日最高气温达到37℃以上、40℃以下时，用人单位全天安排劳动者室外露天作业时间累计不得超过6小时，连续作业时间不得超过国家规定，且在气温最高时段3小时内不得安排室外露天作业；

3.日最高气温达到35℃以上、37℃以下时，用人单位应当采取换班轮休等方式，缩短劳动者连续作业时间，并且不得安排室外露天作业劳动者加班。

（二）在高温天气来临之前，用人单位应当对高温天气作业的劳动者进行健康检查，对患有有心、肺、脑血管性疾病、肺结核、中枢神经系统疾病及其他身体状况不适合高温作业环境的劳动者，应当调整作业岗位。职业健康检查费用由用人单位承担。

（三）用人单位不得安排怀孕女职工和未成年工在35℃以上的高温天气期间从事室外露天作业及温度在33℃以上的工作场所作业。

（四）因高温天气停止工作、缩短工作时间的，用人单位不得扣除或降低劳动者工资。

职工问题：

领取高温津贴的条件是什么？高温津贴的标准是多少？

答：根据国家安全生产监督管理总局、卫生部、人力资源和社会保障部、中华全国总工会在2012年颁发的《防暑降温措施管理办法》的规定，用人单位安排劳动者在35℃以上高温天气从事室外露天作业以及不能采取有效措施将工作场所温度降低到33℃以下的，应当向劳动者发放高温津贴，并纳入工资总额。

高温津贴标准由省级人力资源社会保障行政部门会同有关部门制定，并根据社会经济发展状况适时调整。

以北京为例，现行标准为，北京市安全生产监督管理局、北京市卫生和计划生育委员会、北京市人力资源和社会保障局、北京市总工会《关于做好2014年夏季防暑降温工作的通知》，规定

自2014年6月起，室外露天作业人员高温津贴调整为每人每月不低于180元；在33℃（含33℃）以上室内工作场所作业的人员，高温津贴调整为每人每月不低于120元。

高温津贴属于劳动者工资组

成部分，应计入企业工资总额。用人单位应当为从事高温作业、高温天气作业的劳动者提供防暑降温饮料和必需药品，不得以发放钱物替代防暑降温饮料和必需药品，防暑降温饮料和必需药品不得充抵高温津贴。

职工问题：

对完善新就业形态劳动者群体“高温权益”有何意见和建议？

答：在用人单位方面：有劳动关系的，用人单位应当严格依据相关规定落实防暑降温的各项措施。对于不完全符合确立劳动关系情形和个人依托平台自主开展经营活动、从事自由职业等。比如外卖送餐员，建议企业完善外卖送餐员在高温条件下的劳动保护内容。建议发放轻薄防晒的工作服、安全透气的安全帽、随身携带防暑药品等。合理确定高温条件下从业人员的劳动定额标准，适当减少高温时段的工作量和劳动强度或优化送餐路

线，设计12时至15时高温时段的“清凉送餐路线”。

在社会方面：社会各届加强对高温条件下从业人员的关心关爱。有条件的企业事业单位，可以在临街地方设置便民的“清凉点”，为从业人员提供冰镇饮料、治疗中暑的简易药品、休息的遮阳伞、座椅等。

在从业人员方面：特别是针对外卖、快递等户外人员，加强高温条件下的自身身体健康、交通安全、随身携带防中暑药品、熟悉工作地点附近医院所在位置等。

职工问题：

工会组织具有监督用人单位发放高温津贴，以及落实高温作业或高温天气下作业相关防暑降温措施的职能，在实际操作中一般通过哪种方式实现监督职能？此外，工会组织督促企业将防暑降温措施写进集体合同，具体操作中如何落实，一般会包括哪些内容？

答：在实际操作中，工会一般通过三种方式实现监督职能。

一是通过健康示范企业创建、安康杯竞赛核验，把防暑降温等工作纳入考量条款和打分项，重点核验是否建立防暑降温工作制度、制定应急预案及配备必要的防护用品等；

二是通过劳动关系风险监测预警平台、12351职工服务热线及时发现防暑降温工作不到位的用人单位，对于出现预警的企业，及时告知所属区、产业工会；

三是结合建筑、环卫、快递等新就业形态劳动者群体和生产车间内高温作业岗位的送清凉活动，融劳动保护、安全检查与职

业病防治于一体形成合力，督促同时做好高温季节各项保障工作。

围绕重点行业，近两年，北京市总工会推进签订了《建筑行业劳动安全卫生专项集体合同》《快递行业劳动安全卫生专项集体合同》等，合同具体条款规定，企业工会应督促企业落实防暑降温主体责任。对企业高温天气劳动保护措施实行监督，及时发现企业的违法行为并监督其整改。督促企业合理安排工作时间，适当增加高温环境下从业人员休息时间和减轻劳动强度。同时要积极开展送清凉等关爱从业人员的活动。

职工问题：

针对职工防暑降温工作，工会组织还能提供哪些服务？

答：工会通过向夏季露天作业的建筑、物流、环卫、道路养护等行业和存在生产性热源高温作业场所的从业人员，送清凉物资、送政策宣传、送健康体检、送法律维权、送健康培训等方式，积极开展“送清凉”等活动。同时，发挥运用职工之家、暖心驿站、户外劳动者服务站、工会帮扶（服务）中心等服

务设施功能，比如，北京现有9071个可以服务户外劳动者的工会服务阵地，包括8880个暖心驿站、175个公共区域职工之家和16个区职工服务中心，以网约车司机、快递员、外卖配送员、货车司机等新就业形态劳动者群体为主要服务对象，为高温天气户外职工避暑休息、中暑应急救援提供帮助。

【健康红绿灯】

绿灯

天热适当吃些酸和咸



人们在夏季出汗较多，阳气容易受到损伤，因此在这个季节可以适当吃些酸味和咸味的食物，比如李子、杨梅等，水果的酸味可以起到一定的收敛作用，使人的精气不致太过耗散。而咸味食物则可以帮助我们补充因出汗失去的盐分。

柠檬可有效祛除异味



日常生活中，可以将切开的柠檬放置在冰箱或是洗碗机等有异味的地方，再滴上几滴白醋，就能快速祛除异味，让冰箱散发着柠檬的香气。在鞋子中也可以放几片干柠檬皮，达到祛臭的效果。在收拾完鱼虾等味道重的食材后，可将柠檬汁挤在手上，再用水清洗，祛除异味。

红灯

头屑多可能是脱发前兆



头屑=过度繁殖的马拉色菌+异常分泌的油脂。头皮上的大量油脂为马拉色菌提供充足的食物，真菌大量繁殖引起脂溢性皮炎。头皮屏障功能被破坏，头皮角质层过度增生，从而形成肉眼可见的头屑。严重的会引起毛囊炎，导致毛囊化脓最终形成瘢痕，引起永久性脱发。

关灯玩手机或致黄斑病变



人的眼睛视网膜正中心有一个区域，称为黄斑。黄斑区主管中央视力，让人能看清物体的细节，辨识色彩，是人眼视力最敏感的区域。而手机强光在黑暗中直射眼睛30分钟以上，会造成眼睛黄斑病变，导致视力急速恶化，其病变会严重影响人的视力，甚至造成失明。