

打工者求职指南

求职篇

1

个人证件保管好

个人证件需谨慎使用，小心保管，以免遗失带来麻烦。



健康证

身份证

社保卡

毕业证

银行卡

谨防招工陷阱

1. 用人单位以任何名义向求职者收取押金、风险金、报名费、培训费等都属于违法行为；
2. 《就业服务与就业管理规定》中第 53 条规定，“职业中介机构应当在服务场所明示营业执照、职业中介许可证、服务项目、收费标准、监督机关名称和监督电话等”。所以，求职者可以去正规的职业介绍机构寻找合适工作。一般，求职机构会收取一定的中介费，但若求职未成，职介机构应退还预收的中介费。
3. 应聘时要留心观察单位是否有工商部门核发的营业执照，不要到非法企业（黑厂、黑公司）打工，否则合法权益很可能得不到保障。

结交可靠朋友



俗话说得好：出门在外靠朋友。但是，面对陌生环境、陌生人，警惕心也不能少。轻易相信别人或把个人信息告诉刚结交的朋友，有可能给自己带来无法预计的损失。所以，交友需谨慎。

女性提高警惕

不要轻信私人中介，也不要轻信陌生人和不熟悉的朋友老乡，以防被拐卖或被胁迫卖淫。



提高自我保护意识

平时生活、工作中，多注意交通安全。不要参加非法组织或做非法活动。注意预防流行病及了解性健康，学会保护自己。

入职篇

2

入职后，根据劳动法的规定，用人单位应在入职 30 天内安排签署劳动合同。

劳动合同订立原则及样本

订立原则：

- (1) 劳动合同必须是双方依法、自愿签订的；
- (2) 违反法律、法规，采取欺诈、威胁等手段签订的劳动合同是无效的；
- (3) 劳动合同是劳动者与用人单位确立劳动关系、明确双方权利和义务的协议；
- (4) 一式两份，分别给单位和劳动者保存。

劳动合同（样本）

甲方：XXXXXXX 公司，（地址）XX 市 XX 路，（法人代表或主要负责人）李四

乙方：张 X 牛，（身份证或其他有效身份证件号码）440XX，（住址）XX 市 XX 村

合同期限：X 年 X 月 X 日至
X 年 X 月 X 日

（试用期最长不超过 6 个月）

工作地点：XX 市 XX 区 XX 路 XX 号

工作岗位：装配工

工作时间：每天 8 小时，每周 5 天。可视情况加班，连续工作 6 天至少休息一天。

工资待遇：XX 元/月，每月 X 日前发放。

社会保险：五险（养老、医疗、失业、工伤和生育）、住房公积金。

劳动保护和劳动条件：该工位可能会接触粉尘、甲苯。甲方应提供及定期更换相应防护用品，乙方需按规定佩戴。

其他：根据员工手册执行。

注意

1. 若需辞职，试用期内提前 3 天书面通知用人单位；试用期满后，提前 30 日书面通知。
2. 合同期满后，经双方协商一致，可续签合同。
3. 劳动合同期满终止，除用人单位维持或者提高劳动合同约定条件续订劳动合同，劳动者不同意续订的情形外，用人单位应当向劳动者支付经济补偿。

劳动保障篇

3

找到一份合适的工作，在尽心尽力工作时，也要注意周围的工作环境和条件。当合法权益受到侵犯时，敢于运用法律武器维护自己的合法权益。



劳动保护和劳动条件

劳动者工作中，有害物质会通过皮肤、眼睛、呼吸系统等进入人体，同时不完善的劳动条件也可能造成对人体的伤害。所以用人单位有责任提供必要的劳动防护用品、确保劳动场所的安全。安排适当的工作及休息时间、对从事有职业危害作业的劳动者应当定期进行职业健康检查、为女工提供特殊劳动保护措施等等。**保护劳动者健康，这是法律要求。**

五险一金



购买“五险一金”，让职工在就医、生育、失业、购房、养老退休时，能得到保障。

了解工作中的职业危害

工作中，劳动者会面临各种各样的职业危害。所以，为避免职业危害，劳动者可以从以下途径了解和预防：

1. 仔细阅读工厂的规章制度、工作要求、注意事项。具体就是：哪些事可以做，哪些事不能做。但是，这些规定不得与劳动法相冲突。
2. 留意工作时经常接触的化学物质、机械操作以及自身身体状况。定期进行体检；若对化学物质有疑问，可以网上查询相关资料。
3. 多关注有关职业病、安全生产的电视、广播、报纸、杂志，扩大自己的知识面。
4. 了解相关的劳动法规，如《中华人民共和国劳动合同法》、《农民工维权手册》等等。当自身权益受到侵犯，可通过法律程序来维护。

法律保护伞

4

保留证明劳动关系的凭据

现实中，即使未签劳动合同，只要劳动者提供劳动，用人单位支付了工资，双方便存在事实上的劳动关系。因此劳动者要注意在工作中随时保存好有关自己的出工记录、厂牌、出入证、工卡、发放工资的凭证、罚款条、警告信等（最好有公司的盖章）。在发生劳动争议时，也有据可依。

避免工伤、职业病

我国的《劳动法》、《职业病防治法》和《工伤保险条例》都规定了用人单位必须建立健全的劳动安全卫生制度。但一些用人单位违反国家规

定，没有给劳动者提供安全的工作环境和有效的防护用品，导致工伤事故和职业病频发。轻者损害身体健康，重者危及生命。

所以，劳动者一定要加强劳动安全和自我保护意识，遇到用人单位有违法行为时，可以和其他工友一起采取下文所述的措施来制止违法行为。

必要时，应当和工友们一起向厂方提出改善车间环境、发放劳动防护用品的要求。千万不要让有毒、有害的因素伤害了我们的身体。

当我们的合法权益受到侵害（拖欠工资、非法解雇、不签劳动合同）时，怎么办？

1. 可以求助当地的劳动仲裁委员会、劳动监察大队；
2. 当公司不买社保时，求助当地社保局；
3. 当争议发生时，我们需要收集对事实证据（照片、录音等），以防公司侵权。

打工小提示

资料来源：

- ✓ 部分图片、资料、数据来自网络；
- ✓ 部分资料来自《安博士职工安全生产劳动保护教育卡通画丛书之劳动保护合法权益》。

周日到周五
(13:30-21:30)

安之康
信息咨询中心

电话：020-81564110
手机：13927242139
QQ：1157580713
电邮：ohcsgz@gmail.com

职安健知识及劳动保障
法规查询：
安康信息网：
<http://www.ohcs-gz.net>

