

劳工、培训和技能发展厅（Ministry of Labour, Training and Skills Development）

工作时数与加班费

免责声明：本资源旨在帮助员工和雇主了解 2000 年《就业标准法》（Employment Standards Act, 2000，简称 ESA）及其条例规定的某些最低权利和义务。本文不构成法律建议，也无意取代 ESA 或其条例，所有参考均应引用该法之正式版本。虽然我们努力确保本资源中的信息尽可能最新和准确，但偶尔也会发生错误。ESA 仅提供最低标准。劳动合同、集体协议、习惯法或其他法律可能赋予某些员工更大权利。

[2000 年《就业标准法》（Employment Standards Act, 2000）](#)（ESA）为安大略省的大多数工作场所设定最低标准，其中包括工作时数和加班费。本资料单提供关于安大略省工作时数和加班费的一般规则信息。

根据 ESA 的规定，某些工种或行业对工作时数和加班有特殊规定或豁免。要了解您的工作是否有特殊规定或豁免以及更多信息，请访问 Ontario.ca/ESAtools。

工作时数

雇主不得要求您每天工作超过八小时，如果您的常规工作日工作时数超过八小时，则不得超过您的常规工作日的工作时数。雇主也不得要求您每周工作超过 48 小时。

休息时间和用餐时间

您的雇主必须在您连续工作不超过五小时后给您 30 分钟的用餐时间，如果雇主和雇员达成协议，每五个小时内的用餐时间也可被划分为两段，共计 30 分钟。

您的雇主必须每 24 小时给您 11 小时的连续休息时间。您也必须在每个工作周内获得 24 小时的连续休息时间，或每两个工作周内获得 48 小时的连续休息时间。

您的雇主必须让您在每次轮班之间休息八个小时。如果两次轮班的工作总时数不超过 13 小时，或者您和雇主双方书面同意您在两次轮班之间的休息时间可以少于 8 小时，则此规定不适用。

请使用 Ontario.ca/ESAtools 网站的工作时数和加班工具（Hours of Work and Overtime Tool）计算上述时间。

超时工作

您和雇主可以用书面协议的形式同意您的工作时数超过：

- 每天八小时或规定的常规工作日工作小时数（如果您的常规工作日工作小时数超过八小时的话）；
- 每周 48 小时。

您无需同意超时工作。

如果您*的确*同意超时工作，您的工作时间不得超过协议规定的小时数。

您可以提前两周向您的雇主递交书面通知取消该协议。您的雇主也可以给您合理的提前通知取消该协议。协议取消后，您将无法再超时工作。

如果您是工会会员，您的工会可以代表您与雇主签订协议。

要了解更多关于工作时数（包括超时工作协议）的信息，请访问 Ontario.ca/hoursofwork。

加班费：

一般来说，如果您在一周内工作超过了 44 个小时，您的雇主必须向您支付加班费。加班费为正常工资的 1.5 倍。

如果您和雇主双方书面同意，可以使用带薪休假代替加班费。每加班 1 小时将获得 1.5 小时的带薪休假时间。带薪休假必须在获得休假后的三个月内休完。

平均加班时间

您和雇主可以签订书面协议，以两周、三周或四周的工作小时平均数计算应付的加班费，也就是说您的加班费是根据您在协议规定的时间段内（而非每周）的平均工作小时数计算而得。如果您不希望这样计算，您无需同意使用平均加班时间。

此类协议必须包含开始日期和结束日期，期限一般不得超过两年。通常来说，除非您和雇主双方书面同意终止协议，否则您或雇主均不能在结束日期之前终止平均加班时间协议。如果您是工会会员，您的工会可以代表您与雇主签订协议。此类协议的有效期不能超过下一次集体协议生效的时间。

要了解更多有关加班和平均加班时间协议方面的信息，请访问 Ontario.ca/overtime。

您不能因询问或行使您的 ESA 权利而受到处罚

如果您询问或行使您的 ESA 权利，您的雇主不得以任何方式处罚您，包括终止聘用。

您不得同意放弃自己的权利

您不得同意或签署协议放弃您的任何 ESA 权利。此类协议或契约无效。例如，倘若您签署协议同意您的雇主不必向您支付加班费，此协议属无效。

了解更多信息或提交申索

要了解更多信息，请访问 [Ontario.ca/ESAGuide](https://ontario.ca/ESAGuide)。

如果您对 ESA 有疑问，可以致电就业标准信息中心（Employment Standards Information Centre），电话 416-326-7160，免费电话 1-800-531-5551，TTY 1-866-567-8893。信息以多种语言提供。

倘若您认为自己未获得应享之 ESA 权利，可以使用 [Ontario.ca/ESAclaims](https://ontario.ca/ESAclaims) 网站向劳工、培训和技能发展厅（Ministry of Labour, Training and Skills Development）提交申索。