

關於工作時間和加班費的員工資訊

免責聲明：本資源旨在幫助僱主和員工瞭解 2000 年《就業標準法》（[Employment Standards Act, 2000](#)，簡稱 **ESA**）及其條例規定的最低權利和義務。本文不構成法律建議，也無意取代 **ESA** 或其條例，所有參考均應引用該法之正式版本。我們盡力確保本資源中的資訊為最新和盡可能準確，但偶爾也會發生錯誤。**ESA** 僅提供最低標準。根據具體的勞動合同、集體協定、習慣法或其他法律，某些員工可能享有更大權利。僱主和員工或需徵詢法律意見。

此處列出的是安大略省關於工作時間和加班費的一般規則。[2000 年《就業標準法》（Employment Standards Act, 2000，簡稱 ESA）](#) 對某些員工有例外和特殊規定。要瞭解您的職業或所屬行業是否適用特殊規定或豁免，請查閱 [Ontario.ca/ESAtools](#) 網站的《[就業標準特殊規定及豁免指南](#)》（*Guide to Employment Standards Special Rules and Exemptions*）。

您的僱主不得因您行使您的**ESA**權利而恐嚇您、解僱您、停止您的工作、降低您的工資、以任何方式處罰您或威脅要採取任何上述行動。

工作時間

每天和每週的最大工作時間限制為：

- 每天 8 小時（或者您的正常工作日小時數，若該時數大於 8 小時的話），
- 每週 48 小時。

休息時間和用餐時間

您的僱主必須至少給您：

- 每天連續 11 小時的休息時間（一「天」是指一個 24 小時週期 - 並非一定是一個日曆日）；
- 換班之間 8 小時的休息時間（除非前後班次相加的工作總時數不超過 13 小時，或者您和僱主之間另有書面約定或電子形式的約定）；
- 每個工作週連續 24 小時的休息時間（或每兩個工作週連續 48 小時的休息時間）。
- 連續工作不超過五小時後 30 分鐘的用餐時間。您可與僱主達成協定將此用餐時間分成兩段較短的休息時間。

加班費：

對於您在每週工作 44 個小時以外的每個額外工作小時，雇主必須向您支付至少一倍半的正常工資（「百分之一百五十」）。您也可與雇主簽訂書面協定，使用加班時間換取帶薪休假。若您簽有這樣的協定，則您每加班 1 小時，雇主須提供一個半小時的帶薪休假。

超時工作和平均加班時間

雖然並非必須，但若您願意，您可與雇主簽訂以下協定：

- 每天工作超過 8 小時（或者超過您的正常工作日小時數，若該時數大於 8 小時的話）
- 每週工作超過 48 小時，和/或
- 以兩週、三週或四週的工作小時平均數計算加班費。

您的工作小時數不得超過書面協定中規定的小時數。此外，在計算加班費時，不能使用超過四週的工作小時平均數 - 最多為四週。

您可以提前兩週向您的雇主遞交書面通知，取消每天或每週超時工作的協定。您的雇主也可以給您合理的提前通知取消協定。

對於非工會代表的員工，計算加班平均數的協定必須包含開始日期和截止日期。協定期限從開始日期算起不得超過兩年，並且只有在您和您的雇主雙方都同意的情況下才能取消。

一般來說，若您是工會會員，您的工會將代表您與您的雇主達成協定。

瞭解更多資訊或提出索賠

若您對 ESA 有疑問，請致電勞工廳就業標準資訊中心（Employment Standards Information Centre），電話 416-326-7160，免費電話 1-800-531-5551，TTY 1-866-567-8893。資訊以多種語言提供。

要瞭解更多有關工作時間和加班費的資訊，可以到 [Ontario.ca/ESAguide](https://www.ontario.ca/ESAguide) 網站查閱《2000 年就業標準法指南》（*Your Guide to the Employment Standards Act, 2000*）。您也可以使用 [Ontario.ca/ESAtools](https://www.ontario.ca/ESAtools) 網站的工作時間與加班工具（Hours of Work and Overtime Tool）。要提出索賠，可以到 [Ontario.ca/ESAforms](https://www.ontario.ca/ESAforms) 網站獲取《就業標準索賠表》（Employment Standards Claim Form）。