



przewodnik

# Zbieranie i kondycjonowanie czosnku

■ Broszura powitalna dla pracowników sezonowych



# WITAMY !

Zostałeś/aś zatrudniony/a do pracy przy zbieraniu i pakowaniu czosnku.

Oto kilka wskazówek, które pozwolą ci pracować w optymalnych warunkach bezpieczeństwa ...

## Zasady ogólne

- Przestrzegaj organizacji oraz zaleceń firmy dotyczących bezpieczeństwa.
- Przemieszczając się po drogach, przestrzegaj przepisów ruchu drogowego.
- Nie prowadź traktora, jeżeli nie posiadasz do tego uprawnień.

## Przed przyjściem do pracy

Zjedz solidne śniadanie.



Noś pełne i stabilne obuwie oraz odpowiednio dopasowaną odzież (nie luźną).  
Nie zakładaj biżuterii.



Chroń się przed słońcem (czapka z daszkiem, lekkie i przewiewne ubranie z długim rękawem, kremy przeciwsłoneczne) i regularnie pij wodę w ciągu dnia.



# Na stanowisku pracy

## • zbiór oraz sadzenie czosnku

**Uważaj na pojazdy i maszyny rolnicze**  
: ustąp miejsca podczas manewrów ciągników.



W przypadku zapchania maszyny nie ingeruj w jej pracę, dopóki się całkowicie nie zatrzyma.

Aby zapobiec pojawieniu się bólu stawów, regularnie zmieniaj pozycje przy pracy.



## Przeładunek

- Oszczędzaj swoje plecy.
- Przestrzegaj podstawowych zasad: proste plecy, zgięte nogi, obciążenia trzymane jak najbliżej ciała.

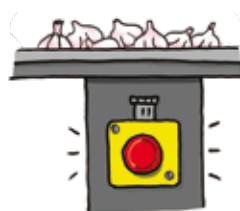


## • pakowanie i blanszowanie czosnku

Zakładaj sprzęt ochronny dostosowany do twojego stanowiska pracy (rękawice, buty ochronne, zatyczki do uszu, maskę przeciwpyłową).

Nie wspinaj się na stopy skrzyń.  
Uważaj na upadki !

W razie wypadku lub incydentu zatrzymaj linię pakowania.



Używając maszyny do szycia, przestrzegaj zaleceń dotyczących bezpieczeństwa. Używaj narzędzi do blanszowania w sposób właściwy.

# W RAZIE WYPADKU

Skontaktuj się z kierownikiem ekipy lub ratownikiem odpowiadającym za udzielenie pierwszej pomocy.



Ważne jest, by znać miejsce, w którym przechowywana jest apteczka pierwszej pomocy.

Ratownik udzielający pierwszej pomocy w miejscu pracy (tel.) : .....

Kierownik ekipy (tel.) : .....

15

Pogotowie  
ratunkowe



18

Straż  
Pożarna



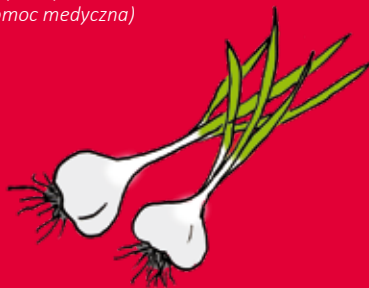
112

Centrum  
powiadamiania  
ratunkowego



*(może być wzywana  
jako pomoc medyczna)*

Miłego  
sezonu...



Urząd ds. ochrony zdrowia i bezpieczeństwa w miejscu pracy  
ARCMSA Auvergne-Rhône-Alpes

MSA Ardèche Drôme Loire

Tél. 04 75 75 68 67

MSA Ain-Rhône

Tél. 04 74 45 99 90

MSA Alpes du Nord

Tél. 04 79 62 87 71

MSA Auvergne

Tél. 04 73 43 76 54



santé  
famille  
retraite  
services

L'essentiel & plus encore