



para orientá-lo

A monda

■ Receção dos trabalhadores sazonais em arboricultura



BEM-VINDO(A)!

Acaba de ser contratado(a) para a monda dos frutos.

Aqui estão algumas dicas que lhe permitirão trabalhar nas melhores condições de segurança...

Antes de chegar ao trabalho

Tomo um pequeno-almoço reforçado.



Uso calçado robusto e fechado bem como roupa adequada.



Protejo-me do sol e bebo água regularmente durante o dia.



No local de trabalho

Para a monda, instalo corretamente o meu escadote ou carrinho de mão. Verifico a sua estabilidade e espaço no solo.



Protejo os meus olhos (dos corpos estranhos, ramos) respeitando a organização implementada.



Para prevenir as dores nas articulações, alterno as posições de trabalho e faço regularmente movimentos de alongamento.



EM CASO DE ACIDENTE

Chamo o chefe de equipa ou o socorrista.



É importante saber onde está guardado o kit de primeiros socorros.

Socorrista no Trabalho (Tel.):

Chefe de Equipa (Tel.):

15

Urgências
médicas



18

Bombeiros



112

Centro de
emergência



Boa
temporada...



Não hesite em contactar a sua MSA

Serviços Saúde-Segurança no Trabalho 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



L'essentiel & plus encore