

# Zbiór truskawek



Przewodnik  
dla  
pracowników  
sezonowych

# WITAMY !

Właśnie zostałeś zatrudniony do zbioru truskawek.

Dla Twojego pracodawcy, akcja zbioru jest kulminacją całego roku pracy.

Po zbiorze, owoce muszą być sprzedane w jak najlepszych warunkach : będzie to zależeć od ich jakości a tym samym jakości Twojej pracy, Twojej skuteczności, Twojego przestrzegania instrukcji i również Twojego zachowania zasad bezpieczeństwa pracy !

Ten mały przewodnik ma na celu przypomnienie Ci tego, co już kierownik ekipy Ci wytłumaczył, jak i pomoc przy zachowaniu Twojego zdrowia.

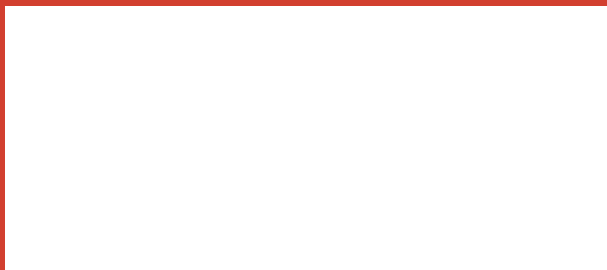
Zachowaj go i czytaj od czasu do czasu.

Zanotuj w nim wszystkie informacje przydatne Ci w pracy.

Korzystaj z niego do podsumowania warunków zachowania bezpieczeństwa

oraz do wzbogacenia własnego doświadczenia.

Życzymy Ci udanych zbiorów !



# SPIS TREŚCI

<b>Do kogo mam się zwracać ?</b>	<b>4</b>
<b>Co robić w razie wypadku ?</b>	<b>5</b>
<b>Jak przygotować mój dzień pracy ?</b>	<b>6</b>
<b>Miejsce zbiorów</b>	<b>8</b>
<b>Zbiór</b>	<b>10</b>
<b>Instrukcje dotyczące higieny pracy</b>	<b>15</b>
<b>Jak zapobiec zmęczeniu ?</b>	<b>16</b>

# DO KOGO MAM SIĘ ZWRACAĆ ?

**Szef firmy**

.....  
.....

**Kierownik ekipy**

.....  
.....



**W razie wypadku... PIERWSZA POMOC**

.....  
.....

Europejski numer alarmowy ..... 112

Pogotowie ratownicze ..... 15



# CO ROBIĆ W RAZIE WYPADKU ?

- Dzwonię po Pierszą Pomoc i/lub informuje mojego przełożonego
- Informuję Pierszą Pomoc precyzując :
  - miejsce wypadku
  - jaki wypadek
  - liczbę ofiar
  - widoczny stan ofiar (widocznie rany)
- Nigdy nie rozłączam się pierwszy! Czekam na instrukcje.
- Ułatwiam przyjazd i działania ekipy ratowniczej

W razie pożaru..... 18

W razie wypadku drogowego..... 17

W razie zatrucia kontaktuję się z najbliższym Centrum Odrucia\*.

## Ubiór w pracy

- Aby się ustrzec przed działaniem promieni słonecznych i przed udarem słonecznym pamiętam aby :

- Ubrać bawełnianą koszulkę i czapkę lub kapelusz
- Ochronić skórę kremem z filtrem (filtr minimum 20)
- Zabrać ze sobą butelkę wody.



- Biorę pod uwagę zmiany pogodowe.
- 20% wypadków spowodowane są upadkami. Aby im zapobiec :
  - Zakładam wiązane buty, które dobrze usztywnią moje stopy.

- Zjadam solidne śniadanie.



## Stawiam się na miejscu pracy

### • W drodze do pracy

- Znam godzinę rozpoczęcia pracy: obliczam odpowiedni czas na dotarcie do miejsca pracy
- Przestrzegam przepisów ruchu drogowego (50 km/godz maximum w aglomeracjach miejskich).
- Zmęczenie za kierownicą jest przyczyną wypadków : czas odpoczynku jest ważny.

### • Przyjeżdżając na miejsce pracy

- Parkuję samochód w taki sposób, by nie utrudniać przejazdu pojazdom rolniczym i innym użytkownikom drogi. By ułatwić mój wyjazd, myślę o odpowiednim parkowaniu.

### • Przemieszczanie się pomiędzy dwoma działkami

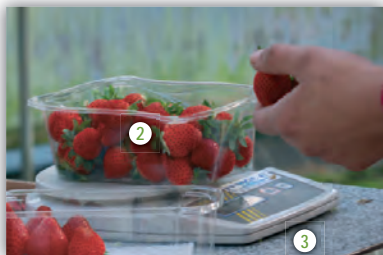
- Aby uniknąć holowania pojazdów, samochody mogą jechać jeden za drugim, z kierownikiem ekipy na czele
- Nie wyprzedzam, ograniczam prędkość. Pamiętam by zmniejszyć prędkość przy wjeździe na działki.

### • Przy wyjeździe z miejsca pracy

- Uważam na inne pojazdy.
- Dokładnie pamiętam miejsce spotkania nazajutrz.

# MIEJSCE ZBIORÓW

Przedmioty do pracy  
podczas zbioru truskawek  
wiszących



- 1 Wózek
- 2 Barkuetki
- 3 Waga
- 4 Skrzynka
- 5 Wiadro na odpady





# Przedmioty do pracy podczas zbioru truskawek na glebie



- 1 Skrzynka
- 2 Wózek na skrzynki



## Zbierać, to umieć wybrać odpowiedni owoc

Zabarwienie truskawek może się różnić w zależności od ich odmiany, od klimatu i od okresu komercjalizacji.

*Np. : odmiana truskawek Gariguette jest czerwona, Ciflorette jest czerwono- pomarańczowa*



Gariguette



Ciflorette

Truskawki nie dojrzewają wszystkie w tym samym czasie !

- Umieć zbierać oznacza umieć wybrać owoce, które są dojrzałe.
- Szef firmy regularnie przypomina zasady umiejętnego zbioru.



Wybór owoców będzie przebiegał wg. następujących kryteriów :

1. Jednolity kolor owoców
2. Rozmiar : owoce **małe** / **duże**  
(patrz tablica do pomiaru rozmiaru truskawek jeśli to możliwe)
3. Forma :



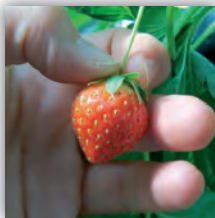
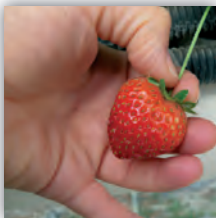
4. Widoczny stan zdrowia truskawki :



## Zbierać, to umieć wybrać odpowiedni owoc

W zależności od stopnia trudności ułamania ogonka różnego typu truskawek, istnieją dwie metody zrywania.

- **Ogonek trudny do ułamania** (truskawki typu *Gariguette, Cifflorette*)
  - Łapię truskawkę za ogonek.
  - Staram się nie ścisnąć jej w palcach ani dłoni. Kciuk i palec wskazujący są zaraz nad szypułką.
  - W miejscu uszczypnięcia, skręcam ogonek kciukiem i palcem wskazującym, tak, by zerwać owoc bez uszkodzenia go.



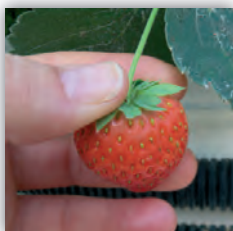
☹ Nie **ciągnę** za owoc ! Ryzykuję w ten sposób uszkodzenie sadzonki, wyrwanie bądź zgięcie łodygi rośliny.

☹ Ogonek nie **może być** zbyt **długi** : Łodyga może uszkodzić inne owoce w barkuetce.



• **Ogonek łatwy do ułamania** (*Truskawki typu Ronde*)

- Chwytam owoc na poziome szypułki za pomocą kciuka i palca wskazującego.
- Szybko przechylam owoc bez pociągania, tak, by zerwać owoc do ręki bez uszkodzeń.



Dobrze zerwany owoc powinien być **cały**, wraz z szypułką.

☹️ **Truskawka to wrażliwy owoc!**  
Unikam trzymania w ręce kilku owoców na raz: zostaną na nich ślady.

☹️ **Uwaga na długie paznokcie**  
które mogą przebić skórkę owoców.



## Zbierać, to umieć odłożyć owoc



Nie rzucać owoców do barkuetki!

Odkładam je delikatnie, bez ściskania.



Kładę owoce w ich ostatecznej pozycji: Za każdym razem ruszając owoc zwiększamy ryzyko uszkodzeń.

Wypełniona barkuetka musi mieć ładny wygląd.



Owoce powinny być ułożone poziomo a nie pionowo, tak, by nie zostały zgniecione przykrywką barkuetki albo następną skrzynką.



W miarę możliwości, waga barkuetki musi być sprawdzona zanim zostanie włożona do skrzynki.

## Higiena zaczyna się na działce...

Bezpieczeństwo żywności związane ze spożywaniem truskawek rozgrywa się podczas całego trwania życia owoców : podczas zbiorów, magazynowania, transportu, przechowywania w sklepach...

Aby uniknąć przenoszenia zarazków, uszanujmy kilka prostych zasad higieny :

- **Myję ręce przed każdym powrotem na miejsce pracy** a przede wszystkim wracając z toalety, po posiłku, po przerwie, po spaleniu papierosa.



- **Moje paznokcie muszą być krótkie** by nie kaleczyć owoców, czyste i nielakierowane.



- **Nie palę** w miejscu pracy.

- **Moje włosy muszą być związane** i/lub okryte.

- **Każda rana musi być ochroniona** plastrem.



- **Nie pije i nie jem** nad wózkami ani w miejscu pracy.

- **Zabrania się wstępu zwierzętom** na miejsce zbioru.

# JAK ZAPOBIEC ZMĘCZENIU ?

- Dbam o moje plecy :

1. Podchodzę do ładunku.
2. Uginam kolana i usztywniam kręgosłup.
3. Odpycham się nogami zachowując wyciągnięte ręce.



- Dbam o zachowanie porządku.

Butelki i termosy nie mogą być rozrzucone po całej działce, tylko zebrane w jednym miejscu.







La Mutualité Sociale Agricole zapewnia ochronę socjalną wszystkich pracowników rolniczych. Jest ona odpowiedzialna za zapobieganie ryzyku zawodowemu i chorobom zawodowym pracowników i właścicieli eksploatacji.

By wypełnić tę misję :

### **Sieć doradców do zapobiegania ryzyku zawodowemu proponuje spersonalizowane usługi polegające na :**

- określeniu bezpieczeństwa i warunków pracy,
- akcjach informacyjnych i szkoleniach zawodowych dotyczących zasad bezpieczeństwa i higieny pracy
- wsparciu projektów : projektowanie budynków, hal roślinnych, oszacowanie ryzyka zawodowego...

### **Sieć lekarzy medycyny pracy zapewnia :**

- konsultacje medyczne dostosowane do twojego zawodu,
- dodatkowe badania jeśli występuje podejrzenie choroby zawodowej (zaburzenia słuchu, oddychania, wzroku...).



Podziękowania dla pracowników, który pomagali przy zrealizowaniu tego przewodnika :

- **Myriam Carmentran-Délias: Câmara de Agricultura 47**
- **Evelyne Gardes: Vale do Lot / Silène**
- **Amélie Pascal: Valprim / Rougeline**
- **Caroline Granado: AOPN\* Fraise**



*Od 11 marca 2009 roku L'AOPN Fraise (Association d'Organisations de Producteurs Nationale Fraise\*) jest uznana przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju. L'AOPN\* Fraise obejmuje 40% produkcji i łączy ponad 450 producentów. Ma ona na celu rozwój produkcji truskawek poprzez :*

- > *ulepszenie komercjalizacji owoców*
- > *ulepszenie warunków produkcji i jakości owoców*

*Kontakt :*

*AOPN Fraise – Agropole – Bat. Alphagro – 47931 Agen  
Tél.: 05 53 77 22 08*

*Zdjęcia : AOPN Fraise et Amélie Pascal / Rougeline  
Grafika : Alain Compans [contact@cemoikilefe.fr](mailto:contact@cemoikilefe.fr)*

Ten dokument jest dostępny  
w MSA Twojego departamentu



**Mutualité Sociale Agricole**

*Zapobieganie ryzyku zawodowemu*