

A close-up photograph of a hand holding a single, ripe red strawberry. The strawberry is bright red with visible yellowish seeds. In the background, other strawberries are visible on the plants, some still green and unripe. The overall scene is set in a lush green strawberry field.

Culegerea căpșunilor



Ghid pentru
muncitorii
sezonieri

BINE AȚI VENIT!

Tocmai ați fost angajat pentru culegerea căpșunilor.

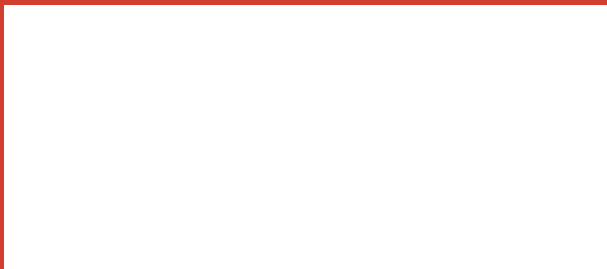
Pentru angajatorul dumneavoastră, această campanie de culegere este încununarea unui an de muncă.

Odată culese, aceste fructe vor trebui vândute în cele mai bune condiții: acest lucru va depinde de calitatea lor, și deci și de calitatea muncii dumneavoastră, de eficiența dumneavoastră, de respectarea normelor, dar și de măsurile de siguranță pe care le veți adopta.

Acest mic ghid își propune să vă amintească ceea ce șeful de echipă v-a învățat deja, și de a vă ajuta să vă păstrați sănătatea.

Păstrați acest ghid cu grijă, și recitiți-l din când în când. Notați toate informațiile care vă sunt utile în muncă. Folosiți-l pentru a vă informa în legătură cu siguranța dumneavoastră și pentru a vă îmbunătăți abilitățile.

Vă dorim recoltă plăcută.



SUMAR

Cui trebuie să mă adresez?	4
Ce să fac în caz de accident?	5
Cum se pregătește o zi de lucru?	6
Șantierul	8
Culegerea	10
Reguli de igienă	15
Cum se previne oboseala?	16



CUI TREBUIE SĂ MĂ ADRESEZ

Șef de exploatație

.....
.....

Șef de echipă

.....
.....



În caz de accident... ASISTENȚI

.....
.....

Număr european unic 112

SAMU (Serviciul de Ajutor Medical de Urgență) 15



CE SĂ FAC ÎN CAZ DE ACCIDENT?

- **Îi previn pe asistenți și/sau pe responsabilul meu**
- **Solicit ajutorul, precizând:**
 - locul accidentului
 - natura accidentului
 - numărul de victime
 - starea aparentă a victimelor (tipul de răni)
- **Nu închid telefonul imediat!** Aștept indicații.
- **Facilitez sosirea și intervenția echipelor de urgență**

În caz de incendiu..... 18

În caz de accident rutier..... 17

În caz de intoxicație cu un produs, iau legătura cu cel mai apropiat Centru Anti-otrăvă*.

Ținuta de lucru

- **Pentru a preveni riscurile de insolație și de arsuri solare:**

- Port un tricou de bumbac și o cască sau o șapcă.
- Îmi protejez pielea cu cremă anti-UV (protecție minimă: factor de protecție 20).
- Iau o sticlă cu apă.

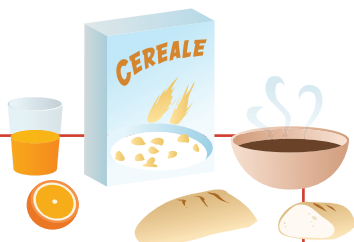


- **Prevăd schimbările meteo.**

- 20% dintre accidente sunt cauzate **de căderi. Pentru a le preveni:**

- Port încălțăminte strâmtă, care stă bine pe picior.

- **Mănânc un mic dejun consistent.**



Mă duc la locul de muncă

• La dus

- Cunosc ora de începere a lucrului: iau în considerare timpul necesar pentru a efectua traseul.
- Respect codul rutier (maxim 50 km/h prin sate).
- Oboseala la volan provoacă accidente: este important să existe un timp de recuperare.

• La sosirea pe șantier

- Îmi parchez mașina astfel încât să nu deranjez circulația utilajelor agricole și a celor care folosesc drumul.
Pentru o plecare mai ușoară, staționez ordonat.

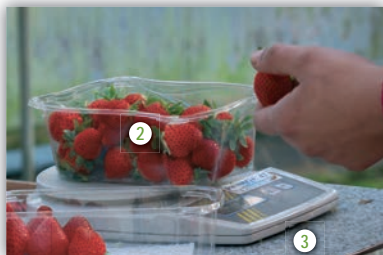
• Deplasarea între două puncte de lucru

- Pentru a evita ciocnirile, mașinile se pot succede în convoi, în frunte cu șeful de echipă.
- Fără depășiri intempestive, viteză limitată. Am grijă să reduc viteza pe drumurile de acces către parcele.

• La plecarea de pe șantier

- Sunt atent la celelalte vehicule.
- Rețin locul de întâlnire pentru ziua următoare.

Instrumente pentru cules căpșunile ieșite din pământ



- 1 Cărucior pentru recoltare
- 2 Caserole
- 3 Cântar
- 4 Lăzi
- 5 Găleată pentru deșeururi



Instrumente pentru cules căpșuni direct din pământ



1 Ladă

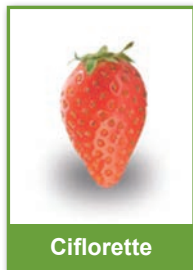
2 Cărucior pentru lăzi



A culege înseamnă a ști să alegi fructul bun

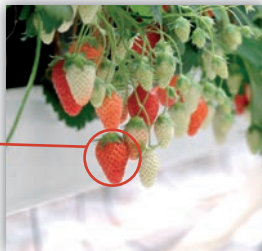
Culoarea fructelor poate fi diferită în funcție de varietăți, de climă și de momentul comercializării.

Ex. : Varietatea Gariguette este o căpșună roșie, varietatea Ciflorette este mai portocalie.



Nu toate căpșunile se coc în același timp!

- **A recolta bine înseamnă a alege fructele care au ajuns la stadiul corespunzător de maturitate.**
- **Șeful de exploatare amintește în mod regulat regulile de culegere.**



Alegerea fructelor de cules se va face folosind diferite criterii:

1. Culoarea omogenă a fructului

2. Calibrul: fructe mici/ mari

(a se vedea căpșuna calibrette dacă e disponibilă)

3. Forma:



4. Aspectul sănătos:

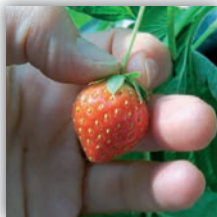
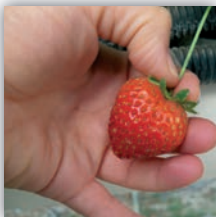


A culege înseamnă a ști să culegi fructul bun


În funcție de ușurința cu care se sparge pedunculul diferitelor varietăți, există 2 gesturi folosite la recoltare.

- **Peduncul greu de spart** (varietăți *Gariguette, Ciflorette*)

- Iau căpșuna de peduncul.
- Încerc să nu o strâng între degete sau în palmă.
Degetul mare și arătătorul sunt chiar deasupra frunzulițelor.
- Exercițiu torsiune asupra pedunculului în locul de prindere cu degetul mare și cu cel arătător, pentru a culege fructul cu mâna fără a-l strivi.



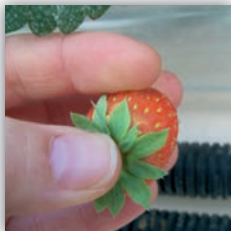
 **Nu trag de fruct!** Risc să stric planta, să smulg sau să îndoii tija florală.

 **Pedunculul nu trebuie să fie prea lung:** altfel riscă să strice alte căpșuni odată puse în caserolă.



• **Peduncul foarte casant** (varietăți de tip Ronde)

- Apuc fructul între degetul mare și arătător la nivelul sealelor.
- Mișc rapid din fruct fără a trage de el, pentru a-l culege și a-l ține în mână fără a-l strica.



Un fruct bine cules trebuie să fie întreg, cu tot cu frunzulițe.

 **Căpșuna este un fruct fragil!**

Nu țin mai multe fructe în mână:
ele vor fi marcate.

 **Atenție la unghiile lungi**

care riscă să spargă fructul.



A culege înseamnă a ști să așezi



Nu arunc fructele în ladă!

Le așez delicat fără a le strânge, dar evitând găurile.



Pun căpșunile în poziția lor definitivă: orice manevră crește riscurile de lovire.

Aspectul final al unei lăzi umplute trebuie să fie ordonat.



Fructele sunt așezate culcat, nu în picioare, pentru a nu fi strivite de capacul caserolei sau de lada de deasupra.



Greutatea caserolei trebuie verificată (atât cât se poate) înainte de a fi pusă într-o ladă.

Igiena începe de pe parcelă...

Siguranța alimentară a căpșunii este importantă pe durata întregii sale vieți: la culegere, la depozitare, la transport, în magazin...

Pentru a evita orice contaminare, trebuie să respectăm câteva reguli simple de igienă:

- **Mă spăl pe mâini de fiecare dată când mă întorc la locul de muncă** și mai ales la ieșirea de la baie, după masă, după pauză, după ce am fumat.



- **Unghiile trebuie să fie scurte** ca să nu stric fructul, curate și fără oă.



- **Nu fumez** la locul de muncă.

- **Părul trebuie să-l port strânse** și/sau acoperit.

- **Orice rană trebuie protejată** cu un pansament.



- **Nu beau și nu mănânc** deasupra cărucioarelor pentru recoltare și la locul de muncă.

- **Animalele nu au acces** pe șantier.

CUM SE PREVINTE OBOSEALA?

- **Am grijă să-mi menajez spatele:**

1. Lucrez aproape de încărcătură.
2. Îmi îndoi genurile și țin coloana vertebrală fixă.
3. Mă împing în genurile și țin brațele întinse.



- **Am grijă să-mi păstrez forțele.**

Sticlele și termosurile nu trebuie împrăștiate pe parcelă și trebuie ținute împreună în același loc.



MSA (Casa de Ajutor Reciproc în Sectorul Agricol) asigură protecția socială a agricultorilor. Ceea ce este mai puțin cunoscut este faptul că ea are și rolul de a preveni riscurile profesionale și bolile profesionale ale salariaților și ale exploataților.

Pentru aceasta:

O rețea de cosilieri în domeniul prevenției vă propune un serviciu personalizat bazat pe:

- evaluarea securității și a condițiilor de muncă,
- activități de informare și de formare profesională inclusiv în domeniul securității muncii,
- sprijinirea proiectelor dumneavoastră: proiectare a clădirii, local fitosanitar, evaluare a riscurilor...

O rețea de medici de securitate a muncii vă propune:

- consultații medicale adaptate meseriei dumneavoastră,
- examinări complementare dacă se suspectează existența unor boli profesionale (probleme de auz, de respirație, de vedere...).



Le mulțumim profesioniștilor care au ajutat la realizarea acestui ghid:

- **Myriam Carmentran-Délias: Camera de Agricultură 47**
- **Evelyne Gardes: Vallée du Lot / Silène**
- **Amélie Pascal: Valprim / Rougeline**
- **Caroline Granado: AOPN Fraise**



AOPN Fraise (Asociația Organizațiilor Producătorilor Naționali de Căpșuni) este autorizată prin Hotărârea Ministerului Agriculturii și Pescuitului din data de 11 martie 2009. AOPN Fraise reunește 40% din producție și mai mult de 450 de producători. Ea își propune să perenizeze și să dezvolte producția de căpșuni de origine franceză în două direcții:

- > *prin îmbunătățirea modului de comercializare a produselor*
- > *prin îmbunătățirea producției și a calității produselor*

Contact :

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

Acest document este disponibil
la agențiile MSA din departamentul dvs.



Mutualité Sociale Agricole

Prevenirea Riscurilor Profesionale ale Salariaților din Agricultură