

Scări



Scările trebuie să îndeplinească standardele adecvate de siguranță pentru a preveni căderea lucrătorilor, inclusiv construcția solidă, dimensiunile corespunzătoare, sistemele antiderapante și de fixare, precum și o bună întreținere.

Pentru a preveni căderea de la înălțime:

POZIȚIONEAZĂ scara cu atenție maximă.

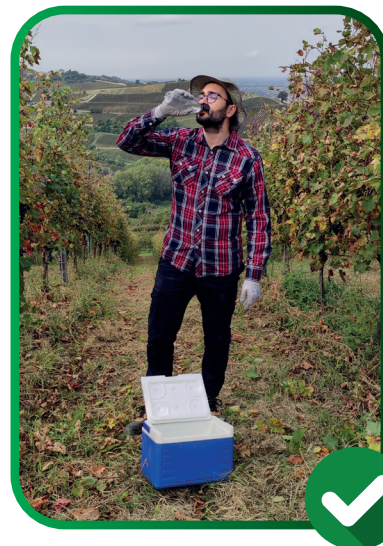
Dacă este necesar, **SPRIJINĂ** scara de trunchiul principal, **NU** lateral.

EVITĂ să urci pe ultimele trepte.

ÎN CAZUL UNOR ÎNDOIELI PRIVIND STABILITATEA, CERE ALTUI LUCRĂTOR SĂ SPRIJINE SCARA DE JOS.

TRANSPORTUL MANUAL AL GREUTĂȚILOR, ÎN TIMPUL URCĂRII ȘI COBORĂRII, TREBUIE SĂ PERMITĂ O PRINDERE SIGURĂ DE ELEMENTELE SCĂRII.

Condiții meteorologice



Expunerea prelungită la soare și căldură poate provoca efecte ce variază de la un simplu disconfort până la afecțiuni severe, precum insolația sau lovitura de căldură.

Semnele de avertizare includ: lipsa de energie, dureri de cap, greață, crampe musculare, amețeli. Dacă sunt ignorate, acestea pot duce la pierderea cunoștinței și la alte leziuni mai grave.

POARTĂ haine care acoperă corpul.

BEA mici înghițituri de apă, la temperatură moderată, la intervale regulate, pentru a preveni deshidratarea.

Răcorește-te frecvent, umezindu-ți pielea cu apă rece.

Risc biologic



Munca în aer liber, fără îmbrăcăminte adecvată, poate duce la contactul cu insecte sau alte animale, care pot cauza boli, infecții și, în cazul persoanelor alergice, reacții foarte grave.

Tăieturi



Acordă întotdeauna atenție poziției celeilalte mâini în timpul tăierii.

EVITĂ să lucrezi față în față cu colegii de-a lungul aceuiași rând de viță de vie sau spalier.

MENTINE o distanță corespunzătoare.



Manipularea manuală a încărcăturilor



Manipularea manuală a încărcăturilor poate provoca leziuni ale coloanei vertebrale și ale membrelor. Aceste leziuni pot apărea atunci când se ridică încărcături excesiv de grele sau atunci când aceste operațiuni sunt efectuate incorect. Pentru manipularea manuală a încărcăturilor:



EVITĂ să rotești doar trunchiul; întoarce întregul corp, folosindu-ți picioarele.

EVITĂ să ridici singur încărcături foarte grele.



ÎNDOAIE genunchii și ține spatele drept.

MENTINE obiectul aproape de corp. Pentru încărcături grele, solicită ajutorul unei alte persoane.



Mișcări repetitive

Munca de recoltare implică mișcări repetate ale brațelor și mâinilor, menținând adesea aceleași poziții pentru perioade lungi de timp. Pentru a evita deteriorarea articulațiilor, mușchilor, tendoanelor și nervilor: evită să ții brațele deasupra nivelului umerilor sau încheieturile mâinilor îndoite lateral pentru perioade lungi.