

Estrategia Sectorial de Seguridad y Salud Laboral para la Cadena de Valor Alimentaria y de la Madera de Euskadi 2019 - 2025

Euskadiko elikaduraren eta egurraren balio katearen laneko segurtasun eta osasunerako estragria sektoriala 2019 - 2025

CONSEJOS DE SEGURIDAD Y SALUD EN TAREAS DE TEMPORERISMO

SASOIKO LANAREN SEGURTASUN ETA OSASUN AHOLKUAK



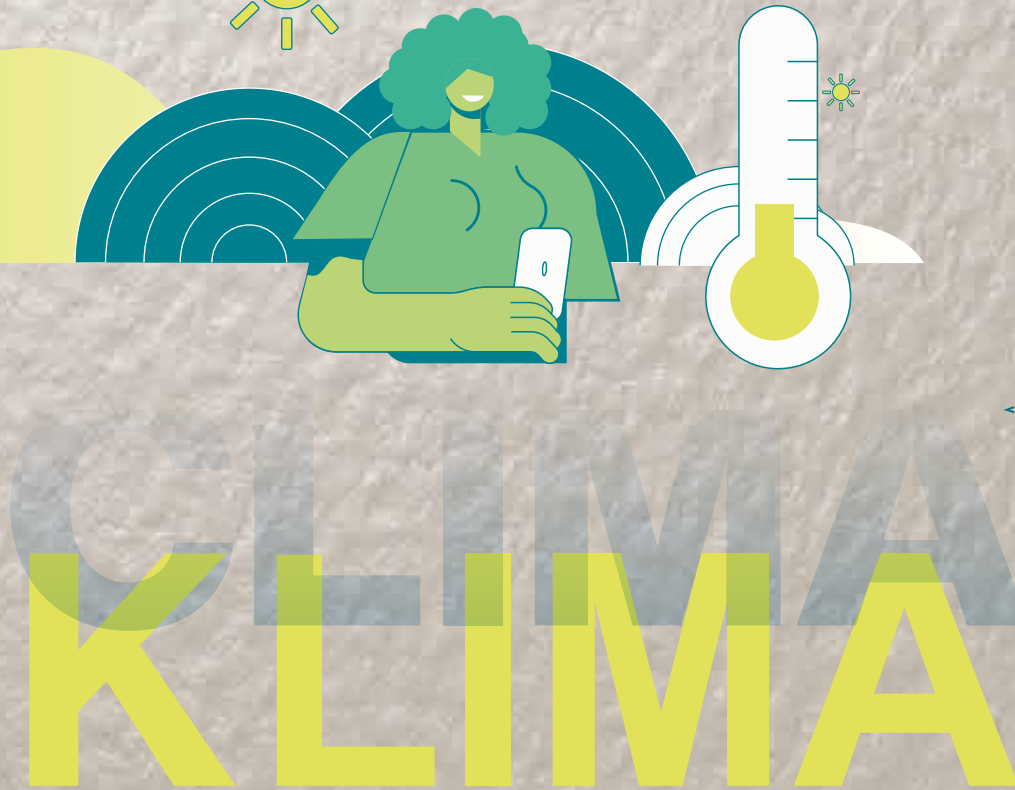
1.

Antes de comenzar la jornada
Lanaldia hasi baino lehen

Elige ropa según el clima del día

Aukeratu arropa eguneko klimaren arabera

Elige ropa transpirable y zapatos antideslizantes

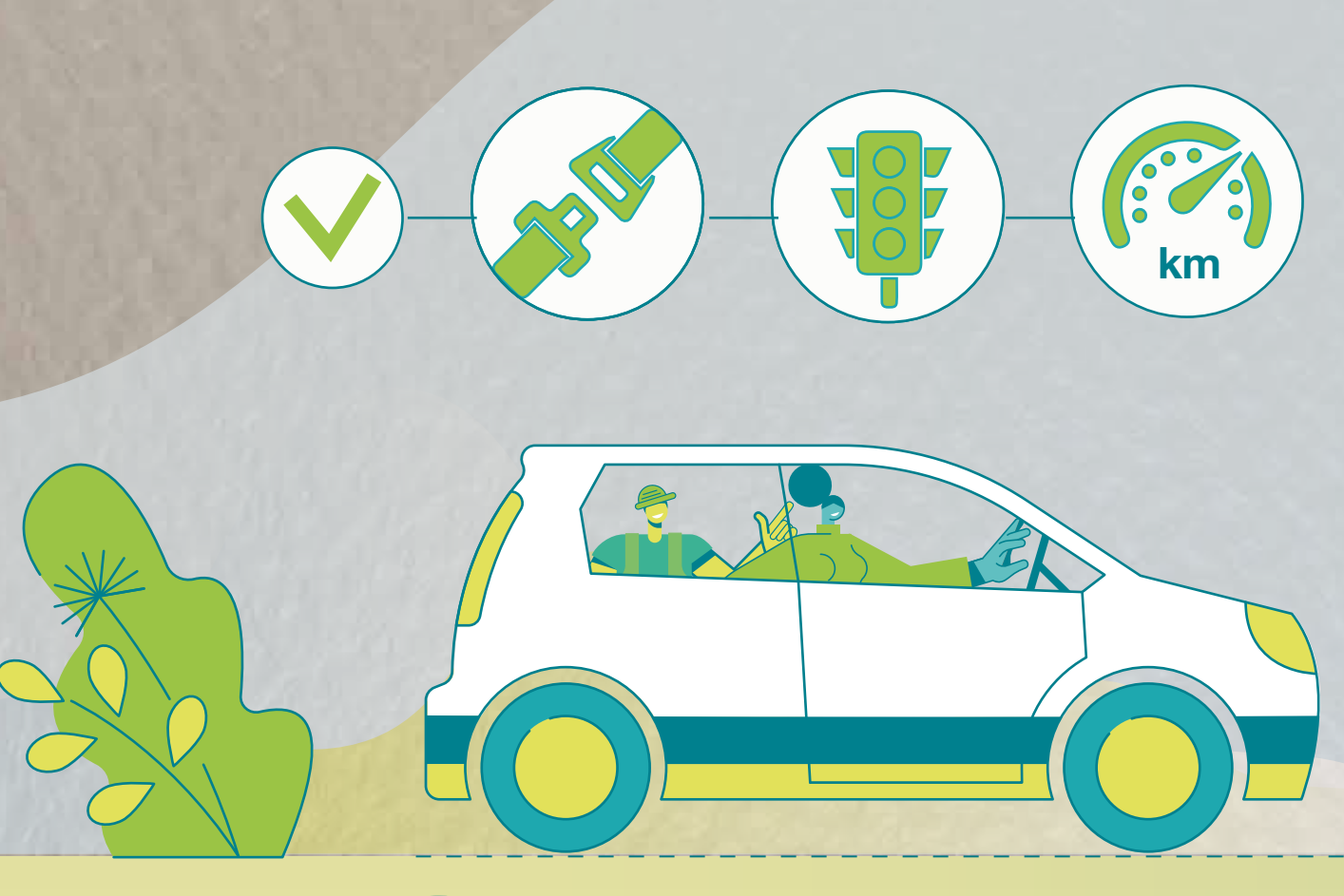


Aukeratu arropa transpiragarria eta oinetako irristagaitzak

KLIMA

2.

Transporte hasta el lugar de trabajo
Lantokirainoko garraioa



3.

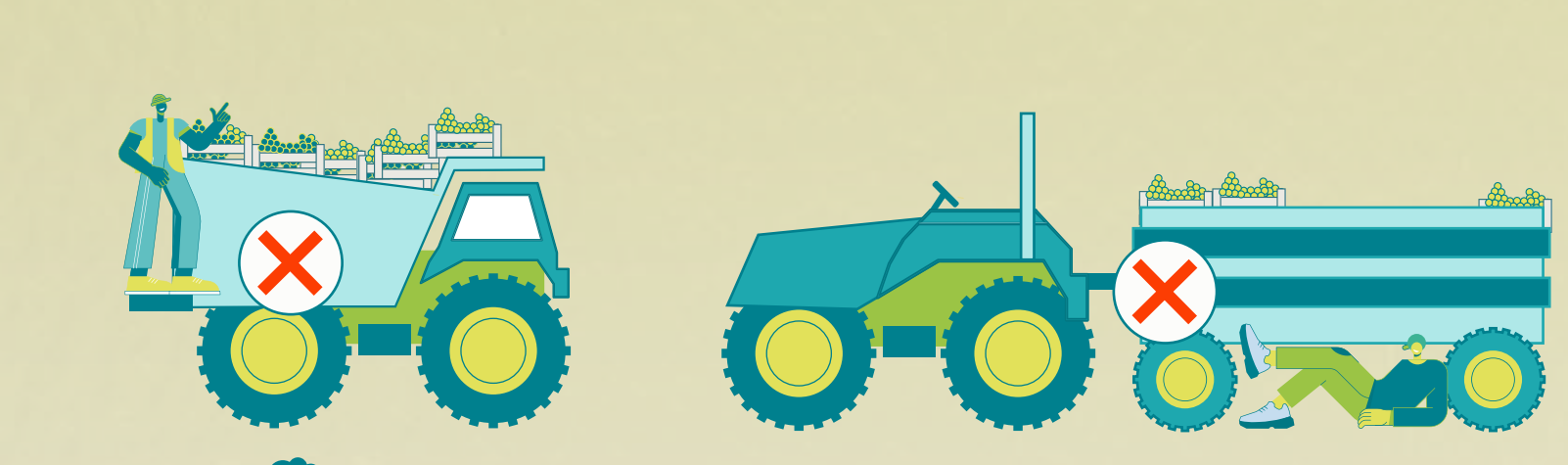
Uso de maquinaria
Makinen erabilera

Abróchate el cinturón, mantén las puertas cerradas o sube el arco abatible

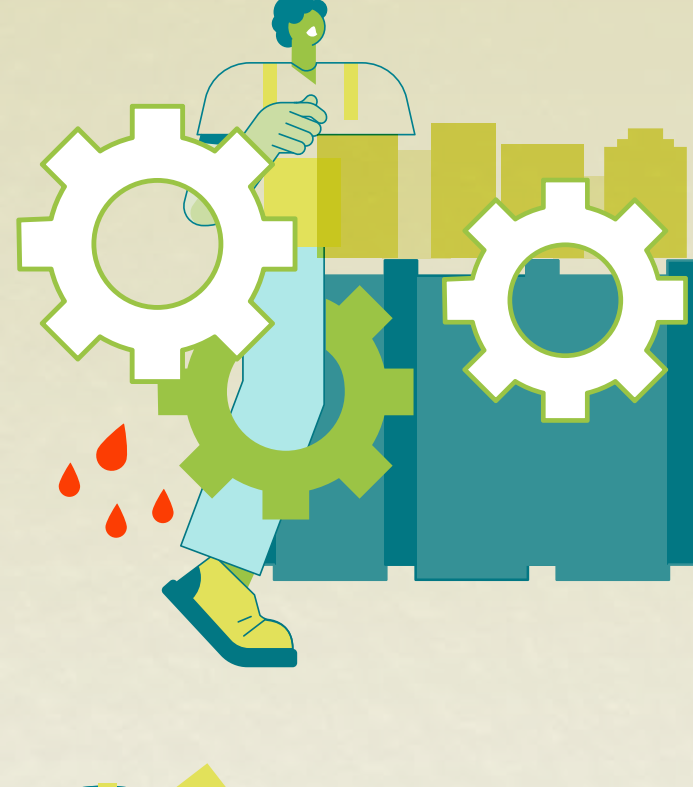
Lotu segurtasun-uhala, ateak itxita eduki edo igo arku eraisgarria



OK



Nunca saltar Inoiz ez salto egin



No quites o anules los elementos de protección (barandillas, resguardos de partes móviles, sistemas de emergencia, etc.)

Ez kendu edo baliogabetu babes-elementuak (barandak, pieza mugikorrentzako babesak, larrialdi-sistemak, etab.)



No lloves ropa holgada y siempre el pelo recogido



Ez jantzi arropa zabalik eta eduki beti ilea lotuta



No sobrecargues los remolques Ez kargatu gehiegi atoiak



Coloca el toldo para generar sombra Jarri toldoa itzala sortzeko



No trabajes en zonas sin protección para las caídas

Ez egin lan erorketa babesik gabeko eremuetan

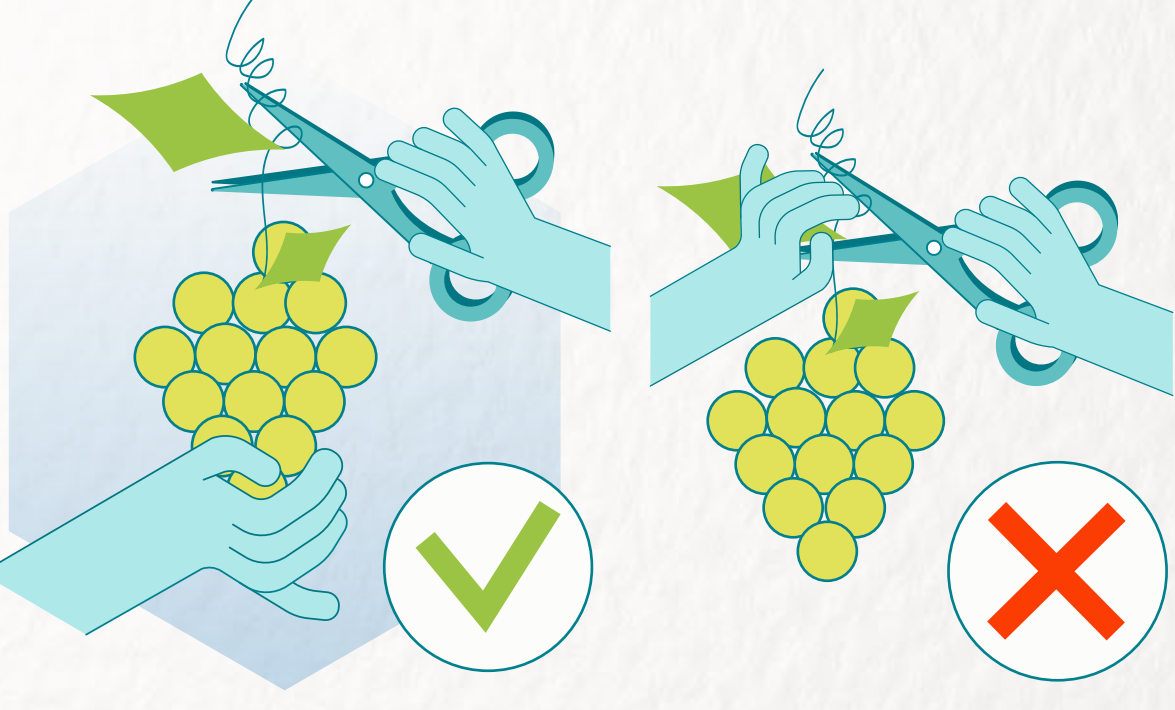
4.

Riesgo de tareas
Zereginen arriskua

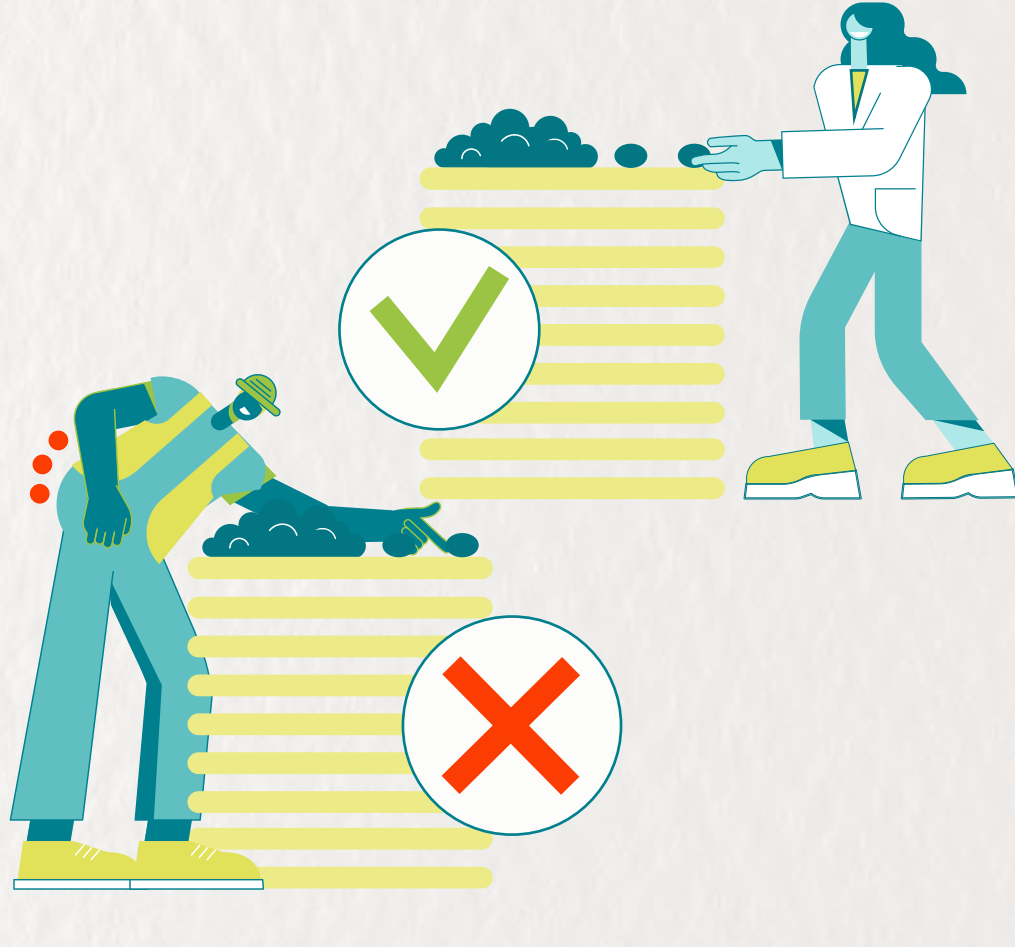


Utiliza mascarilla para evitar respirar el polvo del campo

Erabili maskara lurteko hautsa ez arnasteko



Corta el racimo sujetándolo por debajo Moztu mahats-sorta azpitik helduta



Ez ukitu gorputza

5.

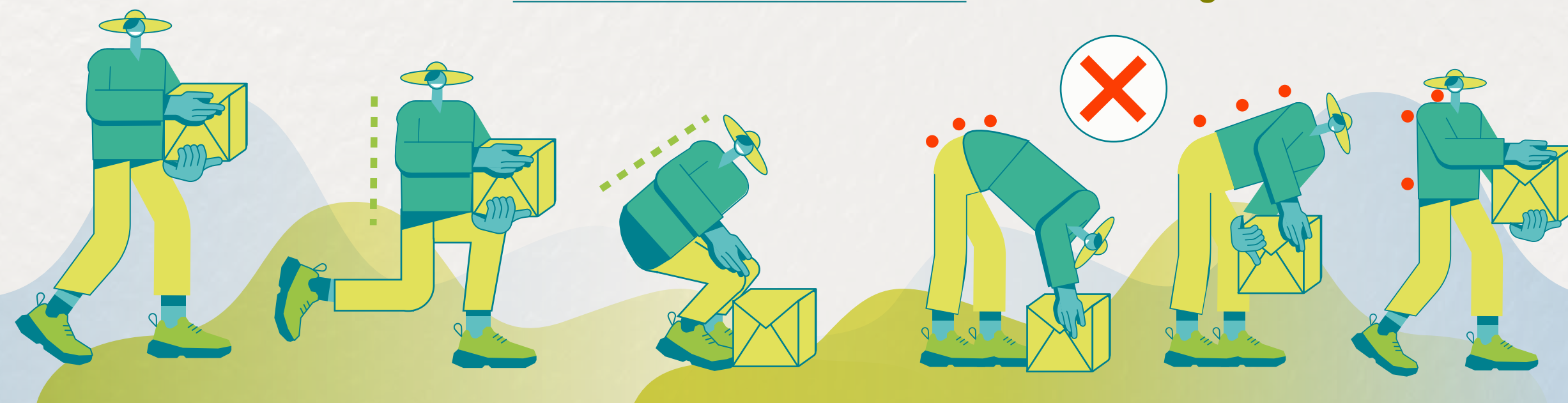
Manejo manual de cargas
Kargak eskuz maneiatzea



No gires el cuerpo

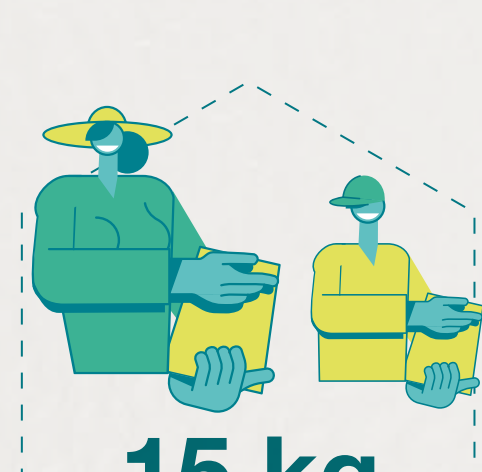
No manejes pesos por encima de los hombros

Ez eraman pisurik sorbalden gainetik

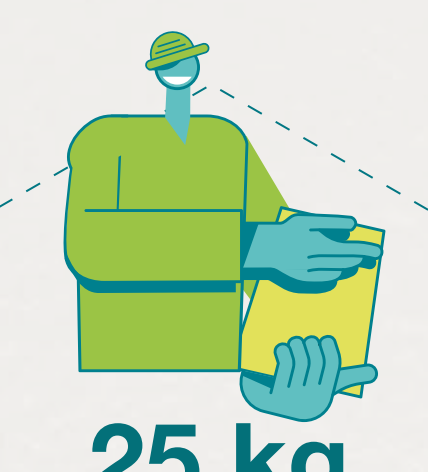


Mantén la espalda recta y el peso pegado al cuerpo Bizkarra zuzen eta pisua gorputzatik gertu mantendu

Mantén la postura correcta Jarrera zuzena mantendu



15 kg



25 kg



Descansos
Atsedenaldiak



Realiza el reconocimiento médico y vacúnate Egin azterketa medikoa eta jarri txertoak

7.

Aspectos sanitarios
Osasun gaiak

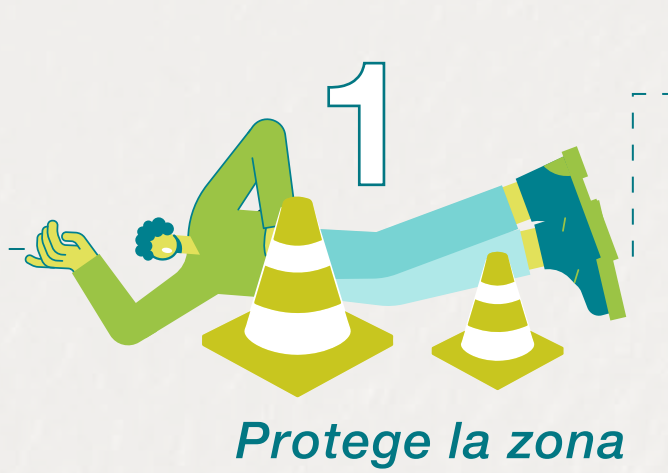
Si sabes 1º auxilios, atiende a la víctima. Lehen sorospen ezagutza baduzu, artatu biktima

2 Llama al Deitu

112

Ten el botiquín en la zona de trabajo Eduki botikina lan-eremuan

EN CASO DE EMERGENCIA LARRIALDIETAN



1 Protege la zona Eremua babestu