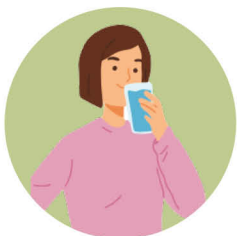
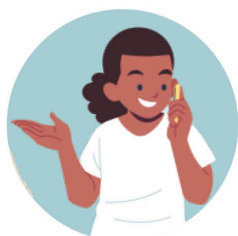




■ EN FIN DE JOURNÉE



Pour être en forme le lendemain, je bois de l'eau et je m'étire pour éviter les courbatures, je me repose et je prévois une bonne nuit de sommeil.



Je n'hésite pas à contacter mon référent pour lui faire part de ma journée de travail. En cas de doute, de difficulté, je n'attends pas et j'en parle à mon référent et/ou mon chef d'équipe.

BONNES VENDANGES



Nom du domaine et adresse :

.....

Contact chef d'équipe :

Nom : Prénom :

Téléphone :



GUIDE PRATIQUE À DESTINATION DES VENDANGEURS/EUSES

Bienvenue, vous venez d'être embauché(e) pour travailler dans les vignes. Voilà quelques conseils qui vous permettront de travailler dans les meilleures conditions.

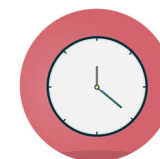
NOUS VOUS SOUHAITONS DE BONNES VENDANGES !

■ AVANT D'ARRIVER AU TRAVAIL

Je prévois de me réveiller suffisamment en avance pour pouvoir :



Prendre un solide petit-déjeuner.



Arriver à l'heure au point de rendez-vous.



Préparer ma tenue : Chaussures fermées, vêtements adaptés au travail et à la météo (casquette, veste imperméable en cas de pluie...), pas de bijoux, attacher les cheveux.

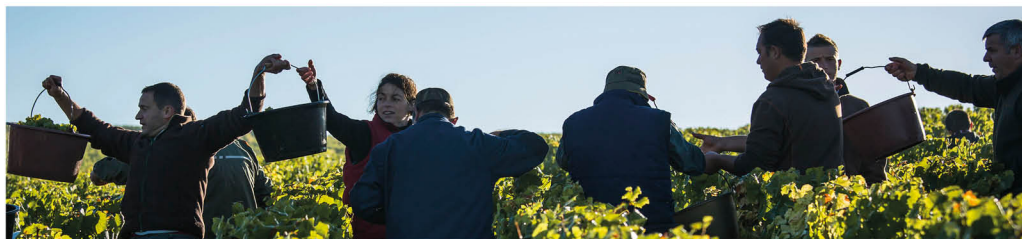


Préparer mes affaires : Crème solaire, bouteille d'eau, veste et casquette dans un sac.



■ SUR MON LIEU DE TRAVAIL

Je suis embauché(e) pour faire les vendanges, c'est-à-dire récolter le raisin (coupeur), ou porter les caissettes/les hottes remplies de raisin jusqu'à la remorque (porteur).



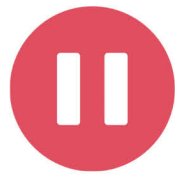
J'applique les consignes de travail et de sécurité, je m'équipe (gants, sécateur, seau, hotte si je suis porteur).



Je fais quelques mouvements d'échauffement.



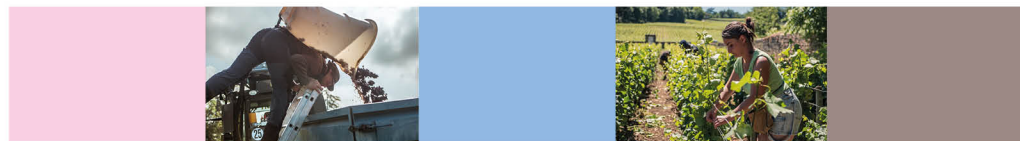
Je me protège du soleil et je bois régulièrement de l'eau dans la journée.



Je prends les pauses avec l'équipe, je me rafraîchis et me lave les mains régulièrement.



Afin de prévenir l'apparition de douleurs articulaires, je varie les positions de travail. Lorsque je porte (mon seau/ma hotte), j'adopte les bonnes postures : dos droit, jambes fléchies, charges au plus près du corps. Je ne surcharge pas les seaux de vendanges, hottes et caissettes.



■ JE SUIS COUPEUR

- Je coupe le raisin mûr et sain à l'aide du sécateur et je le place dans mon seau. En cas de doute, je demande au chef d'équipe.
- Je garde une distance de sécurité avec mon collègue, je travaille en décalé, afin d'éviter les coupures et les blessures aux yeux.
- Lorsque le porteur passe, je vide mon seau dans sa hotte.
- J'avance au rythme de mon équipe, et je signale si j'ai des difficultés.

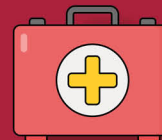


■ JE SUIS PORTEUR

- J'ajuste la hotte pour me sentir à l'aise (les sangles bien ajustées, hotte au plus près du corps).
- J'adapte mon rythme au terrain et à la progression de l'équipe. Je signale si j'ai des difficultés.
- J'anticipe la charge de la hotte au moment où les coupeurs vident leur seau, je prépare mes appuis.
- Pour vider la vendange, j'utilise un accès sécurisé.



EN CAS D'INCIDENT !



Si je suis victime ou témoin d'un accident, d'une coupure, d'un malaise (...) :
J'alerte immédiatement le chef d'équipe !