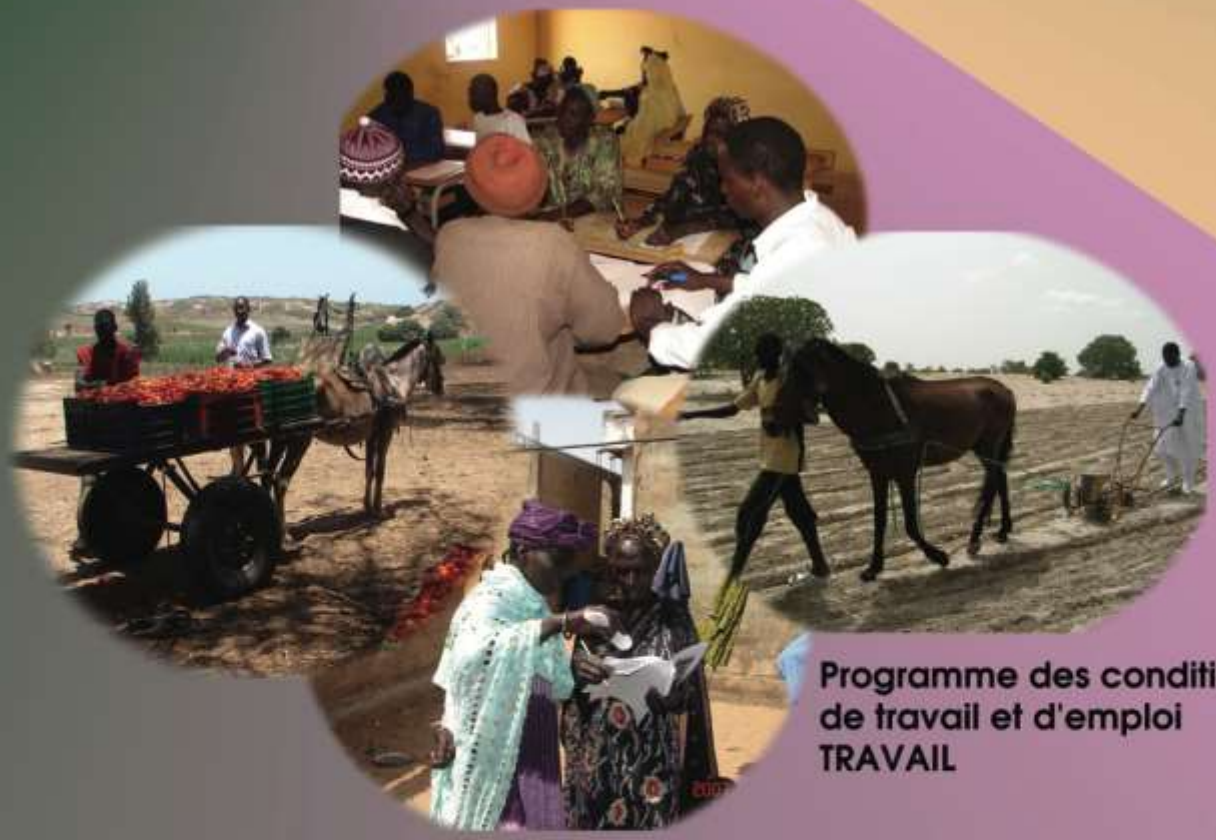
WORK IMPROVEMENT IN NEIGHBOURHOOD DEVELOPMENT

AMÉLIORATION DES CONDITIONS DE TRAVAIL DANS LE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE

TON THAT KHAI TSUYOSHI KAWAKAMI KAZUTAKA KOGI

PROJET
Améliorer les conditions de travail et de vie des familles et des enfants dans le milieu agricole au Sénégal, Bénin et Mali

MANUEL DE FORMATION
Santé, sécurité et conditions de travail dans le secteur de l'agriculture



Programme des conditions de travail et d'emploi
TRAVAIL

Organisation Internationale du Travail

avec l'appui du Gouvernement Français

AMÉLIORATION DES CONDITIONS DE TRAVAIL DANS LE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE

WORK IMPROVEMENT IN NEIGHBOURHOOD DEVELOPMENT

PROJET
Améliorer les conditions de travail et de vie des familles et des enfants dans le milieu agricole au Sénégal, Bénin et Mali.

PREFACE

Indissociablement liées à toutes activités économiques ou sociales, les conditions de travail constituent un baromètre qui permet d'apprécier la qualité du travail et des emplois exercés par les hommes et les femmes.

Les conditions de travail intègrent différentes dimensions tels que les salaires et les revenus, le temps de travail, la protection de la maternité, les aspects liés à la santé et sécurité au travail. Ce sont là autant d'éléments qui ont un impact incontestable sur la productivité et le caractère décent des emplois.

La complexité et l'interaction entre ces différentes variables dans l'agriculture n'ont pas fait l'objet de beaucoup de recherches, malgré leur importance capitale pour le bien être des familles et des populations rurales.

Pourtant, il est établi que l'agriculture représente l'un des secteurs les plus dangereux qui mobilise plus des 2/3 de la population active en Afrique. Les travailleurs dans ce secteur sont confrontés à la pauvreté engendrée dans une certaine mesure par la précarité de leurs conditions de travail et de vie.

En effet, des familles entières, y compris les enfants, travaillent dans les champs dans des conditions souvent dangereuses, sous des conditions climatiques sévères. Leur travail est marqué par des horaires longs et irréguliers, la manutention manuelle de matériaux lourds, des postures et charges de travail exténuantes sans parler de l'utilisation des machines et équipements ainsi que des produits agro chimiques.

De plus, les risques d'infections parasitaires et de morsures ou piqûres d'animaux et d'insectes sont bien présents dans les fermes. Tous ces risques sont accrus par le caractère multifonctionnel de l'habitat rural qui sert d'habitation mais aussi de «lieu de travail» où outils de travail, pesticides et herbicides sont généralement stockés exposant ainsi tous les membres de la famille, en particulier les enfants, à de graves dangers qui provoquent souvent des accidents et des empoisonnements parfois mortels.

Un tel environnement socio-économique contribue fortement à la vulnérabilité des populations et à la diminution de la productivité du travail, et les empêche en conséquence de s'affranchir du cercle vicieux de la pauvreté.

Face à cette situation, la méthode de formation action WIND (*Work Improvement in Neighbourhood Development* - Amélioration des conditions de travail dans le développement communautaire) revêt une importance capitale en ce sens qu'elle apporte des réponses appropriées à des problèmes de santé et sécurité au travail et d'amélioration de la productivité des acteurs de l'économie rurale.

Tirant ses principes fondamentaux de la méthode WISE (*Work Improvement in Small Entreprise* - Amélioration des conditions de travail dans les petites entreprises), la méthode WIND a vu le jour au Vietnam où elle a fini de faire ses preuves en aidant les petits exploitants agricoles à résoudre leurs problèmes de stockage et de manutention, de postures et d'organisation du travail sans oublier le

contrôle des substances dangereuses, la sécurité liée à l'utilisation des machines et le bien être , en s'appuyant sur des bonnes pratiques documentées et tirées du savoir-faire local. Durant ces dernières années, la méthode WIND et les matériaux didactiques qui l'accompagnent ont été traduits et adaptés au Kirghizstan, Kazakhstan, Tadjikistan, Moldavie et dans les pays de l'Amérique Centrale.

C'est un sentiment de satisfaction que nous éprouvons, au terme d'une décennie de mise en œuvre de la méthode WIND dans le continent asiatique et, plus récemment, dans d'autres régions du monde, de constater son introduction en Afrique à travers le Projet ***« Améliorer les conditions de travail et de vie des familles et des enfants dans le milieu agricole »,*** qui couvre trois pays de l'Afrique de l'Ouest à savoir le Sénégal, le Mali et le Bénin.

Le présent Manuel de formation est l'un des documents didactiques qui ont fait l'objet de beaucoup d'efforts d'adaptation de la méthode aux réalités agricoles de l'Afrique, en général, et du Sénégal, en particulier, grâce à la coopération Sud-Sud.

L'originalité de ce nouveau manuel de WIND réside dans le fait qu'il a maintenu la structure de base et capitalisé les acquis de la méthode, mais, aussi et surtout, a élargi le champ d'intervention en intégrant d'autres préoccupations lancinantes du milieu rural en Afrique, comme les questions liées à la protection de la maternité et à la lutte contre les travaux dangereux auxquels les enfants sont astreints dans l'agriculture.

Au regard de l'approche participative qui la sous tend et de l'égalité entre les hommes et les femmes qu'elle promeut, nous demeurons persuadés que la méthode WIND constitue un puissant outil qui, au-delà de l'amélioration de la qualité du travail et des emplois, pourrait aider à amorcer un véritable développement économique et social dans les communautés rurales.

C'est pourquoi, nous voudrions profiter de cette occasion pour adresser nos remerciements à Monsieur Claude Loiselle qui a supervisé la mise en place du projet qui nous a valu ce produit, Dr Ton THAT KHAI qui a réalisé ce remarquable travail d'adaptation de la méthode WIND, Monsieur Aliou SECK Coordonnateur régional du projet et à Madame Andréa Prince au Programme TRAVAIL pour leur contribution précieuse pour l'amélioration de l'adaptation des outils WIND et de la traduction du manuel.

Nous ne saurions terminer ce propos, sans exprimer notre gratitude au Gouvernement Français qui a bien voulu appuyer cette expérience pilote de la méthode WIND en Afrique.

Manuela TOMEI
Cheffe,
Programme des conditions de travail et d'emploi

INTRODUCTION

C'est pour nous un immense plaisir de vous présenter la nouvelle version du manuel WIND - *Work Improvement in Neighbourhood Development* – Amélioration des conditions de travail dans le développement communautaire. Ce manuel WIND a sélectionné 42 check points qui sont utiles pour l'amélioration de la sécurité, de la santé et des conditions de travail dans le domaine de l'agriculture. Il met spécialement l'accent sur des solutions faciles à appliquer et l'apprentissage à partir de bonnes pratiques qu'on peut trouver sur place. Les idées contenues dans ce manuel sont concrètes, pratiques et peuvent être appliquées à faible coût. Elles sont tirées pour la plupart de la pléthore de bons exemples développés par les agriculteurs dans les quarante deux provinces du Vietnam.

Le manuel WIND applique le concept des approches participatives et pragmatiques de la formation. L'expérience nous a appris qu'il est essentiel de développer de bons outils de formation pour renforcer et soutenir l'initiative d'entraide des agriculteurs locaux. Ce manuel a été soigneusement conçu pour aider les agriculteurs à mettre en pratique des améliorations réelles. Par exemple, le check-list des actions est un outil simple, mais puissant, pour trouver de possibles points à améliorer dans les lieux de travail agricole.

En tant qu'agriculteur, vous pouvez utiliser ce manuel pour vérifier l'état de votre lieu de travail et apprendre diverses méthodes qui sont simples, peu coûteuses et donc, applicables même sur les petites exploitations. En se fondant sur les expériences de plusieurs ateliers de formation WIND menés dans la zone du Delta du Mékong, au Vietnam, des principes de base des actions d'amélioration en matière d'agriculture ont été élaborés. Ils consistent à:

- examiner les multiples aspects du travail des agriculteurs et commencer par des améliorations peu coûteuses, en vous servant des matériaux et de l'expertise locaux;
- poursuivre les actions d'amélioration de façon progressive, pour assurer leur durabilité;
- aider les gens à examiner leurs conditions de vie et de travail, pour une meilleure qualité de vie;
- promouvoir les échanges d'expériences avec les voisins, pour élargir vos idées;
- promouvoir la participation égale des hommes et des femmes d'une même famille aux ateliers de formation et aussi, à la mise en application des améliorations à l'issue de la formation.

Lisez et utilisez ce manuel en famille et avec vos voisins. Partagez vos expériences pratiques et apprenez comment vos voisins ont résolu les mêmes problèmes auxquels vous êtes confrontés. Voici quelques conseils pratiques sur la façon d'utiliser efficacement ce manuel avec votre famille et vos voisins :

- lisez le manuel ensemble, pour bien comprendre le contenu de tous les check points .

- faites tous les exercices du checklist, à la ferme et chez les participants.
- discutez en groupes des résultats du checklist, pour élaborer une liste de trois à cinq actions d'amélioration prioritaires.
- reportez-vous aux check points concernés dans le manuel pour confirmer vos idées.

Les actions d'amélioration peuvent être entièrement soutenues si vous rejoignez le réseau d'agriculteurs ayant participé à un atelier de formation WIND. Par exemple, la ville de Can Tho, au Vietnam, a dispensé une formation de volontaires WIND à 3.825 personnes. Tous les volontaires qui ont reçu cette formation ont vulgarisé des idées pratiques pour améliorer la sécurité, la santé et les conditions de travail dans le domaine de l'agriculture, dans leurs communautés respectives. Des réseaux ont été mis en place et entretenus, pour apporter un appui complémentaire aux agriculteurs participants. Il est essentiel d'assurer le réseau avec les agriculteurs qui ont reçu une formation et de reprendre les activités complémentaires avec eux, pour assurer la continuité et l'expansion des actions d'amélioration.

Nous espérons que ce manuel sera utile à de nombreux agriculteurs, au Vietnam et dans d'autres pays. Il est important pour nous d'avoir vos commentaires sur l'expérience que vous avez de l'utilisation de ce manuel, afin d'en améliorer constamment le contenu. Nous apprécierions beaucoup que vous nous informiez de la façon dont vous avez utilisé le manuel et de vos idées pour les améliorations. Vous pouvez nous contacter par le biais du Dr Tsuyoshi Kawakami, Spécialiste en Sécurité et Santé du Travail, Bureau sous-régional de l'OIT pour l'Asie de l'Est, Bangkok, Thaïlande ou le Dr Ton That Khai, Directeur du Collège Médical de Can Tho, 340 Nguyen van Cu, ville de Can Tho, Viet Nam. Vous pouvez également envoyer un courriel à kawakami@ilobkk.or.th ou drkhai@gmail.com

Ton That Khai
Director, Can Tho Medical College
Can Tho, Vietnam

Tsuyoshi Kawakami
Occupational Safety and Health Specialist
ILO Sub-regional Office for East Asia
Bangkok, Thailand

TABLE DES MATIERES

Préface page i-ii

Introduction page iii-iv

Checklist des actions page 1-12

Stockage et manutention des matériels
(checkpoints 1-7)
page 13-28

Conception de postes de travail et outils de travail
(checkpoints 8-14)
page 29-44

Sécurité des machines et de l'électricité
(checkpoints 15-20)
page 45-58

Milieu de travail et contrôle des agents dangereux
(checkpoints 21-29)
page 59-78

Aménagements pour le bien-être
(checkpoints 30-38)
page 79-98

Organisation du travail
(checkpoints 39-42)
page 99-108

CHECKLIST DES ACTIONS

COMMENT UTILISER LE CHECKLIST

1- Commencez par définir la zone de travail à visiter. Demandez au chef de famille quelle est la principale occupation et s'il y a des problèmes liés aux conditions de travail.

2- Lisez la liste et promenez-vous pendant quelques minutes autour de la zone de travail avant de commencer.

3- Lisez soigneusement chaque point. Observez la situation réelle par rapport aux points du checklist. Au besoin, posez des questions aux agriculteurs. Si la situation observée est satisfaisante ou est inutile d'améliorer, cochez **Non** sous « Proposez-vous une action? » Si vous pensez que la situation observée n'est pas satisfaisante, cochez **Oui**. Utilisez l'espace réservé à **Remarques** pour décrire votre suggestion.

4- Après avoir parcouru tous les points, reprenez ceux pour lesquels vous avez coché **Oui**. Choisissez-en quelques-uns dont les avantages semblent être les plus importants et cochez **Prioritaire**.

5- Avant de terminer, vérifiez que pour chaque point observé vous avez coché **Non** ou **Oui**, et que pour certains des **Oui,** vous avez coché **Prioritaire**.

I. STOCKAGE ET MANUTENTION DES MATÉRIELS

1- Maintenir les passages dégagés et en bon état pour la circulation des personnes et des matériels.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

2. Eliminer les dénivelés brusques et les trous sur les voies de passage.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

3. Utiliser des étagères ou des porte-outils multiniveaux près de la zone de travail pour le stockage de matériaux, outils ou produits.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

4. Procurer des récipients ou des paniers de dimensions appropriées et munis de solides poignées pour transporter des matériaux et produits agricoles.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

5. Utiliser charrettes, pirogues, véhicules ou animaux pour le transport de matériels lourds.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

6. Fixer des roues assez grandes aux charrettes et chariots à bras, pour travailler efficacement sur les routes champêtres.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

7. Utiliser des transporteurs à rouleaux ou autres moyens mécaniques pour déplacer ou soulever des matériels lourds.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

II- CONCEPTION DES POSTES DE TRAVAIL ET OUTILS DE TRAVAIL

8. Ajuster le plan de travail à hauteur de coude ou un peu plus bas.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

9. Procurer des chaises ou bancs stables munis de dossiers solides.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

Remarques:……..
……..……..

10. Choisir des méthodes de travail qui alternent les positions debout et assise et évitant les positions fléchies et accroupies autant que possible.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

Remarques:……..
……..……..

11. Placer outils, interrupteurs et matériels fréquemment utilisés à portée de main.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

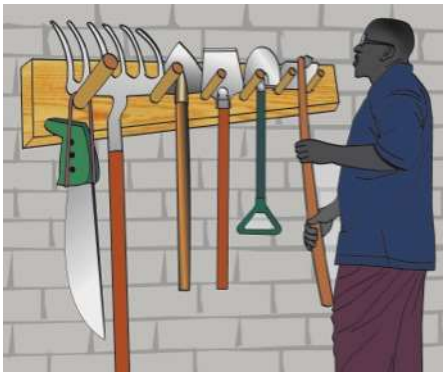
Remarques:……..
……..……..

12. Choisir des outils qu'on peut manier avec une force minimale.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

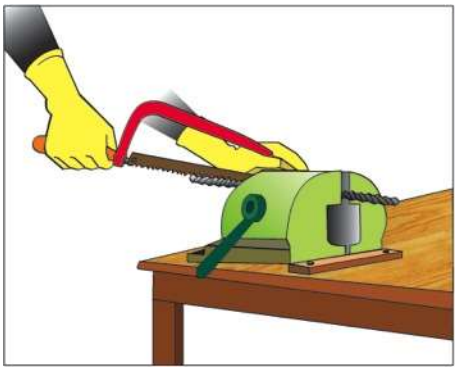
Remarques:……..
……..……..

13. Prévoir un rangement pour chaque outil.



Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

14. Utiliser des dispositifs de serrage et de préhension ou autres pour fixer les éléments sur lesquels on travaille.



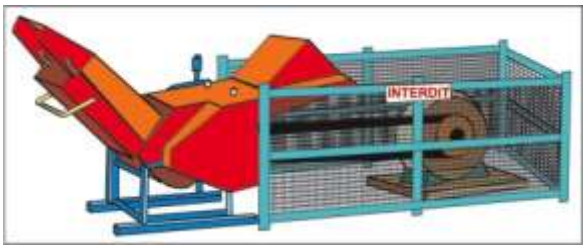
Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

III- SÉCURITÉ DES MACHINES ET D'ÉLECTRICITÉ

15. Acheter des machines sûres et bien les entretenir.

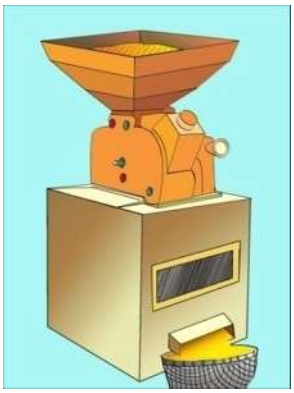
Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

16. Fixer des protecteurs appropriés aux pièces mobiles et dangereuses des machines.



Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

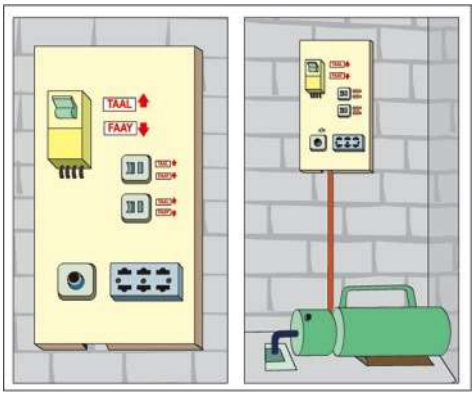
17. Utiliser des dispositifs d'alimentation appropriés pour prévenir le danger et accroître la production.



Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

Remarques:……..
……..……..

18. Rendre bien visibles les commandes de secours et fixer des étiquettes en langues nationales sur les commandes ou interrupteurs.



Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

Remarques:……..
……..……..

19. Veiller à l'utilisation sans danger de l'électricité pour les machines et les équipements.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

Remarques:……..
……..……..

20. Prendre des mesures pour prévenir les risques d'incendie dans les habitations.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

Remarques:……..
……..……..

IV- MILIEU DE TRAVAIL ET CONTRÔLE DES AGENTS DANGEREUX.

21. Utiliser davantage l'aération naturelle pour améliorer les conditions atmosphériques à l'intérieur des locaux.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

22. Utiliser la lumière du jour et des murs clairs pour éclairer le lieu de travail.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

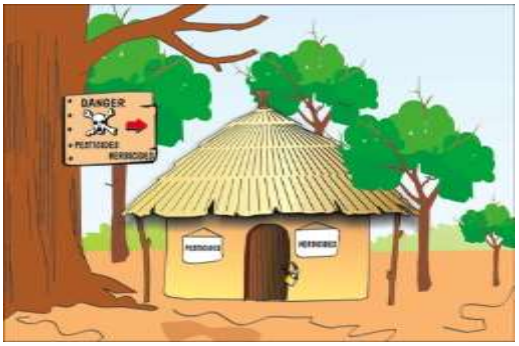
23. Eviter l'exposition continue à une chaleur ou un froid extrêmes.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

24. Choisir des pesticides moins toxiques et utiliser des quantités minimales.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

25. Conserver pesticides, produits agrochimiques et matériel de pulvérisation dans un lieu sûr, conçu à cet effet.



Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

26. Fixer des étiquettes sur les pesticides et les produits agrochimiques.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

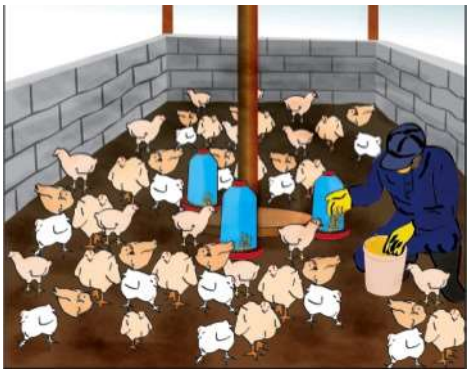
27. Etablir des méthodes sûres de traitement des bouteilles et bidons de pesticides et produits agrochimiques vides.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

28. Collecter et disséminer auprès de la communauté des renseignements sur l'utilisation sans danger des produits agrochimiques.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

29. Connaître les animaux, volailles, insectes ou vers qui peuvent être nuisibles pour les agriculteurs.



Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

V- AMÉNAGEMENTS POUR LE BIEN- ÊTRE

30. Assurer l'approvisionnement adéquat en eau potable et en rafraîchissements au lieu de travail.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

31. Prendre les repas à des heures régulières et consommer des aliments nutritifs et variés.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

32. Construire des toilettes et des installations sanitaires propres et hygiéniques.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

33. Aménager des coins-repos équipés pour récupérer.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

34. Utiliser des éléments de protection appropriés, tels que vêtements, gants, bottes, souliers, chapeaux, casques, pour prévenir les blessures et éviter le contact avec les substances dangereuses.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

35. Prévoir du matériel de premiers secours.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

36. Protéger les enfants pour prévenir les accidents ou les maladies.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

37. Éviter d'exposer les enfants aux pires formes de travail.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

38. Prendre particulièrement soin des femmes enceintes au travail.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

VI- ORGANISATION DU TRAVAIL

39. Mieux aménager le travail, pour réduire la distance de transport des matériels et des produits agricoles.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

40. Introduire des pauses courtes, fréquentes et prendre des jours de congé régulièrement pour s'occuper des enfants.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire
Remarques:……..
……..……..

41. Effectuer ensemble les travaux communautaires.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

Remarques:……..
……..……..

42. Partager les responsabilités familiales pour éviter de surcharger un membre particulier de la famille.

Proposez-vous une action ?
☐ Non ☐ Oui ☐ Prioritaire

Remarques:……..
……..……..

STOCKAGE ET MANUTENTION DE MATÉRIELS

Les agriculteurs doivent stocker et manutentionner des matériels de toutes sortes. Ceux-ci sont lourds et de tailles et formes différentes. Ce Chapitre vous apporte des solutions simples et pratiques pour améliorer le stockage et la manutention. Des passages bien dégagés pour transporter le matériel, l'utilisation d'étagères multiniveaux pour bien le ranger, et l'utilisation d'outils simples tels que chariots, transporteurs à rouleaux pour vous aider à améliorer la productivité et l'efficacité, ainsi que la sécurité et la santé.

CHECK POINT 1

Maintenir les passages dégagés et en bon état pour la circulation des personnes et des matériels.

AVANTAGES PROCURES

Outils et matériels agricoles sont le plus souvent lourds, de formes variées et difficiles à manipuler. Des passages bien dégagés et en bon état facilitent la manutention, empêchent la fatigue et réduisent le temps de travail.

Des passages étroits, bosselés ou glissants gênent le transport de matériels. Pertes de produits agricoles, machines et outils précieux endommagés pourraient en résulter, sans parler du risque accru d'accidents .

De la même manière, à la maison, des allées et couloirs assez larges et bien entretenus favorisent le bon fonctionnement des activités domestiques et évitent les accidents.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Elargissez les passages. Produits et matériels agricoles doivent pouvoir circuler dans les deux sens.

2- Améliorez et nettoyez les chemins autour de votre maison. Surélevez les routes et recouvrez-les de fines couches de pierres ou de petites briques pour éviter qu'elles ne s'embourbent pendant la saison des pluies.

3- Draguez régulièrement les canaux et les rigoles qui débouchent sur le champ de riz. Ainsi, les bateaux peuvent naviguer en douceur sur les canaux pour transporter des produits agricoles.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Commencez par un moyen d'amélioration simple et peu coûteux. Par exemple, nettoyez l'entrée de la maison ou les chemins qui passent devant. Les gens remarqueront que le transport est devenu plus rapide et plus sûr.

Prenez l'habitude de travailler avec vos voisins, par exemple pour l'amélioration et l'entretien réguliers des chemins, ou le dragage des canaux.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Plantez des hibiscus ou autres arbres d'ornement le long du sentier, pour bien le délimiter.

Améliorez progressivement les passages. Pavez-les de briques pour qu'ils soient nivelés et pour qu'ils ne soient pas couverts de boue, ou recouvrez-les de ciment.

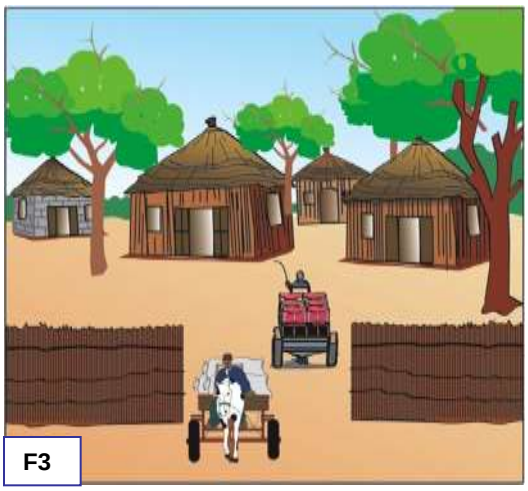
A RETENIR
Des passages dégagés facilitent le transport des produits agricoles et préviennent accidents et blessures.

F1

Figure 1: Laissez un passage large et dégagé pour permettre la circulation des personnes et des produits agricoles dans les deux sens

Figure 2: Le passage qui mène aux jardins et aux rizières doit être assez large et uniformément recouvert de terre. Chariots et camions transportant des produits agricoles peuvent atteindre le lieu de travail, vous évitant ainsi la manutention manuelle d'objets lourds.

F2


F3

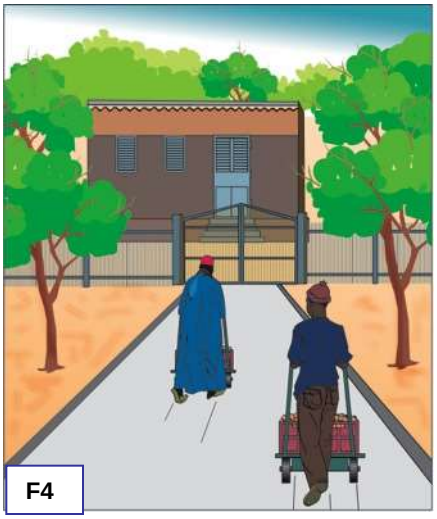

F4

Figure 3 & 4 Une entrée large et bien dégagée.

CHECK POINT 2

Eliminer les dénivelés brusques et les trous sur les voies de passage.

AVANTAGES PROCURES

Le transport des produits agricoles est un aspect important de l'agriculture. Pour une bonne circulation de vos produits, éliminez constamment les obstacles sur la surface des voies de transport.

Le transport de charges sur des routes bosselées ou parsemées d'obstacles gêne le déroulement des opérations. Des dénivelés brusques et des trous à la surface de la route provoquent des accidents, endommagent des outils et véhicules agricoles précieux. Votre temps de travail aussi s'allonge.

Charrettes, chariots à bras et machines peuvent être utilisés plus efficacement quand la surface des passages est unie et sans obstacles.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Éliminez tous les dénivelés brusques et les obstacles sur la rizière. Comblez tous les trous qui rendent les voies de transport dangereuses.

2- Si vous ne pouvez pas niveler la voie, utilisez des rampes, des plate-formes ou remblayez-la en pente. Ces actions simples permettent une bonne circulation des véhicules et autres moyens de transport.

3- Fixez ou réparez fréquemment les planches brisées ou branlantes des ponts en bois sur les rivières et cours d'eau.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Des membres de chaque foyer du village peuvent prendre l'initiative d'entretenir régulièrement les passages, à titre bénévole. Etendez progressivement la participation à l'ensemble de la communauté. Faites de la suppression des obstacles sur les routes villageoises une activité communautaire régulière.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

- Placez des panneaux avertisseurs bien visibles et faciles à comprendre, lorsqu'il y a des rampes ou des plate-formes sur les routes.

- Indiquez la capacité de charge maximale des ponts et des parties faibles des routes, pour avertir les véhicules agricoles transportant des charges.

A RETENIR
Des voies de transport bien nivelées et dépourvues d'obstacles offrent des solutions peu coûteuses et efficaces pour le transport de matériels.

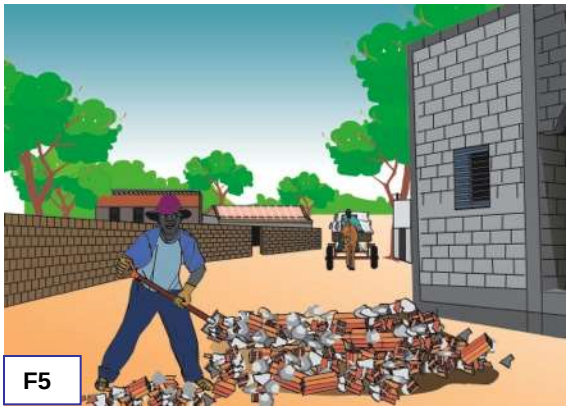


Figure 5: Elimination des obstacles et des trous sur les passages.

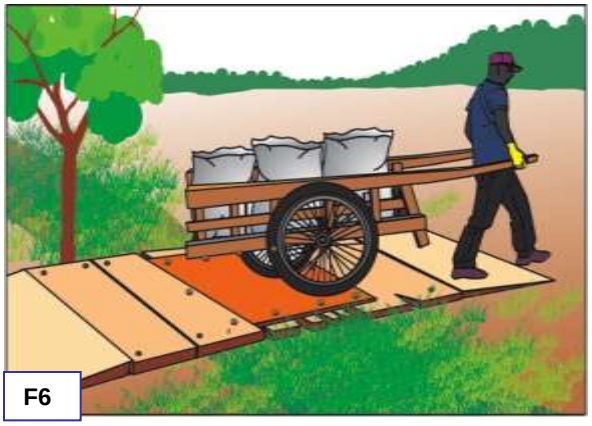


Figure 6: Remplacez les planches pourries des ponts par des neuves.

Figure 7: Fixez des rampes légèrement inclinées sur l'escalier pour pousser plus facilement chariots et porte-outils mobiles.

Figure 8: Aménagez des pentes dans la rizière pour une bonne circulation des véhicules agricoles.

CHECK POINT 3

Utiliser des étagères ou des porte-outils multiniveaux près de la zone de travail pour le stockage de matériaux, outils ou produits.

AVANTAGES PROCURES

Etagères et porte-outils multiniveaux permettent de mieux aménager l'espace et de bien ranger les outils agricoles ou produits fermiers. En plaçant matériels et autres sur des étagères multiniveaux, vous trouvez facilement ce qu'il vous faut et à la bonne hauteur, d'où un gain de temps.
Les outils manuels sont d'une importance vitale pour les agriculteurs. Des outils rangés n'importe comment font perdre un temps précieux et augmentent la charge de travail. Eparpillés, ils occupent plus d'espace et même, peuvent provoquer des accidents.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Placez des étagères et porte-outils multiniveaux près du mur de votre lieu de travail. Rangez et conservez les outils agricoles en bon ordre. Des outils de même type sont mieux rangés si vous les placez au même niveau.
2- Étiquetez les différents outils ou dessinez leur forme sur un tableau pour indiquer l'emplacement de chaque outil. Ainsi, vous perdrez moins de temps à les chercher.
3- Préparez des étagères multiniveaux suffisamment solides pour y ranger des produits fermiers lourds. Placez-les près du mur.
4- Les porte-outils multiniveaux sont utiles pour votre cuisine. Epices et ingrédients tels que sel, sucre, poivre, poudre culinaire sont ainsi bien rangés. Pots d'épices et autres ingrédients doivent être bouchés et étiquetés.
5- Porte-outils et étagères ne doivent pas être trop lourds. Par souci d'hygiène, ils doivent être régulièrement nettoyés.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Commencez par un petit changement. Une étagère pour épices et ingrédients, par exemple, est facile à faire. Tous les membres de la famille verront le changement. Ce changement immédiat incite les autres familles et la communauté à appliquer les mêmes idées. Encouragez-les à échanger des expériences réussies.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Placez les articles fréquemment utilisés à une hauteur située entre votre poitrine et vos épaules. Rangez les articles lourds et moins fréquemment utilisés plus bas. Les articles légers et rarement utilisés peuvent être rangés dans l'espace supérieur libre.

A RETENIR
Une bonne utilisation des étagères et porte-outils multiniveaux vous fait gagner du temps et de l'espace.

Figure 9 & 10: Casiers multiniveaux bien conçus pour les produits fermiers. Tout est bien rangé et vous gagnez beaucoup d'espace chez vous.

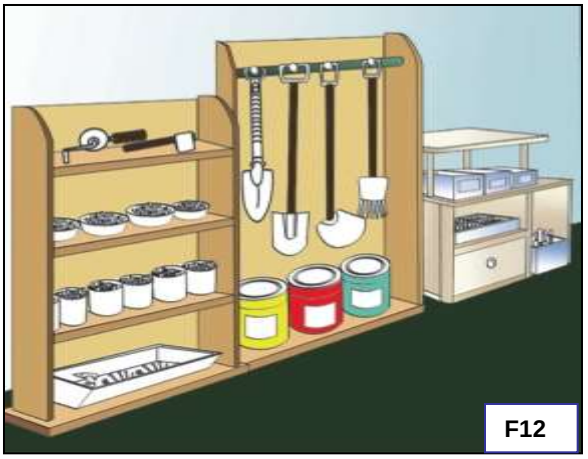


Figure 11, 12 & 13: Les outils agricoles manuels et l'équipement de protection individuelle sont soigneusement rangés sur les crochets et les porte-outils multiniveaux.

Figure 14: Des meubles de rangement à plusieurs compartiments renferment les épices, les provisions culinaires et les outils de la ménagère.

CHECK POINT 4

Procurer des récipients ou des paniers de dimensions appropriées et munis de solides poignées, pour transporter des matériaux et produits agricoles.

AVANTAGES PROCURES

Transporter des articles lourds est pénible et peut être dangereux. Il est judicieux de toujours utiliser des récipients et des paniers biens conçus pour chaque charge. Evitez de transporter des articles lourds sans utiliser de récipients ou paniers appropriés.

Allégez votre charge en la répartissant en plus petites quantités. Il est moins fatigant de porter des charges légères que des charges lourdes. En outre, le risque de douleurs et blessures au dos est réduit.

De bonnes poignées offrent de nombreux avantages. Ils vous permettent de manipuler facilement le matériel. De plus, une simple poignée fixée à vos charges vous permet de voir plus clair devant. Tenir des charges devant vous vous bouche la vue, et vous risquez d'avoir un accident. Les poignées empêchent aussi les charges de tomber et le matériel d'être endommagé. Une bonne poignée favorise une meilleure position de travail (moins fléchie!) et prévient la fatigue.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Fixez-vous un poids limite quand vous transportez des matériels lourds.

2- Répartissez également les charges dans les deux bras. Mieux vaut transporter deux paquets de 5 kg chaque qu'un paquet de 10 kg.

3- Répartissez les charges lourdes en charges plus légères. Si les paquets ainsi formés sont petits, des plateaux ou chariots appropriés peuvent être utiles.

4- Choisissez des emballages, sacs, paniers munis de bonnes manches ou poignées. Ou alors, fixez-en vous-même.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Expliquez à tout le monde qu'on peut ajouter des manches et poignées à un faible coût. Il y a sûrement dans votre village de bons exemples d'utilisation de poignées appropriées. Encouragez les gens à échanger de bonnes idées de ce genre.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

- Porter des gants ou enrouler un tissu léger autour des poignées peuvent faciliter le transport de charges.

- Maintenez vos poignets dans une position confortable et droite quand vous tenez les poignées.

A RETENIR

Poids allégé égal poids moins dangereux. Répartissez les paquets lourds en paquets plus légers pour garantir la sécurité et une productivité accrue.

F15

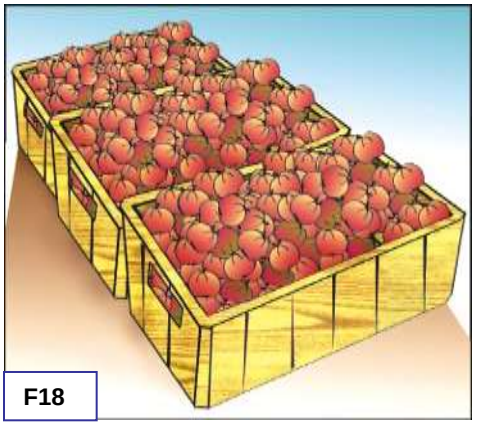
Figure 15: Mettez les produits agricoles dans de petits sacs munis de poignées solides.

F16

Figure 16: Des poids adaptés portés dans les deux bras rendent votre travail plus confortable.

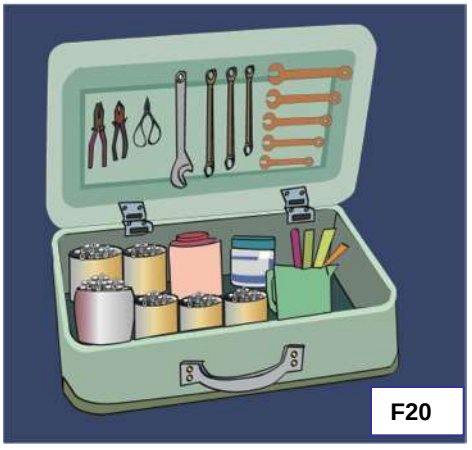
F17

Figure 17: En utilisant un panier muni d'anses solides, 2 personnes peuvent transporter des charges plus lourdes.



F18

F19



F20

Figure 18, 19 & 20: Munissez les paniers ou les boîtes à outils avec des poignées solides.

CHECK POINT 5

Utiliser charrettes, pirogues, véhicules ou animaux pour le transport de matériels lourds.

AVANTAGES PROCURES

Chaque jour, les agriculteurs doivent transporter des produits et outils agricoles lourds, entre la ferme et l'aire de stockage. Utilisez charrettes, pirogues, véhicules ou animaux pour alléger votre charge de travail. Des moyens de transport appropriés vous évitent d'endommager vos produits et outils, tout en minimisant les risques d'accident.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Utilisez des charrettes ou des chariots à bras munis de brancards solides pour le transport de matériels lourds. Pour qu'ils soient efficaces, vous devrez peut-être améliorer les passages et les ponts.

2- Les agriculteurs fixent souvent la charrette à l'arrière d'une bicyclette. Ces mécanismes leur permettent de transporter facilement de lourdes charges .

3- Buffles, vaches, chevaux ou chèvres peuvent tirer les charrettes pour le transport de matériels et de produits.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Promenez un regard neuf sur votre village. Discutez avec vos voisins de leurs moyens de transporter des charges.

Chacun a sûrement une certaine expérience de l'utilisation de charrettes, pirogues, véhicules ou animaux. Echangez vos idées et expériences pour alléger la charge de travail.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

- Vérifiez régulièrement l'état des charrettes, pirogues et véhicules. Ils doivent être toujours en bon état. De simples activités d'entretien réduisent votre fatigue quand vous transportez des charges.

- Des ridelles latérales appropriées fixées aux charrettes ou chariots à bras empêchent vos produits de tomber pendant le transport.

- Des voies de transport bien entretenues et dégagées maximiseront l'efficacité des charrettes, pirogues, véhicules ou animaux pour le transport de matériels.

A RETENIR
Il existe des mécanismes nombreux et variés qui sont utiles pour le transport de matériels lourds dans les conditions locales.

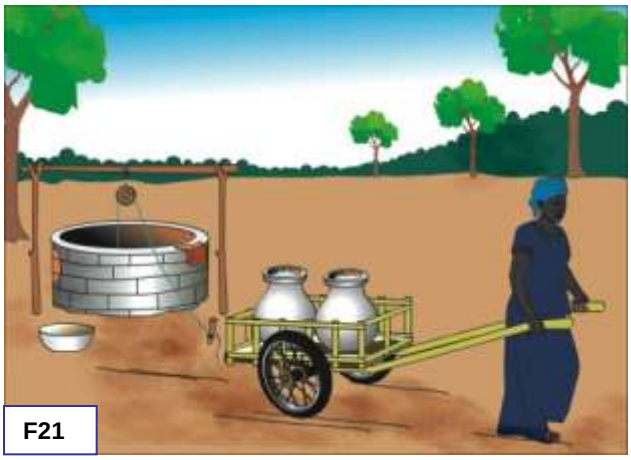


Figure 21 & 22: Utilisez charrettes et chariots à bras pour le transport d'objets lourds et de produits agricoles.

Figure 23: Modifiez votre bicyclette pour pouvoir l'utiliser comme moyen de transport.

Figure 24: Chariot à bras tracté par des animaux.

CHECK POINT 6

Fixer des roues assez grandes aux charrettes et chariots à bras, pour travailler efficacement sur les routes champêtres.

AVANTAGES PROCURES

Charrettes et chariots à bras équipés de grandes roues fonctionnent, même sur des routes champêtres bosselées et boueuses. Transporter les produits et matériels d'un point à l'autre n'apporte pas de valeur ajoutée. Un temps de transport plus long sur des routes cahoteuses endommagera davantage vos produits. De surcroît, votre fatigue augmentera et vous risquerez même de faire des accidents. De grandes roues fixées aux charrettes et chariots à bras peuvent minimiser de tels risques.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Vérifiez les roues de vos charrettes et chariots à bras. Sont-elles assez grandes? Si non, remplacez-les par des roues plus grandes.
2- Choisissez des roues caoutchoutées. Gonflez-les assez pour rouler tranquille, même sur des routes cahoteuses. Des roues de bicyclette ou de motocyclette usagées feront parfois l'affaire.
3- Fixez des brancards pour pousser ou tirer les charrettes et chariots à main, pour faciliter le mouvement.
4- Vérifiez la stabilité des roues. Des roues plus grandes nécessitent des fixations et des montures plus solides.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Echangez des idées sur le moyen de fabriquer des roues à la bonne taille. Faites preuve de créativité et apprenez de vos voisins. Utilisez du matériel disponible dans votre village, par exemple roues de bicyclette, planches, etc. Pour une meilleure conception, faites profiter les villageois de votre expérience. D'autres parties des charrettes et chariots à bras que les roues ont besoin de vos idées pour être améliorées. Des charrettes et chariots à bras bien conçus réduiront au minimum vos efforts physiques et empêcheront la détérioration des produits fermiers. Le partage d'expériences positives facilitera la coopération entre voisins.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

L'utilisation de grandes roues permet de surélever charrettes et chariots à bras. Quand vous utilisez ces charrettes, des plate-formes appropriées vous aideront à charger et à décharger le matériel.

A RETENIR
Charrettes et chariots à bras munis de grandes roues bien conçues sont très utiles pour le transport de matériels agricoles, même sur des routes champêtres bosselées, boueuses ou accidentées.

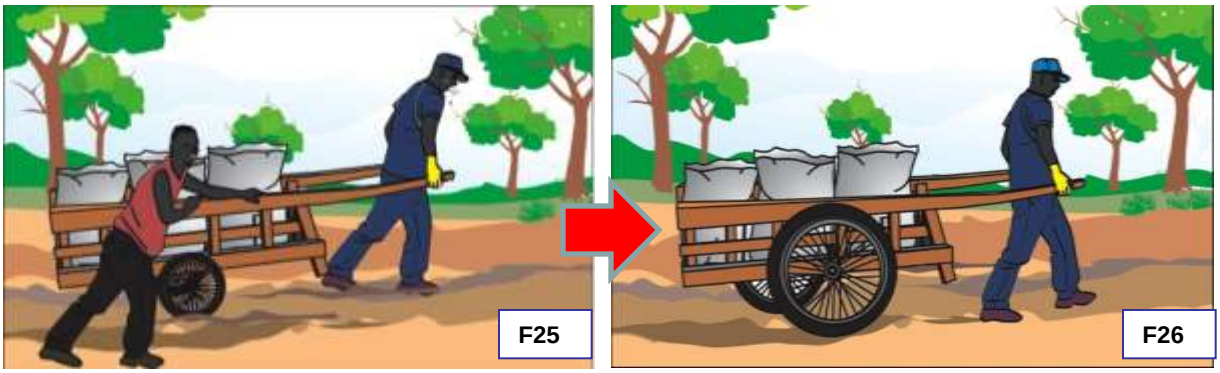


Figure 25 & 26: Sur des routes bosselées, il est plus facile de pousser ou de tirer des chariots à bras munis de grandes roues que ceux munis de petites roues.

Figure 27 & 28: Charrettes à bras munis de grandes roues sont très utiles pour le transport de matériels agricoles, même sur des routes champêtres bosselées.

Figure 29 & 30: Utilisez des roues avec des pneus en caoutchouc pour réduire la friction sur des routes champêtres bosselées.

CHECK POINT 7

Utiliser des transporteurs à rouleaux ou autres moyens mécaniques pour déplacer ou soulever des matériels lourds.

AVANTAGES PROCURES

Les transporteurs à rouleaux fabriqués à la main avec des matériaux locaux sont courants dans les villages. Ils permettent le transport de matériels lourds - produits agricoles, machines, pirogues - et sont particulièrement utiles quand on transporte régulièrement de tels matériels.

Les transporteurs à rouleaux permettent de transporter des matériels lourds sans avoir à les soulever ou les abaisser. Ainsi, ils évitent les positions fléchies et peu élégantes qui provoquent des lombalgies.

Ce genre d'idées peut s'appliquer à divers travaux villageois. Quand vous déplacez de lourdes pirogues ou machines agricoles, par exemple, placer dessous des rouleaux en bois vous facilitera beaucoup la tâche.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Cherchez dans votre village plusieurs types de travaux comme les vôtres. Identifiez ceux qui nécessitent le maniement de matériels lourds et que l'utilisation de transporteurs à roues pourrait faciliter.

2- Etudiez les transporteurs existants dans votre village. Concevez des transporteurs appropriés pour votre travail.

3- Lorsque vous fabriquez un transporteur, choisissez des matériaux durables pouvant supporter sans danger de lourdes charges.

4- Pour déplacer des objets lourds sur la ferme ou sur des passages, par exemple tirer des pirogues sur la rive, porter une machine agricole à la rizière, etc., des rouleaux en bois peuvent vous faciliter la tâche.

5- Des transporteurs à rouleaux inclinés allégeront certaines de vos tâches comme déplacer de lourds paquets ou sacs de riz de l'aire de stockage vers d'autres lieux de travail, ou décharger les produits fermiers des pirogues.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Avec les transporteurs à rouleaux, les populations locales dépensent moins d'énergie et travaillent ensemble. Echangez des idées sur le moyen de les utiliser pour divers travaux et, ensemble, concevez-en un qui soit adapté.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Les transporteurs nécessitent de l'entretien. Vérifiez régulièrement tous les éléments tels que rouleaux, bâti en acier ou en caoutchouc. C'est important pour prévenir les accidents. Si votre transporteur est portatif, rangez-le à l'abri, hors de portée des enfants.

A RETENIR

Les transporteurs à rouleaux sont un moyen efficace pour transporter des objets lourds.

Figure 31: Utilisez un bâti en bois monté sur roues pour déplacer des machines agricoles lourdes.

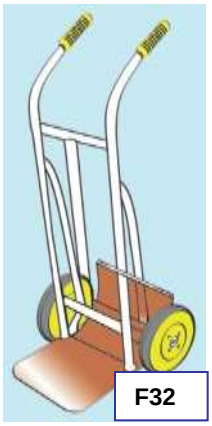


Figure 32 & 33: Chariot élévateur à bras pour ranger ou déplacer des sacs de riz.

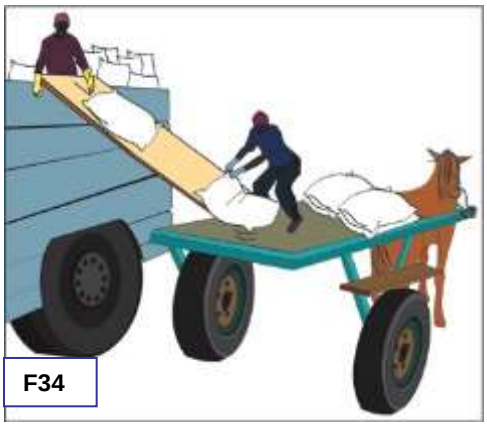


Figure 34: Les convoyeurs courts sont très pratiques pour déplacer des sacs de produits agricoles ou des produits fermiers d'un endroit à l'autre.

Figure 35: Utilisez des rouleaux pour déplacer des objets lourds sur de courtes distances.

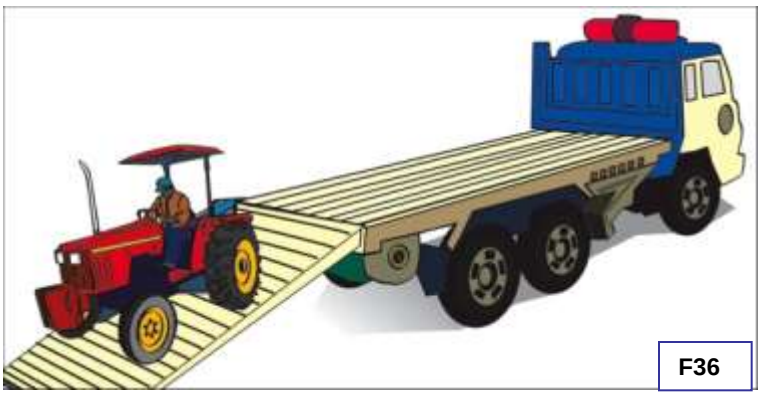


Figure 36: Aménagez des rampes pour une bonne circulation des véhicules agricoles.

Conception de postes de travail et outils de travail

Les agriculteurs et leurs familles travaillent aussi bien à la ferme qu'à la maison. Ils doivent trier et emballer les produits agricoles, faire la cuisine et d'autres travaux familiaux à la maison. Ils ont donc besoin de postes de travail et d'outils appropriés pour accomplir ces tâches. Des postes de travail bien conçus leur éviteraient les douleurs au dos, à la nuque, aux bras et aux jambes, augmentant ainsi leur efficacité. Voici des idées pratiques à mettre en application pour concevoir les postes et outils de travail qui vous conviennent le mieux. Celles-ci portent sur la bonne hauteur, des chaises et tables de travail stables, les mesures pour éviter les positions fatigantes, et les outils qui vous permettraient de faire moins d'effort. Toutes ces améliorations sont possibles à peu de frais.

CHECK POINT 8

Ajuster le plan de travail à hauteur de coude ou un peu plus bas.

AVANTAGES PROCURES

Plusieurs travaux agricoles: tri, emballage de produits… nécessitent des postes de travail bien conçus. Cela permet d'éviter claquages et douleurs musculaires et d'augmenter l'efficacité, mais aussi, de faciliter les travaux domestiques comme la cuisine et la lessive.

Travailler à hauteur de coude réduit au minimum vos efforts musculaires, que vous soyez debout ou assis. Ajustez le plan de travail à hauteur de coude ou un peu plus bas. Grâce au confort procuré, votre efficacité et votre productivité augmenteront de façon remarquable.

Si vous travaillez plus bas qu'à hauteur de coude, vous devez fléchir le tronc. Cette position entraîne un effort de reins et peut provoquer des lombalgies. Si le poste de travail est au-dessus du coude, bras et épaules seront constamment en position élevée, provoquant une raideur progressive et des douleurs qui rendent difficile la poursuite du travail.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Examinez vos postes de travail, tables, matériels de cuisine. Ajustez-les à hauteur de coude.

2- Vous devez les ajuster en fonction des utilisateurs les plus fréquents.

3- Plusieurs agriculteurs peuvent se servir d'un même poste de travail. Pour ajuster leur travail à hauteur de coude, utilisez une plate-forme élévatrice pour les agriculteurs de petite taille et un support d'éléments pour les agriculteurs de grande taille.

4- Pour couper des produits ou réparer des outils, activités qui nécessitent une plus grande force, choisissez des postes de travail un peu plus bas que le coude.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

La plupart des agriculteurs trient et emballent leurs produits à même le sol, accroupis. Cette position provoque tensions et douleurs. Encouragez amis et voisins à utiliser des postes de travail appropriés (chaises et tables) ajustés à hauteur de coude. Faites-en de même pour vos travaux familiaux. Discutez avec les membres de votre famille de plans pour utiliser des postes de travail adaptés et jugez des avantages après.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Plusieurs agriculteurs de tailles différentes peuvent utiliser en commun certains postes de travail. Avec des moyens simples, concevez des postes ajustables.

A RETENIR

Au travail, vous serez plus efficace si vous ajustez le plan de travail à peu près à hauteur de coude.

Figure 37: Créez une hauteur confortable pour faire la cuisine. Installez votre cuisinière à hauteur de coude, une table latérale pour la préparation des repas, un support pour les ustensiles de cuisine et des étagères pour avoir les épices à portée de main.

Figure 38: Installez à hauteur de coude les travaux que vous faites habituellement à même le sol, par exemple cultiver des arbustes, trier les produits de la ferme, etc. De la sorte, vous pourrez les faire assis, en choisissant des chaises confortables avec dossier.

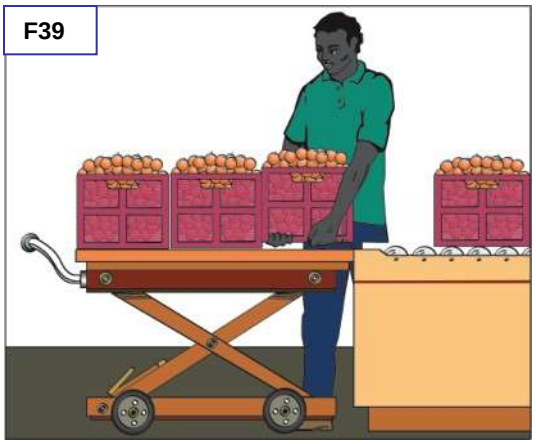


Figure 39: Pour ajuster leur travail à hauteur de coude ou un peu plus bas, utilisez une plateforme élévatrice

Figure 40: Lorsque vous devez travailler debout avec des objets lourds, placez-les sur un poste de travail stable à hauteur de coude.

Figure 41 & 42: Lorsqu'il faut une plus grande force, choisissez un poste de travail un peu plus au-dessous du coude.

CHECK POINT 9

Procurer des chaises ou bancs stables munis de dossiers solides.

AVANTAGES PROCURES

De nombreux travaux agricoles doivent être effectués en position assise. Des chaises ou des bancs appropriés, munis de dossiers solides, vous faciliteront beaucoup la tâche. En vous appuyant sur le dossier, vous pouvez détendre vos muscles dorsaux.
Vous devez penser qu'une position assise est toujours plus confortable qu'une position debout. Cependant, rester assis de longues heures d'affilée peut provoquer tensions et douleurs dorsales. Un dossier permet de détendre vos muscles dorsaux de temps en temps, réduit la fatigue et augmente votre satisfaction au travail.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Promenez-vous dans le village. Cherchez des travaux qui sont ou seraient mieux effectués assis. Quels types de chaises les agriculteurs utilisent-ils?
2- Fixez un dossier solide et approprié aux chaises des agriculteurs travaillant assis.
3- Fixez-en aussi aux bancs. Des bancs en bois ou en bambou avec accoudoirs et dossiers faciliteront les travaux en groupes, comme le tri des produits agricoles, la sélection des graines, etc.
4- Ajustez le plan de travail à hauteur de coude.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Les chaises avec dossier ne coûtent pas cher. Vous trouverez sûrement de bons exemples dans votre village. Comment les utilise-t-on? Comment et avec quels matériaux sont-elles fabriquées? Faites ensuite la promotion des chaises avec dossier auprès des villageois. Commencez par des actions simples utilisant des matériaux locaux, par exemple réparation de chaises bancales ou fixation de dossiers solides. Encouragez vos voisins à prendre l'habitude d'utiliser des chaises avec dossier quand ils travaillent assis.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

-Les accoudoirs peuvent être également utiles pour les travaux de précision qui nécessitent une position soutenue des bras.
-- Les chaises avec dossier ne sont peut-être pas mieux pour des travaux nécessitant de fréquents mouvements du corps. Dans ce cas, utilisez des tabourets ou des chaises sans dossier.
- Quand vous devez rester assis pendant longtemps, utilisez un coussin ou un oreiller rond dans le bas du dos. Cela pourrait réduire l'effort des reins.

A RETENIR
Des chaises appropriées munies d'un dossier solide augmenteront la qualité de votre travail.

Figure 43 & 44: Choisissez des chaises stables à dossier solide pour permettre le tri et l'emballage des produits de la ferme en position assise.

Figure 45 & 46: Bonne position assise pour un travail qui demande beaucoup d'attention: table à hauteur de coude, chaise solide avec dossier.

CHECK POINT 10

Choisir des méthodes de travail qui alternent les positions debout et assise et évitent les positions fléchie et accroupie autant que possible.

AVANTAGES PROCURES

Alternance des positions debout et assise. Changer de position de travail permet à vos muscles de se détendre après l'effort, évitant le surmenage de groupes de muscles particuliers. Ainsi, on prévient la fatigue musculaire et la qualité du travail en sera améliorée.
Garder constamment la même posture est fatiguant. Rester debout en permanence provoque des douleurs au tibia, aux pieds, au dos, etc. et la douleur peut gagner tout le corps. Passer de longs moments assis intensifie l'effort lombaire et peut donc provoquer des douleurs dans cette région.
Eviter les positions de travail fatigantes, par exemple fléchies ou accroupies, est particulièrement important. Ces positions exercent une pression sur votre dos et provoquent des douleurs. Ces pressions et douleurs vous prédisposent aux erreurs et aux accidents. Vous pouvez les éviter en changeant fréquemment de position de travail.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Ayez près de votre poste de travail une chaise ou un tabouret haut. Quand vous êtes debout, il suffit de baisser le corps pour vous asseoir. Choisissez des matériaux légers pour déplacer facilement le siège.
2- Variez les tâches à effectuer pour permettre des changements de position.
3- Adoptez le moins possible la position fléchie quand vous travaillez à la ferme. Plusieurs outils peuvent vous y aider. Pour creuser ou cultiver, choisissez-les à longs manches. Pour arroser, utilisez une palanche.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Echangez avec vos voisins des idées et expériences sur des solutions pratiques. Créez des occasions de travailler ensemble afin de diversifier les tâches et d'éviter une seule position fatigante. Par exemple, lors de la récolte de riz, vous pouvez alterner avec vos voisins le fauchage et le transport des bottes de riz. Travaillez ensemble, et évaluez l'efficacité de cette méthode.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Les tabourets ou chaises surélevés doivent être à la bonne dimension et transportables. Gros et lourds, ils peuvent perturber votre travail.

A RETENIR
Rester dans la même position de travail pendant longtemps nuit à votre santé. Trouvez le moyen d'alterner les positions debout et assise, pour une efficacité et un confort accrus.

F47

F48

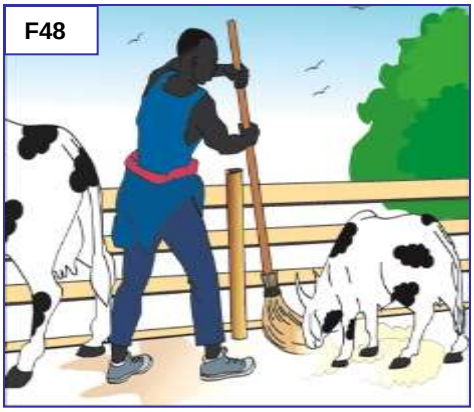


Figure 47 &48: Limitez les positions fléchies en utilisant des outils à longue manche.

F49

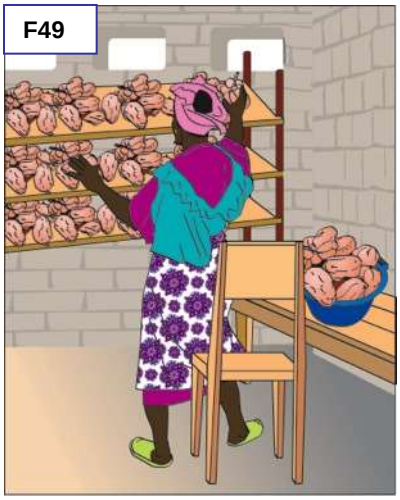


Figure 49: Pour ranger et trier les semences de pomme de terre, vous devez rester debout tout le temps. Ayez un tabouret près de vous et appuyez-vous dessus de temps en temps, pour vous reposer tout en travaillant.

F50

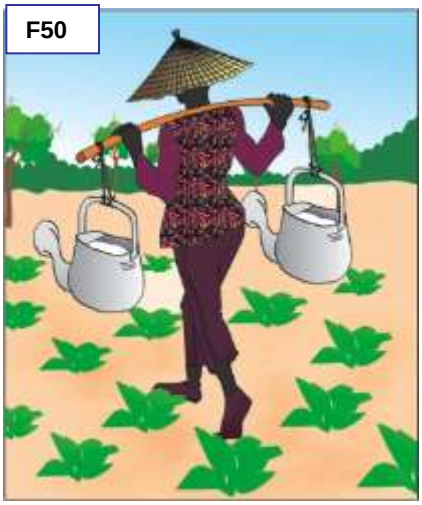


Figure 50: Pour arroser, utiliser un dispositif pour transporter deux arrosoirs remplis d'eau, tout en gardant l'équilibre en vous penchant ou vous baissant le moins possible.

F51

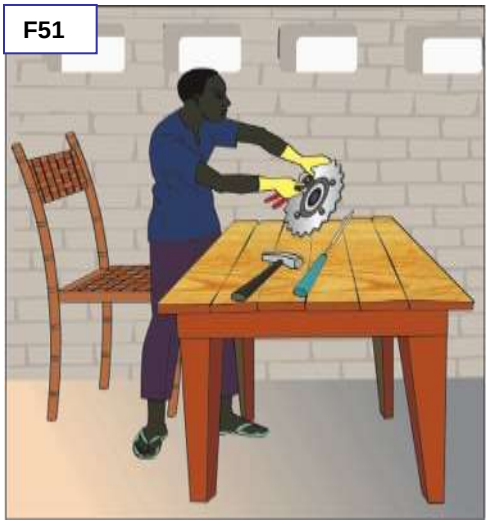
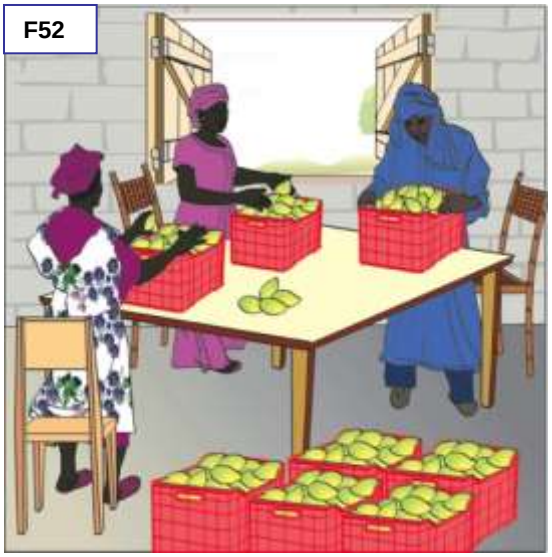


Figure 51 & 52: Choisissez des méthodes de travail qui alternent les positions debout et assise.

F52



CHECK POINT 11

Placer outils, interrupteurs et matériels fréquemment utilisés à portée de main.

AVANTAGES PROCURES

Ayez à portée de main les matériels fréquemment utilisés pour réduire au minimum les gestes inutiles. Ainsi, vous évitez les positions fatigantes, comme vous étirer ou vous pencher pour les saisir, et vous économisez du temps et de l'énergie.

Le « principe de l'accès facile » s'applique à divers outils et matériels agricoles, par exemple couteaux, houes et faucilles. A la maison aussi, il s'applique aux ustensiles, pots d'épice, bassines, etc. Interrupteurs et commandes doivent être également placés au bon endroit. Toutes ces dispositions vous permettront de finir votre travail avec le minimum d'effort.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Pour commencer, choisissez les matériels et outils les plus fréquemment utilisés et qui doivent être placés à portée de main. Faites-le à la ferme et à la maison.
2- Placez ces outils et matériels près de vous. Déplacez les autres dans des lieux de stockage appropriés.
3- Au besoin, utilisez des étagères, porte-outils ou crochets pour garder outils et matériels nécessaires à portée de main.
4- Outils de travail ou outils manuels fréquemment utilisés au champ, par exemple pièces de fixation, ciseaux, couteaux, marteaux ou récipients d'eau potable, peuvent être placés à portée de main. Fabriquez une ceinture spéciale ou un sac à main pour pouvoir les transporter en travaillant.
5- Les panneaux d'affichage et de contrôle des pompes, batteuses et autres machines agricoles doivent être à un emplacement bien visible.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Comment placer matériels et outils fréquemment utilisés à portée de main? Cherchez de bons exemples dans votre village, concernant (1) le matériel domestique: pots d'épice, accroche-bassines, porte-outils, supports pour souliers; et (2) les outils agricoles: couteaux et houes. Partagez le savoir local de vos voisins. Ensemble, développez des solutions novatrices utilisant les ressources locales.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Etagères et tiroirs vous aideront à ranger les matériels fréquemment utilisés à portée de main.

A RETENIR
Placer les outils et matériels à portée de main vous fait gagner du temps et de l'énergie.

Figure 53: Paniers de produits non traités, jeux de boîtes, sont placés à portée de main.

Figure 54: Placez le bol contenant les semences à portée de main quand vous cultivez des arbustes.

Figure 55: Utilisez des étagères, porte-outils ou crochets pour garder outils et matériels nécessaires à portée de main.

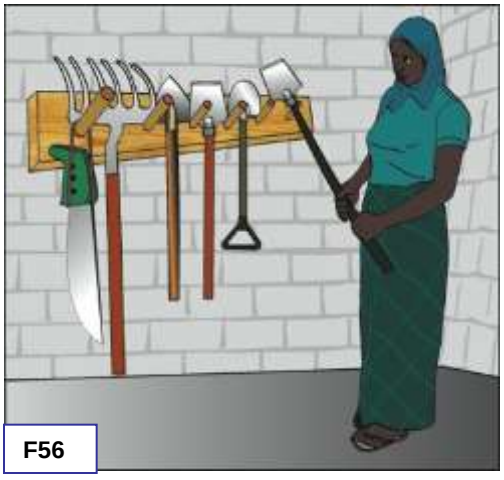


Figure 56: Le matériel fréquemment utilisé est placé à portée de main.

Figure 57: Fixez les accroche-bassines à portée de main de la ménagère.

CHECK POINT 12

Choisir des outils qu'on peut manier avec une force minimale.

AVANTAGES PROCURES

Des outils bien conçus et adaptés peuvent sensiblement réduire votre charge de travail et améliorer votre productivité. Souvent, le maniement d'outils nécessite des mouvements délicats. Même une légère fatigue peut empêcher un bon rendement. L'utilisation d'outils manuels lourds et encombrants vous fatigue encore plus vite, entraînant une faible efficacité, parfois même des accidents.

Selon la nature de votre travail, vous avez besoin d'outils variés. La récolte de riz ou la cueillette de fruits nécessitent des couteaux aiguisés munis d'une bonne poignée. Le greffage ou le dégarnissage de branches est un travail de précision nécessitant le maniement précis des outils. Par contre, piler, écraser et couper requièrent une plus grande force. Il faut alors des outils résistants munis de manches solides. Il y a plusieurs moyens d'améliorer vos outils et partant, votre sécurité et votre santé.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Choisissez des outils légers (mais suffisamment résistants) pour réduire la charge de travail sur les muscles de vos bras et de vos mains. De plus gros outils tels que houes et charrues doivent avoir des barres d'une bonne longueur pour les tenir. Fixez des poignées solides à vos outils, pour avoir une bonne prise.

2- Concevez des outils qui peuvent alléger votre travail. Par exemple, grâce à une « semeuse en lignes », les agriculteurs n'ont plus besoin de transporter à la rizière de lourds paniers de semences de riz.

3- Alterner les positions de travail ou placer les dispositifs à la bonne hauteur réduira au minimum vos efforts pour soulever des objets lourds. Ces dispositifs sont particulièrement utiles pour la réparation et l'entretien de machines et autres équipements.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

On trouve de merveilleux outils agricoles conçus par les populations locales. Ces outils permettent des économies d'énergie et de temps, en améliorant la sécurité, la santé et la productivité. Regroupez-vous pour échanger vos expériences sur les moyens d'inventer de nouveaux outils adaptés, en utilisant les ressources locales disponibles. Partagez les bonnes solutions avec vos voisins.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Evitez de surmener un groupe de muscles particulier quand vous maniez des outils et appareils. Choisissez et créez des outils qui font travailler plusieurs muscles de façon équilibrée.

A RETENIR

Des outils et appareils bien conçus permettent de réduire la fatigue et d'accroître la productivité.

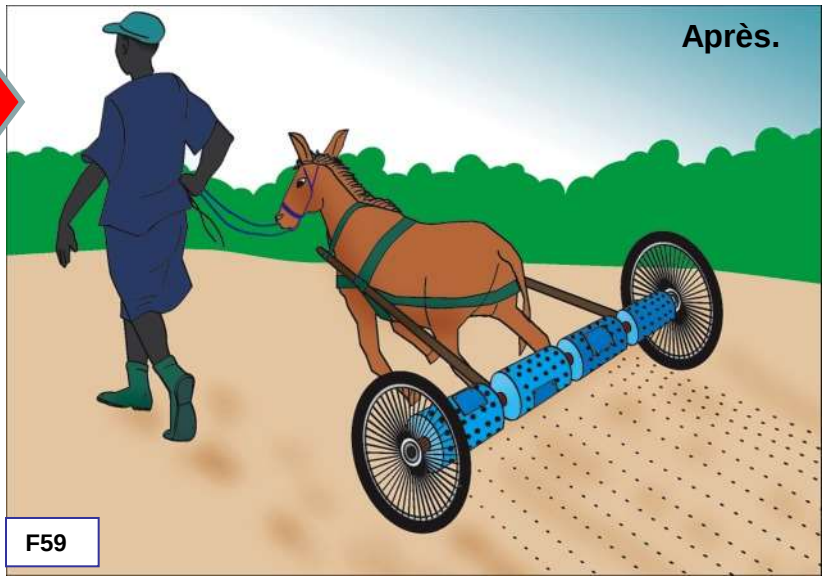


Figure 58: Semis à la main: l'une des mains maintenant un lourd panier de semences, l'autre semant. Gestes fatigants; le riz pousse de façon inégale, nécessitant un nouveau repiquage.

Figure 59: Utilisez une « semeuse en lignes ». La machine roule sur le champ, le riz pousse en lignes appropriées pour la fertilisation et le désherbage.

Figure 60 & 61: Un poste de travail confortable, outil manipulé à la hauteur du coude avec l'aide d'une pompe à main.

Figure 62: Créez un poste de travail rotatif à la bonne hauteur, pour avoir à soulever le moins possible des objets lourds.

CHECK POINT 13

Prévoir un rangement pour chaque outil.

AVANTAGES PROCURES

Vous avez sans doute déjà vu un espace de travail désordonné, où outils et appareils sont éparpillés sur le sol. Qu'avez-vous pensé alors? Dangereux, pas efficace. Des outils et appareils précieux, souvent coûteux, peuvent être facilement endommagés. La recherche d'outils peut demander beaucoup de temps et d'effort, avec des résultats souvent décevants et aussi, une augmentation du stress et de la tension.

Prévoir un « rangement » pour chaque outil est une solution simple, efficace et qui augmente la sécurité et l'efficience. Après utilisation, chaque outil doit être remis à la place prévue pour son rangement. Un rangement pour chaque outil permet de voir d'un coup d'œil ceux qui manquent. A la fin de votre travail, vous saurez rapidement si tous les outils sont rangés.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Beaucoup d'agriculteurs ont conçu des rangements simples pour leurs outils agricoles ou leurs ustensiles de cuisine, en utilisant du bambou ou du bois. Ainsi, couteaux, faucilles, serpes et autres peuvent être bien rangés.

2- Collez des étiquettes ou dessinez la forme des différents outils sur l'armoire à outils, pour indiquer leur emplacement. Chacun verra d'un coup d'œil où ranger son outil, ce qui est une bonne chose pour l'entretien.

3- Pour un travail qui nécessite beaucoup de déplacements, prévoyez des coffres en bois munis de poignées solides pour ranger vos outils. Rangez-les dans l'ordre et dessinez la forme de chaque type d'outil.

4- Si vous avez de nombreux outils à ranger, procurez-vous une armoire de rangement. Collez des étiquettes ou dessinez la forme des outils pour indiquer leur emplacement .

5- Pour ne pas perdre de petits outils ou éléments de travail, rangez-les dans des corbeilles et plateaux spéciaux portant des étiquettes.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Commencez par des actions simples et immédiates. Il existe plusieurs solutions pratiques: porte-outils en bambou, dessin de la forme des outils. Un rangement pour chaque outil facilite aussi l'aménagement. Demandez des idées aux membres de la famille et partagez les réussites visibles.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Fixez des roues à vos armoires ou porte-outils. Vous pouvez ainsi les déplacer au besoin.

A RETENIR

Prévoir un rangement pour chaque outil est un moyen d'accroître, à faible coût, la sécurité, la santé et l'efficacité au travail.

F63

Figure 63: Une armoire à outils simple: pinces, marteaux, faucilles… sont accrochés de chaque côté et faciles à distinguer.

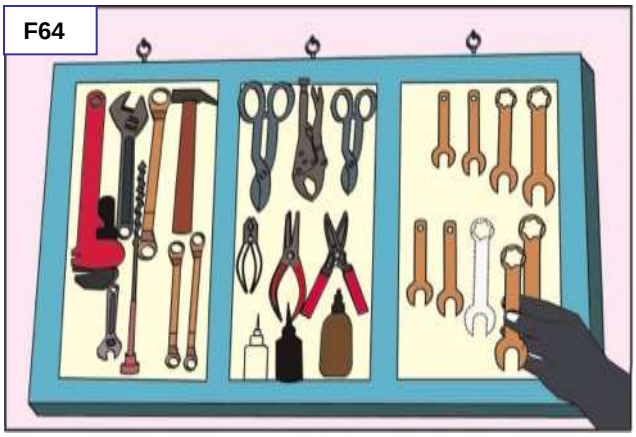
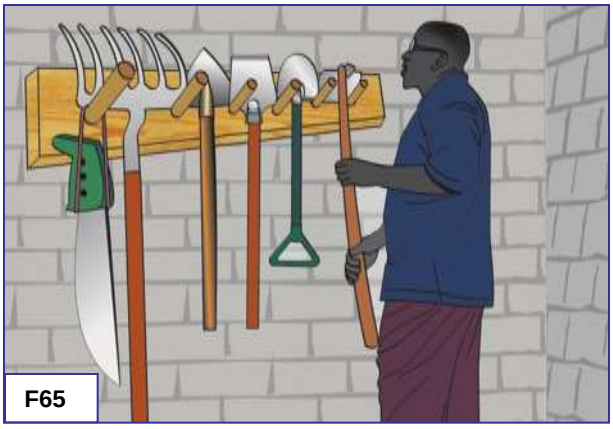

F64

Figure 64: Dessiner la forme des outils pour indiquer leur emplacement

Figure 65: Ranger les outils agricoles dans l'ordre et à portée de main


F65

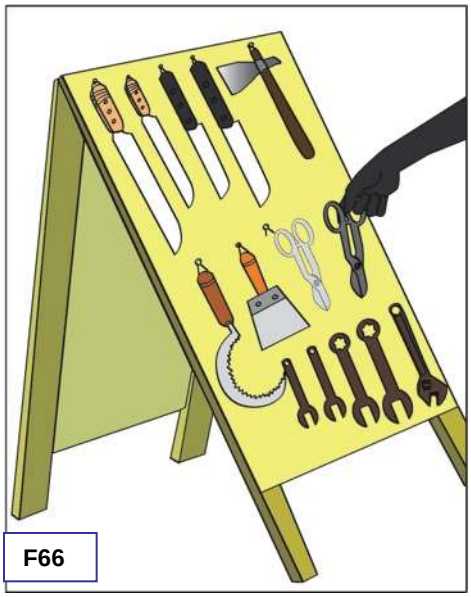

F66

Figure 66: Utilisez un panneau en bois pour fixer les porte-outils. Marquez clairement la forme de chaque outil.

F67

Figure 67: Placez des armoires à outils près de la zone de travail. Chaque outil à sa place, à côté de l'agriculteur.

CHECK POINT 14

Utiliser des dispositifs de serrage et de préhension ou autres pour fixer les éléments sur lesquels on travaille.

AVANTAGES PROCURES

En utilisant des dispositifs de serrage et de préhension ou autres, vous pouvez maintenir fermement des éléments de travail de différentes dimensions. Ainsi, vous avez les mains libres pour toute manipulation et votre travail progresse de façon plus rapide et plus sûre.

Tenir des pièces avec vos mains vous expose à des risques pour la sécurité et la santé. Quand vous coupez des matériaux, par exemple, vos mains peuvent être en danger. Vous devez peut être vous pencher profondément pour travailler. Des pièces peuvent vous glisser des mains et vous blesser, endommager votre produit et vous faire perdre du temps.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Créez et utilisez des dispositifs de serrage et de préhension appropriés pour maintenir les éléments sur lesquels vous travaillez. Ils sont particulièrement utiles pour fixer les pièces et éléments de machines agricoles, pompes, moyeux ou roues, lorsque vous les réparez.

2- Fixez bien le dispositif de serrage ou de préhension sur la surface ou la table de travail et ajustez-le pour pouvoir travailler à hauteur de coude ou un peu plus bas.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

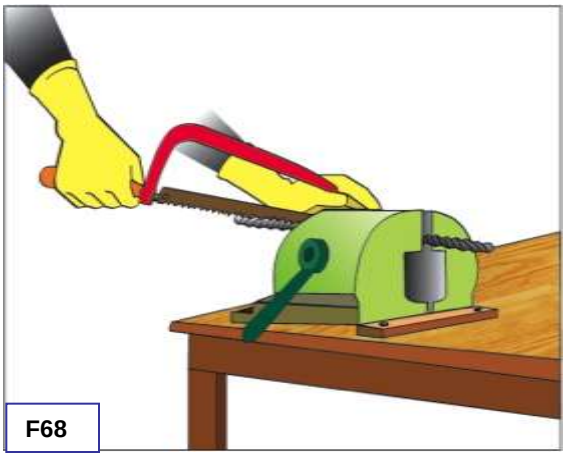
Les dispositifs de serrage et de préhension peuvent être fabriqués sur place ou achetés à des prix raisonnables. Encouragez les villageois à toujours utiliser ces dispositifs lorsqu'ils coupent ou réparent. Cherchez de bonnes solutions et facilitez l'échange d'expériences.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

- Il est important de bien ajuster les forces d'immobilisation pour que les pièces de travail soient bien maintenues.

- Limez les bords aiguisés du dispositif pour éviter de vous blesser la peau.

A RETENIR
De simples dispositifs de serrage ou de préhension augmenteront sensiblement votre confort et votre sécurité au travail.


F68

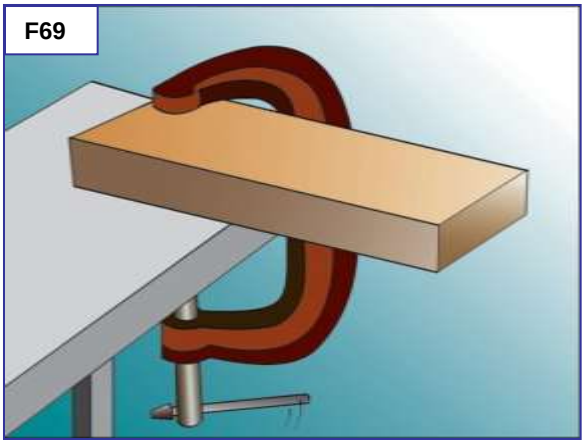

F69

Figure 68 & 69: L'utilisation d'un dispositif de serrage ou de préhension permet de manipuler librement les deux mains et de travailler de façon productive.

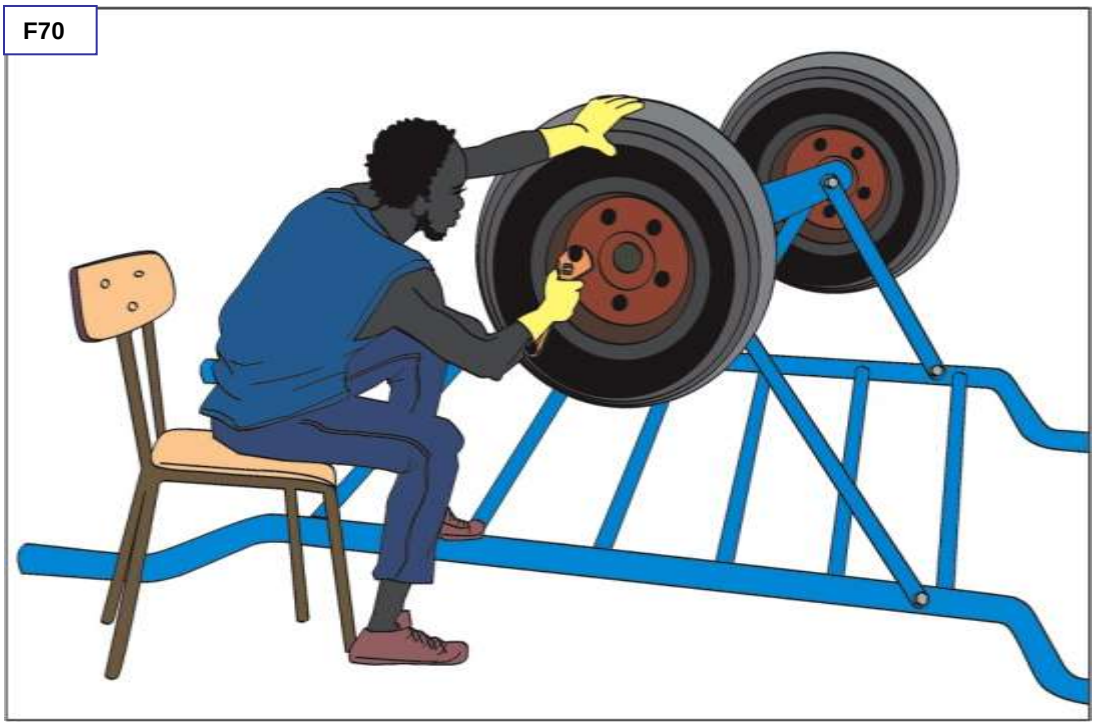

F70

Figure 70: Dispositif de serrage simple pour maintenir les moyeux ou les roulettes détachés pour réparation ou entretien.

Sécurité des machines et d'électricité

Les agriculteurs ont besoin d'utiliser des machines de toutes sortes. Celles-ci peuvent être très utiles, certes, mais aussi dangereuses. Voici des solutions simples pour réduire les risques d'accidents dus aux machines. Protecteurs, dispositifs d'alimentation sûrs et bon entretien sont la clé de l'utilisation sans danger des machines. Dans ce chapitre sont abordés quelques mesures pratiques visant à assurer l'utilisation sans danger de l'électricité.

CHECK POINT 15

Acheter des machines sûres et bien les entretenir.

AVANTAGES PROCURES

Les machines agricoles sont un gros investissement qui permet une productivité accrue, mais elles peuvent aussi provoquer problèmes et accidents si certaines pièces ne sont pas bien protégées. Avant tout achat, étudiez avec soin l'aspect sécurité pour identifier les dangers. Les pièces dangereuses sont-elles bien protégées?

L'entretien régulier garantit des machines productives et sûres. Vérifiez avec soin toute les pièces de votre machine et insistez surtout sur les éléments rotatifs, les protecteurs, les fils électriques, etc.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Avant d'acheter, étudiez soigneusement la machine. Assurez-vous que pièces mobiles et fils électriques sont tous bien protégés. Vérifiez si tous les dispositifs d'alimentation et d'éjection fonctionnent sans danger. Actionnez la machine et vérifiez si elle fonctionne bien. Vos mains sont-elles en sécurité quand elle est en marche?

2- Fixez des intervalles réguliers pour l'entretien. Tenez un carnet d'entretien et notez l'état de la machine.

3- Vous devez soigneusement vérifier les dispositifs et mécanismes de protection.

4- L'entretien doit être confié à des membres de la famille qualifiés ou expérimentés. Demandez l'aide de gens du village expérimentés ou suivez une formation. Vendeurs de machines ou agents agricoles locaux vous y aideront. Si vous n'avez pas assez d'expérience, les machines peuvent être un danger pour vous et votre famille.

5- Quand vous entretenez ou réparez une machine, elle doit être éteinte et débranchée. Collez dessus une étiquette « DANGER, NE PAS ACTIONNER ».

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

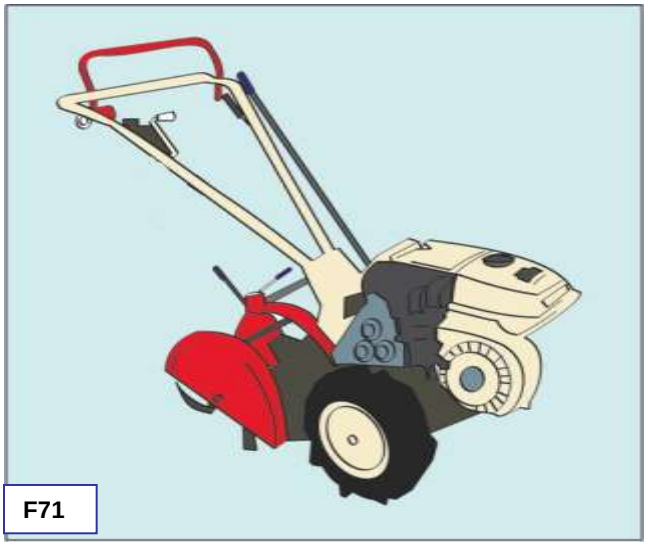
Il y a certainement dans votre village des gens expérimentés dans le choix de machines sûres et leur maintien en bon état. Apprenez près d'eux et demandez-leur de faire une courte formation sur place, pour les autres agriculteurs. Reconnaissez le rôle très important, pour les villageois, de ceux qui entretiennent les machines. La coopération locale est nécessaire pour promouvoir l'utilisation et l'entretien sans danger des machines.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Si vous trouvez une machine pas chère, vérifiez encore plus soigneusement l'aspect sécurité. En cas d'accident, les coûts peuvent être énormes.

A RETENIR

Seules des machines sûres peuvent contribuer à une productivité accrue. Les machines sont chères: avant d'en acheter, étudiez soigneusement l'aspect sécurité.


F71

F72

Figure 71 & 72: Achetez des moteurs et des machines dont toutes les pièces mobiles sont soigneusement protégées.

Figure 73: Chargez un membre de la famille de l'entretien, pour éviter les pannes dues au manque d'expérience.

F73

F74

Figure 74: Soigneusement vérifier les dispositifs et mécanismes de protection

CHECK POINT 16

Fixer des protecteurs appropriés aux pièces mobiles dangereuses des machines.

AVANTAGES PROCURES

Fixer des protecteurs appropriés aux pièces mobiles des machines est facile et gratifiant. Ces pièces mobiles vous exposent aux accidents. Engrenages, rouleaux ou courroies peuvent causer de graves blessures. Sans dispositifs de protection, éléments dangereux comme des objets pointus ou du métal brûlant peuvent jaillir des parties en mouvement de la machine. Des protecteurs simples, fabriqués à la main, peuvent sensiblement réduire ces risques.

Des machines sans protecteurs peuvent blesser non seulement l'utilisateur, mais aussi les visiteurs et les membres de la famille (souvent des enfants) qui peuvent passer près d'elles. Les risques peuvent être encore plus grands pour eux, puisqu'ils ne connaissent pas le fonctionnement de la machine et les précautions à prendre. Les protecteurs peuvent mettre vos amis et les membres de votre famille à l'abri du danger.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Prévoyez des protecteurs et des gaines pour les pièces mobiles des machines. Utilisez des matériaux disponibles et résistants, tels que bois ou acier.

2- Protecteurs et gaines doivent être faciles à retirer pour les réparations et l'entretien. Concevez-les dans cet esprit.

3- Si vous avez besoin d'observer le fonctionnement de la machine à l'intérieur des protecteurs, fabriquez-les avec du matériel transparent tel que plastique ou filet métallique.

4- Pour les machines situées dans des zones très fréquentées, installez des barrières en bois ou en bambou pour limiter l'accès à ces machines.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Avec vos voisins, cherchez divers travaux effectués dans votre village. Identifiez quel type de machine est utilisé, quand et où. Définissez les parties dangereuses des machines et listez celles qui ont besoin de protecteurs appropriés. Discutez des solutions idoines, concevez et fixez des protecteurs appropriés en vous servant de matériaux disponibles sur place.

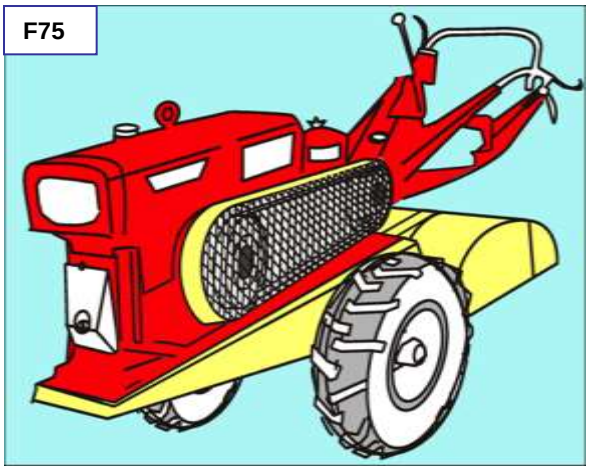
AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Serrez bien les protecteurs et vérifiez soigneusement chaque boulon et écrou avant d'actionner la machine; resserrez-les au besoin. Des protecteurs provisoires ou amovibles mal fixés peuvent provoquer de graves accidents.

A RETENIR

Il est très dangereux de travailler près des pièces mobiles des machines. La meilleure protection consiste à empêcher tout contact en fixant des protecteurs, au lieu de recommander aux agriculteurs de les éviter.

F75



F76

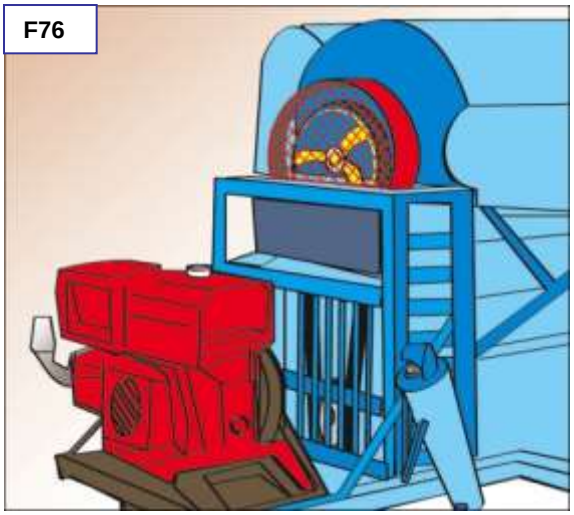
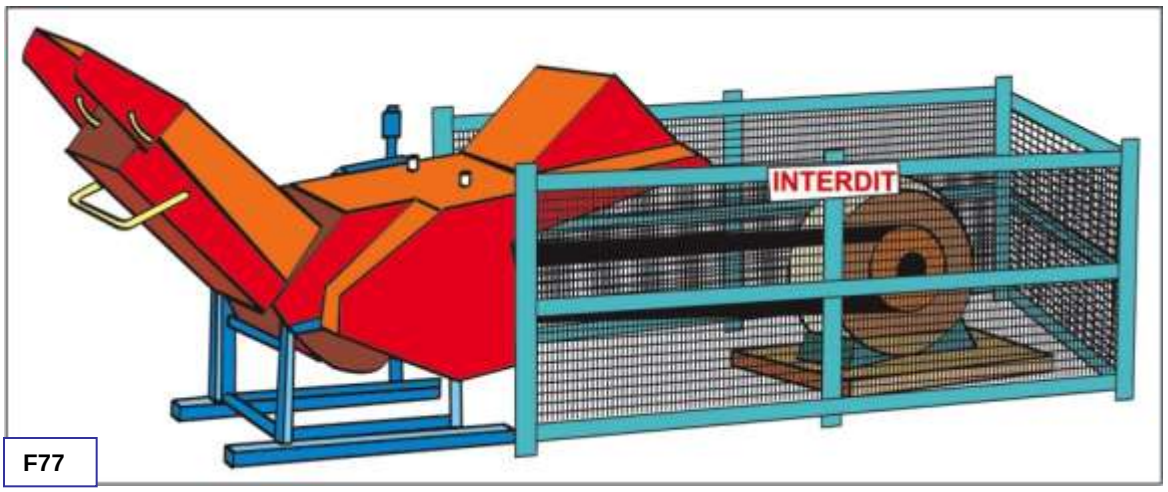


Figure 75 & 76: Dispositif de sécurité fait de matériaux disponibles sur place. Au besoin, fabriquez-les avec des matériaux transparents comme les filets métalliques, pour pouvoir bien observer les tâches.



F77

Figure 77: Pour les machines situées dans des zones très fréquentées, installez des barrières pour limiter l'accès à ces machines

CHECK POINT 17

Utiliser des dispositifs d'alimentation appropriés pour prévenir le danger et accroître la production.

AVANTAGES PROCURES

Les dispositifs d'alimentation vous évitent de graves accidents. N'oubliez surtout pas que vos mains sont très exposées quand vous alimentez les machines. Nombreux agriculteurs ont perdu le bras ou la main en alimentant des batteuses de riz. Travailler avec des fraiseuses, affûteuses ou décortiqueuses vous expose aux mêmes dangers. Il suffit d'une petite erreur pour se blesser immédiatement à la main, une partie importante du corps. Avec des dispositifs d'alimentation, ces risques sont considérablement réduits.

Des dispositifs d'alimentation appropriés peuvent aussi accélérer votre travail et vous apporter la sécurité. Des mouvements répétitifs des bras et des mains pendant l'alimentation provoquent la fatigue et ralentissent le travail. De simples mécanismes d'alimentation automatique ou par gravité facilitent énormément le travail et vous font gagner du temps. Et bien sûr, votre productivité augmentera.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Concevez des dispositifs d'alimentation par gravité en forme de goulotte. Fixez-les solidement à la machine. Les matières premières glissent dans la machine par l'ouverture. Vous pouvez appliquer cette idée aux batteuses.

2 - Concevez des dispositifs en entonnoir et placez-les près de la bouche d'alimentation. Le poids des produits les entraînera dans la machine. On peut appliquer ce mécanisme pour broyer ou moudre des produits agricoles.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Faites le tour de votre village et des fermes. Vous trouverez quelques dispositifs d'alimentation utilisés par vos voisins. Comment ont-ils été inventés et utilisés? Partagez vos expériences techniques. Montrez-leur vos machines et ensemble, concevez et améliorez vos dispositifs d'alimentation et d'éjection.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

-Quand vous serrez ou fixez des dispositifs d'alimentation sur votre machine, assurez-vous qu'il n'y a pas d'interférence avec des protecteurs et autres dispositifs de sécurité déjà installés.

- Inspectez et entretenez régulièrement les dispositifs d'alimentation.

A RETENIR

Utilisez des dispositifs d'alimentation adaptés pour éviter les accidents et améliorer votre productivité.

F78

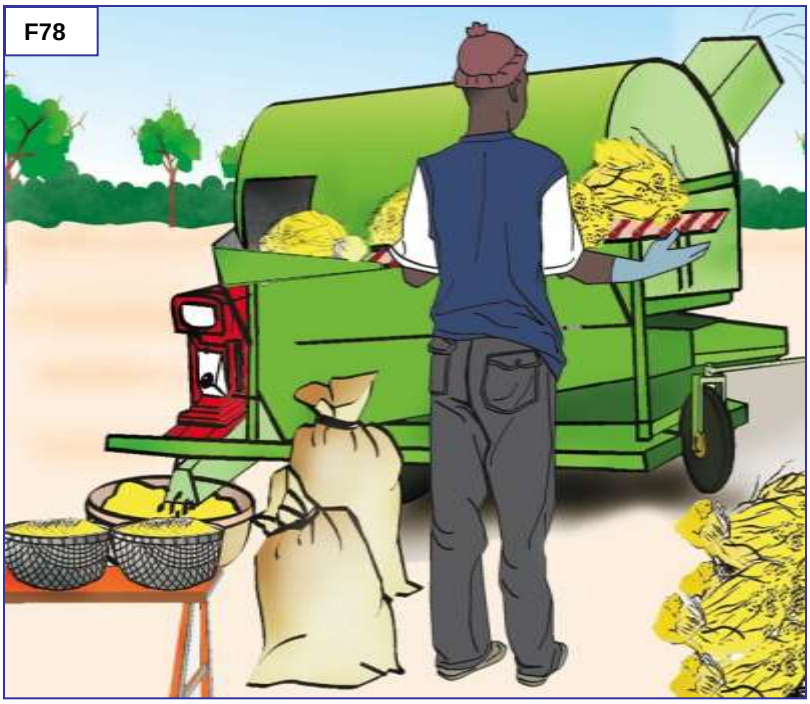


Figure 78: Dispositif d'alimentation en forme de convoyeur qui porte progressivement les bottes de riz dans la batteuse.

F79

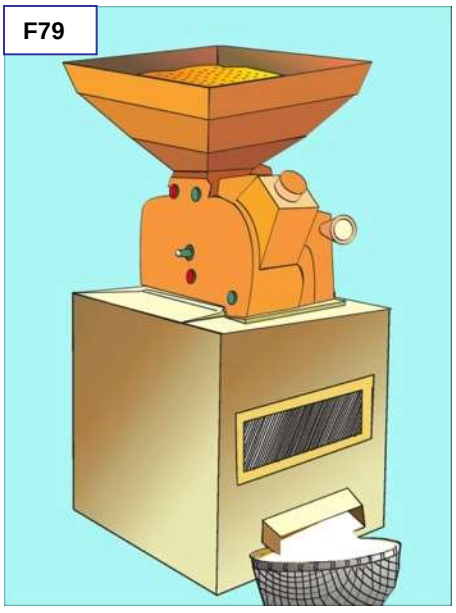


Figure 79: Moulin avec dispositif d'alimentation en entonnoir.

F80

Figure 80: Égreneuse avec dispositif d'alimentation en forme de goulotte.

CHECK POINT 18

Rendre bien visibles les commandes de secours et fixer des étiquettes en langues nationales sur les commandes ou interrupteurs.

AVANTAGES PROCURES

Les interrupteurs de secours d'une machine doivent être bien visibles. Accidents et fautes peuvent survenir inopinément. Quand une personne se prend dans des pièces de machine dangereuses, il faut agir immédiatement. Les commandes de secours doivent être bien conçues pour que tout le monde, visiteurs et personnes de l'extérieur y compris, puisse facilement les voir et comprendre leur fonctionnement.

Placez une étiquette sur chaque commande et interrupteur, pour éviter méprises et fautes. Les étiquettes doivent être bien visibles avec des mots simples et faciles à comprendre, en langue locale bien sûr.

Il est judicieux d'utiliser des couleurs et formes différentes pour des commandes et interrupteurs différents. Des couleurs et formes similaires peuvent être sources de méprise, même pour des agriculteurs utilisant quotidiennement la machine, ce qui pourrait entraîner de graves accidents.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Placez les commandes ou interrupteurs de secours des machines à portée de main des usagers, loin des autres interrupteurs.

2- Si vous les placez au même endroit que d'autres boutons de commande, veillez à ce qu'elles soient bien en évidence et faciles à voir. Utilisez, par exemple, du rouge, une plus grande dimension et une forme particulière.

3- Utilisez des caractères gros et clairs pour les étiquettes. Remplacez celles qui ne sont pas claires ou qui sont en langue étrangère par langues nationales.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Vous pouvez trouver des interrupteurs de secours dans l'habitation et sur la ferme. Sont-ils bien visibles et faciles à comprendre? Encouragez votre famille et vos amis agriculteurs à fixer sur les commandes et interrupteurs des étiquettes claires, rédigées en langage local. Ensemble, concevez des interrupteurs et commandes bien visibles et partagez les bons modèles.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

- Indiquez clairement sur l'étiquette l'opération visée. Si vous utilisez des symboles pour les interrupteurs, ils doivent être clairs et faciles à comprendre.
- L'orientation des commandes et interrupteurs doit être facile à comprendre, en faisant appel au bon sens et aux habitudes locales. Par exemple, ON doit être vers le haut, et OFF vers le bas, etc.

A RETENIR

Des commandes ou interrupteurs bien visibles et faciles à comprendre vous sauveront, ainsi que vos amis et votre famille, en cas d'urgence.

Figure 81: Placer les interrupteurs de secours des machines à portée de main des usagers, loin des autres interrupteurs.

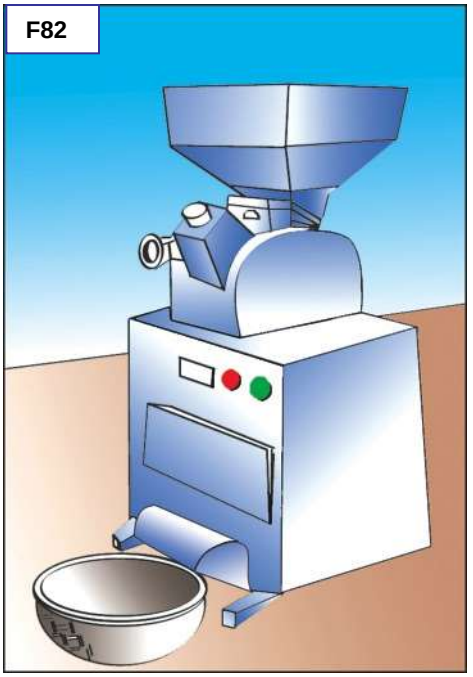
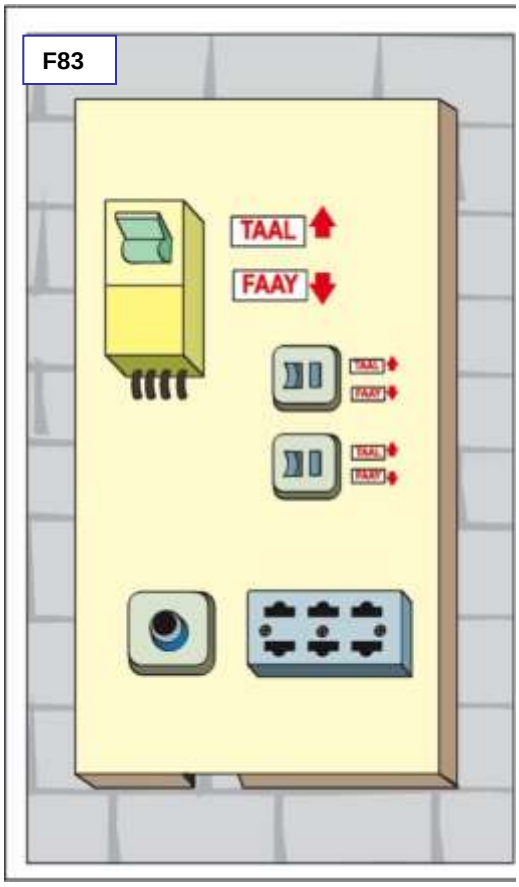


Figure 82: *Rendre bien visibles les commandes de secours* .



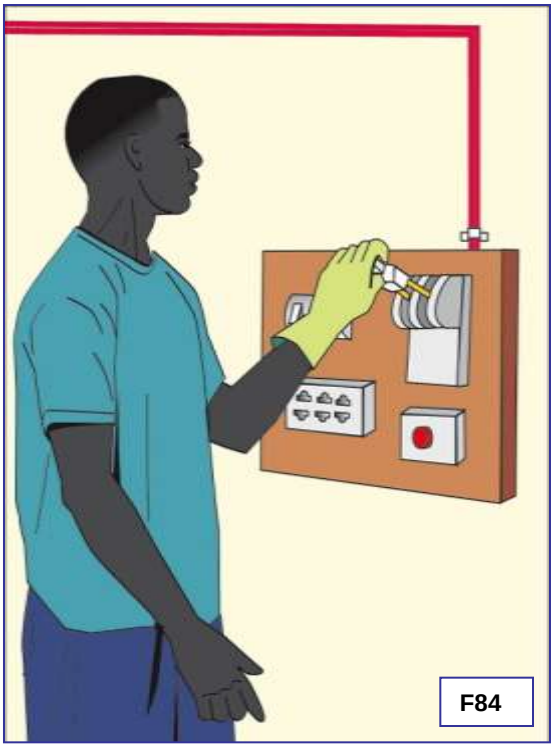


Figure 83 & 84: Tableau électrique avec commandes, interrupteurs et affichage visibles, tous clairement marqués.

CHECK POINT 19

Veiller à l'utilisation sans danger de l'électricité pour les machines et les équipements.

AVANTAGES PROCURES

Les agriculteurs utilisent l'électricité à de multiples fins. Malheureusement, il y a de plus en plus d'accidents d'origine électrique. L'utilisation sans danger de l'électricité est nécessaire, pour le bonheur des familles et des communautés.

Les agriculteurs doivent utiliser des machines de toutes sortes (tracteurs, batteuses ou pompes à eau) dans des conditions naturelles, s'exposant à des milieux humides. Autre cause principale d'électrocutions ou de pannes, les raccordements des fils électriques aux machines. Des raccordements électriques non protégés peuvent causer de graves accidents et blesser non seulement les opérateurs des machines, mais aussi d'autres agriculteurs, familles ou visiteurs passant près de la ferme. Une bonne protection et un bon entretien des fils reliés aux machines évitent les accidents d'origine électrique et les dommages causés aux machines.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Vérifiez tous les raccordements. Fixez-les soigneusement avec un ruban adhésif isolant. Recouvrez-les tous et assurez-vous que personne n'y touchera.

2- Tout raccordement endommagé ou rayé doit être immédiatement remplacé par des neufs, plus sûrs.

3- Protégez tous les circuits et fils par des disjoncteurs ou fusibles. Marquez clairement les interrupteurs d'alimentation et les boîtes de disjoncteurs.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

La sécurité en matière d'électricité requiert des compétences spéciales et de l'expérience. Il y a sûrement dans votre village des personnes qualifiées qui pourraient vous dispenser une formation de courte durée. Partagez vos expériences entre villageois et élaborez ensemble des plans d'entretien pour la sécurité en matière d'électricité.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

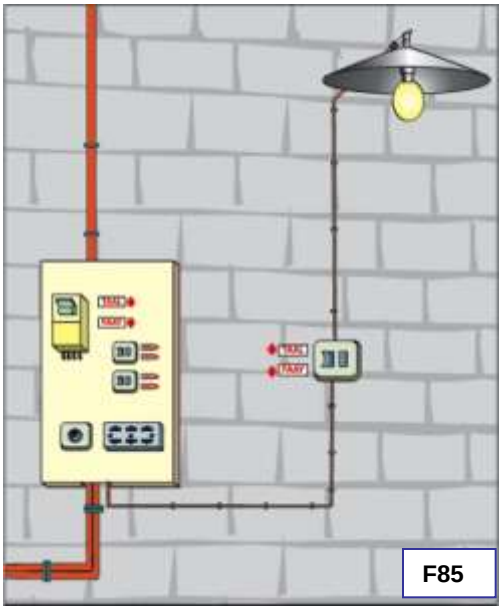
-Utilisez des prises et circuits électriques agréés. Des versions moins chères peuvent provoquer des court-circuits, entraînant des accidents et des pannes.

-N'utilisez pas l'électricité pour attraper des poissons et autres animaux.

- Tout l'équipement électrique doit être proprement mis à la terre. Utilisez une tige de mise à la terre indépendante pour le raccordement des machines.

A RETENIR

Des fils électriques bien protégés et bien entretenus peuvent prévenir les accidents et les dommages causés aux machines.



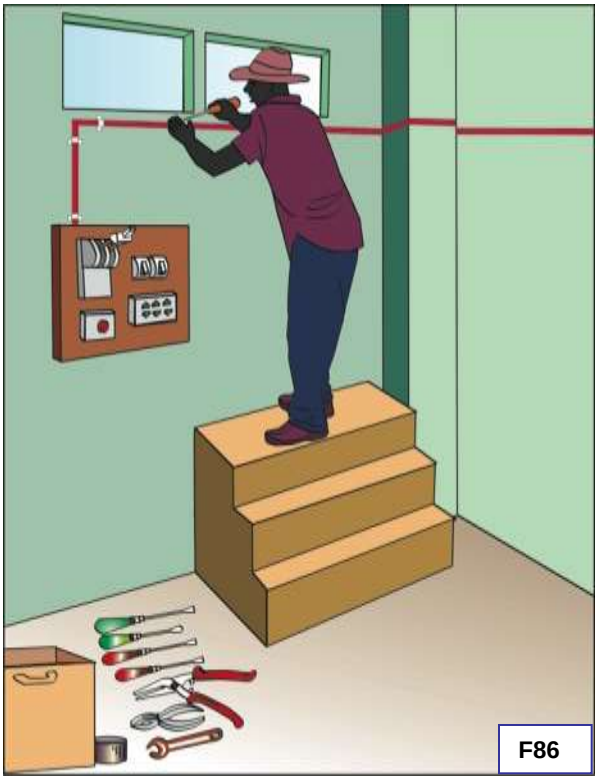


Figure 85 & 86: Tableau de distribution et fils sont soigneusement gainés.

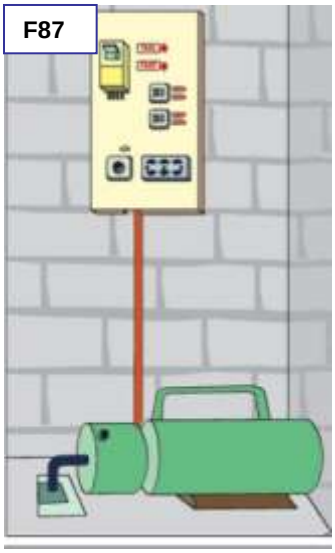


Figure 87: Les fils électriques raccordés à la machine sont bien protégés et clairement étiquetés.

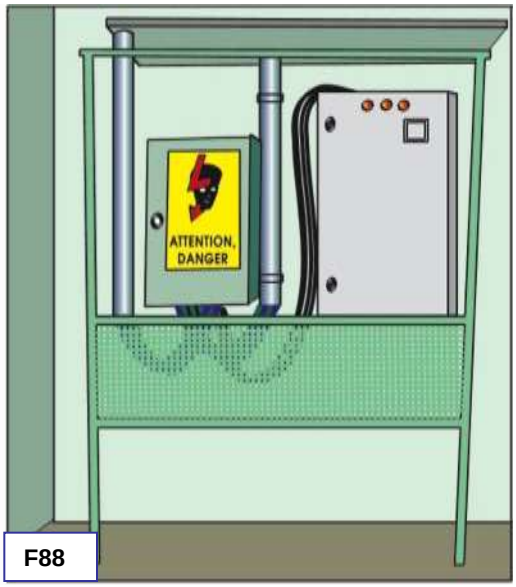


Figure 88: Installez une barrière avec des instructions claires « Danger, Electricité » au relais différentiel du champ électrique.

Figure 89: Vérifier tous les raccordements. Fixer-les soigneusement avec un ruban adhésif isolant.

CHECK POINT 20

Prendre des mesures pour prévenir les risques d'incendie dans les habitations.

AVANTAGES PROCURES

Lutter efficacement contre le feu dans la communauté est extrêmement important surtout a la saison sèche. Une petite imprudence pourra effacer toutes les fortunes ainsi que les efforts d'une communauté. L'incendie même minimale pourrait entraîner des brulures graves à cause des vêtements qui deviennent aussi une source inflammable.
Les dommages causés par un incendie sont parfois énormes et impossibles à réparer. Une bonne protection dans les habitats pour prévenir les risques d'incendies permet d'éviter des dommages aux agriculteurs.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Installez une valve de sécurité dans chaque bouteille de gaz de chauffage et fermez bien le bouchon après chaque utilisation.
2. Gardez la bouteille de gaz dans un compartiment aérée, séparée des autres sources enflammées.
3. Équipez un extincteur à portée de main et près des sources enflammées.
4. Mettez les matériels inflammables comme les bidons de pétrole, d'essence … loin des sources chaudes et enflammées.
5. Construisez une petite remise dans un endroit éloigné de votre maison pour ranger les produits inflammables. Celle-ci ne doit pas être servie comme habitation et doit être toujours soigneusement verrouillée.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Créez une équipe des agriculteurs prêtes à intervenir en cas d'incendie. Formez une équipe à la prévention et à la lutte contre l'incendie. Partagez vos expériences avec les villageois et élaborez ensemble des plans d'entretien pour la sécurité contre l'incendie.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

-Entretenez soigneusement les courroies des moteurs pour prévenir des flottements qui pourraient provoquer des étincelles.

- Remplacez les raccordements des fils électriques endommagés ou rayés par des neufs.

A RETENIR
Une bonne protection aux risques d'incendie permet d'éviter les dommages aux agriculteurs.

F90

Figure 90: Bien fermé la bouteille de gaz après chaque utilisation.

F91

Figure 91: Garder la bouteille de gaz dans un compartiment aéré et séparée de toutes autres sources inflammables.

F92

Figure 92: Mettre en place un extincteur à côté des sources enflammées.

F93

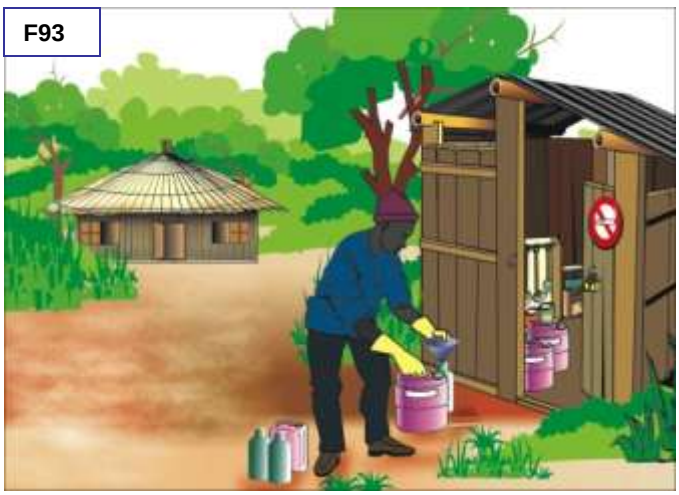


Figure 93: Mettre les matériels inflammables loin des sources chaudes et enflammées

MILIEU DE TRAVAIL ET CONTRÔLE DES AGENTS DANGEREUX

Les agriculteurs travaillent surtout en milieu chaud et humide. Pour votre santé et votre sécurité, il est important de réduire l'exposition aux rayons de soleil ardents et aux fortes chaleurs. Il existe des mesures pratiques pour vous protéger. Les agriculteurs utilisent de plus en plus des produits agrochimiques comme les pesticides, augmentant les risques pour leur sécurité et leur santé au travail. Les problèmes de santé causés par ces produits peuvent même s'étendre à votre communauté et aux consommateurs de vos produits. Ce manuel s'attache surtout à vous fournir de nombreux conseils pratiques pour l'utilisation minimale et sans danger de produits agrochimiques. Il s'agit notamment de la diffusion de l'information, de l'étiquetage, des moyens sûrs de conserver les pesticides et des méthodes concernant la manipulation des conteneurs de produits agrochimiques vides.

CHECK POINT 21

Utiliser davantage l'aération naturelle pour améliorer les conditions atmosphériques à l'intérieur des locaux.

AVANTAGES PROCURES

L'air frais est source de santé et d'énergie. Une bonne circulation d'air naturel éloigne la chaleur et l'air pollué de votre maison et des lieux de travail intérieurs. Un environnement chaud et mal aéré est insalubre. Les agriculteurs et les membres de leurs familles se fatiguent vite. L'efficacité au travail baisse, tandis que le nombre de fautes augmente.

Les agriculteurs travaillent souvent à l'intérieur, pour emballer les produits ou réparer des outils. Leurs familles passent beaucoup de temps dans la maison pour faire la cuisine, manger, dormir ou étudier. Il est toujours recommandé d'augmenter la circulation d'air naturelle, sauf par grand froid. Un environnement mal aéré est particulièrement nuisible pour les personnes âgées et les enfants.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Choisissez les lieux où il y a une bonne circulation d'air naturelle pour la cuisine et d'autres travaux à l'intérieur. Cela est particulièrement important par temps chaud.
2- Augmentez le nombre d'ouvertures et de fenêtres. Agrandissez les fenêtres existantes ou enlevez ce qui les obstrue pour une meilleures circulation de l'air.
3- Percez de petites ouvertures sur le toit. La circulation d'air naturel ascendante dégage alors l'air chaud à travers les ouvertures.
4- Utilisez des ventilateurs électriques lorsqu'il n'y a pas suffisamment de circulation d'air naturel.
5- Ouvrez régulièrement et fréquemment toutes les fenêtres. Enlevez tout ce qui empêche une bonne aération intérieure.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Visitez les lieux de travail intérieurs et les maisons de vos voisins. Voyez comment ils utilisent la circulation d'air naturelle. Vous trouverez sûrement de bons exemples. Echangez vos expériences pour améliorer les conditions atmosphériques à l'intérieur des locaux.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

-Déplacez ou isolez les sources de chaleur chez vous, par exemple cuisinières, fourneaux ou machines qui dégagent de la chaleur.
- Installez des plafonds au toit si cela est approprié. Ils vous protégeront du rayonnement de la chaleur à partir du toit .

A RETENIR
Une bonne circulation d'air naturelle dégage la chaleur et l'air pollué de votre maison et de vos lieux de travail intérieurs.

F94

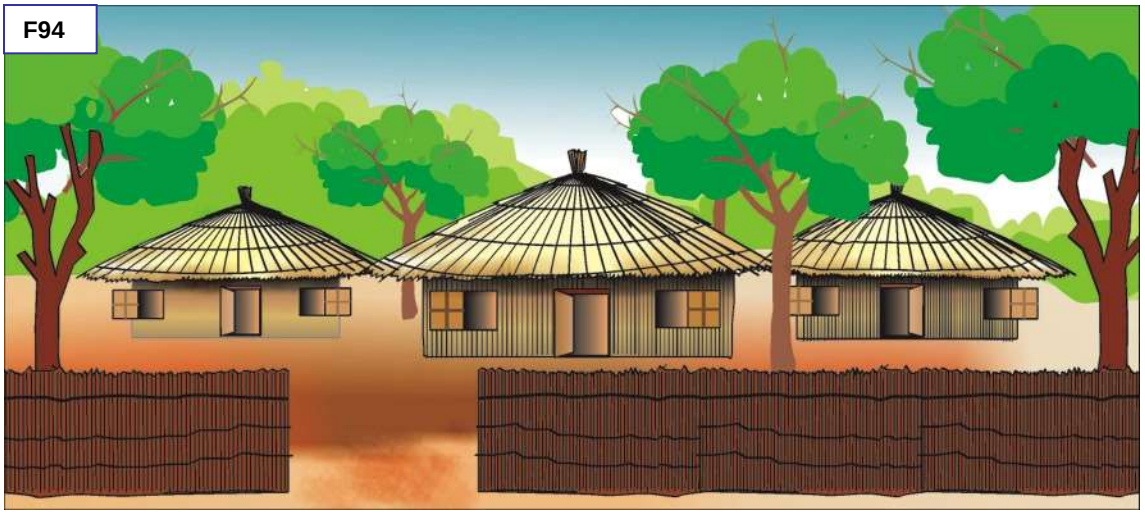


Figure 94: Ouvrez plus de fenêtres et de portes, supprimez les obstacles à l'aération naturelle.

F95

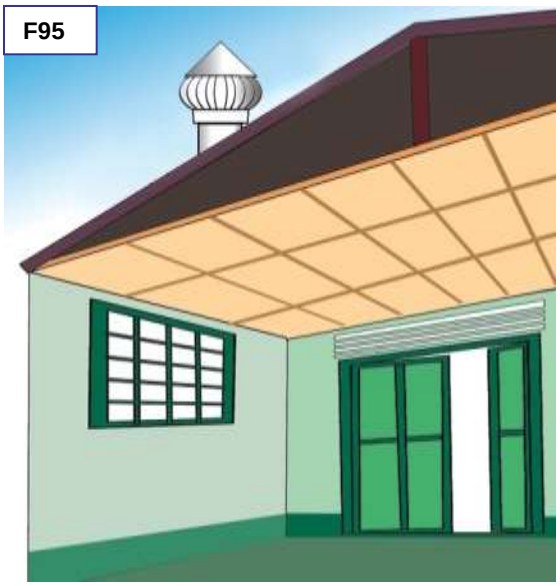


Figure 95: Installez plus de lanterneaux ou petites fenêtres à persiennes pour une bonne circulation de l'air.

F96

Figure 96: Choisissez l'endroit le plus aéré de la maison pour y installer le poste de travail. Placez la table près des fenêtres.

CHECK POINT 22

Utiliser la lumière du jour et des murs clairs pour éclairer le lieu de travail.

AVANTAGES PROCURES

La lumière du jour est la source d'éclairage la meilleure et la moins chère. Son utilisation réduit les coûts de l'énergie. Un lieu de travail bien éclairé améliore l'efficacité au travail et réduit au minimum les risques d'accident ou les fautes. De plus, la lumière du jour permet de réduire l'humidité et de tuer les termites.

Des couleurs appropriées pour les murs et les plafonds sont très importantes. Claires, elles augmentent le reflet de la lumière, d'où de meilleures conditions d'éclairage et des économies d'énergie. En outre, des murs clairs créent un bon cadre pour un travail efficace, rendent la pièce plus confortable et réduisent au minimum les fautes.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Ouvrez portes et fenêtres pour faire entrer plus de lumière dans votre maison et vos lieux de travail intérieurs. Nettoyez-les. Enlevez tout ce qui obstrue la lumière du jour.

2- Identifiez, dans votre lieu de travail et votre maison, ce qui nécessite plus d'éclairage: postes de travail, cuisines ou autres? Peut-on les repositionner plus près de la source de lumière du jour.

3- Agrandissez les fenêtre existantes pour profiter davantage de la lumière du jour.

4- Utilisez des matériaux transparents ou des panneaux en plastique translucide sur le plafond ou le toit, pour laisser entrer plus de lumière du jour.

5 - Choisissez des couleurs claires pour peindre ou décorer murs et plafonds. Pour les éclairer, utilisez les parties vierges de calendriers usagés ou des sacs d'engrais blancs. Nettoyez régulièrement les murs.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Visitez plusieurs lieux de travail dans votre village et cherchez de bons exemples d'utilisation maximale de la lumière du jour: déplacement du lieu de travail, murs clairs, matériaux transparents... Favorisez l'échange d'expériences avec vos voisins. Beaucoup d'actions pour améliorer les choses ne coûtent pas cher, mais pourtant, augmentent l'efficacité au travail.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

-Evitez le travail de nuit. Pour profiter au maximum de la lumière, travaillez le jour.

- Sachez que fenêtres et lanterneaux peuvent réchauffer la maison par temps chaud, et provoquer des déperditions de chaleur par temps froid.

- Posez des rideaux ou des moustiquaires aux fenêtres pour ajuster la lumière entrante.

A RETENIR

La lumière du jour est la meilleure source d'éclairage et aussi, la moins chère.

Figure 97: Nettoyez les portes et fenêtres pour faire entrer plus de lumière dans votre maison et dans vos lieux de travail.

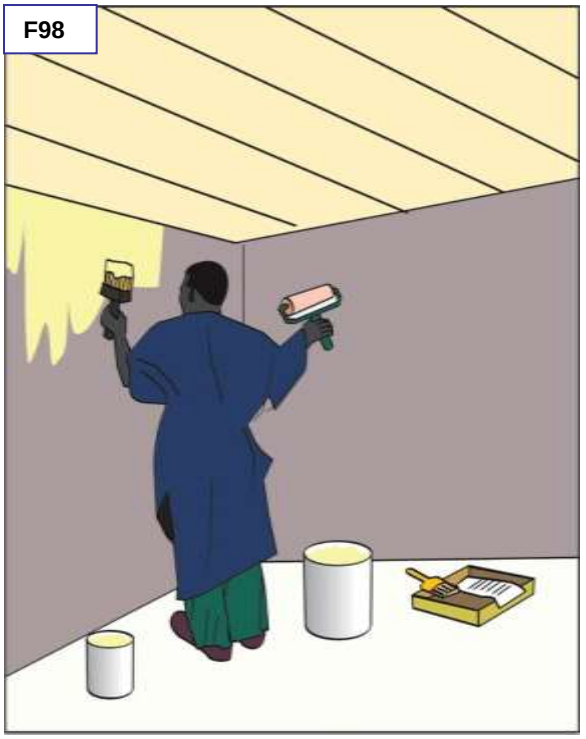


Figure 98: Choisissez des matériaux clairs pour éclairer murs et plafonds.

Figure 99: Déplacez le lieu de travail près des fenêtres.

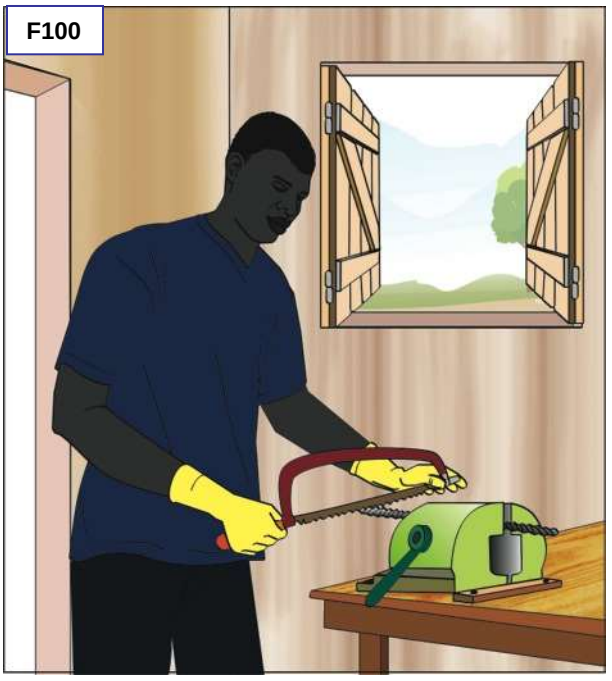


Figure 100: Installez le lieu de travail près de la porte principale et de la fenêtre, pour profiter de la lumière du jour.

CHECK POINT 23

Eviter l'exposition continue à une chaleur ou un froid extrêmes.

AVANTAGES PROCURES

Les agriculteurs commencent à travailler tôt le matin, pour éviter l'exposition au soleil brûlant. Travailler sous un soleil brûlant réduit l'efficacité et la productivité, et peut provoquer de la fatigue, des dermatoses et même des chocs. Cela provoque aussi d'importantes pertes d'eau de votre corps.

Dans la partie septentrionale et les provinces de montagnes, les agriculteurs ont besoin d'une bonne protection par temps froid. Exposés au vent froid, ils perdent beaucoup d'énergie.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Protégez votre peau des rayons brûlants. Des vêtements aux couleurs vives et à manches longues, c'est ce qu'il faut pour travailler sous un soleil ardent. Par temps froid, portez des habits de laine à col roulé.
2- Couvrez-vous la tête d'un chapeau à larges bords ou d'une serviette de bain pour atténuer le rayonnement et la chaleur.
3- Organisez mieux votre calendrier de travail pour réduire le temps d'exposition au soleil brûlant ou au froid intense. Par temps ensoleillé, commencez tôt, et évitez de travailler à midi.
4- Par temps froid, commencez tard ou travaillez davantage à l'intérieur.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Les agriculteurs ont plein de bonnes idées pour se protéger de la chaleur ou du froid extrêmes. Il est particulièrement important d'aménager des calendriers de travail appropriés pour éviter l'exposition à la chaleur ou au froid. Facilitez les échanges d'expériences pour en établir de meilleurs. Autre collaboration importante, le partage de bons exemples de vêtements de protection en matières locales. Sensibilisez les gens pour qu'ils se protègent du froid ou de la chaleur extrêmes.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

- Faites de petite pauses fréquentes quand vous travaillez sous un soleil brûlant.
- Les travaux pénibles comme le transport de lourdes charges doivent être effectués tôt le matin ou tard l'après-midi, quand le soleil n'est pas brûlant.
- Choisissez un chapeau à larges bords pour vous protéger du soleil.

A RETENIR
Adaptez votre calendrier de travail et utilisez des vêtements de protection pour éviter l'exposition excessive à la chaleur ou au froid.

Figure 101: Abri de repos à la rizière.

Figure 102 & 103: Choisissez des chemises épaisses à manches longues, des chapeaux à larges bords, pour vous protéger des rayonnements et de la chaleur quand vous travaillez au champ.

Figure 104: Avant de vous rendre à la ferme, préparez blouse, chapeau, gants, bottes de toile… pour vous protéger du froid.

CHECK POINT 24

Choisir des pesticides moins toxiques et utiliser des quantités minimales.

AVANTAGES PROCURES

Les pesticides doivent être utilisés de façon rationnelle. Choisissez le type de pesticide sans danger qui convient, utilisez des quantités minimales pour réduire les risques d'intoxication. Tout comme l'intoxication aiguë, certaines maladies chroniques telles que névrite, troubles hépatiques ou certains types de cancer peuvent être en partie liés à l'exposition aux pesticides.
Les pesticides sont toxiques non seulement pour ceux qui les pulvérisent, mais aussi pour les consommateurs de vos produits. Certaines quantités peuvent rester dans les produits et nuire à leurs consommateurs. Une bonne utilisation des pesticides contribue à la sécurité et à la santé de vos clients.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Avant de vous fier aux pesticides, vous devez savoir quels types de ravageurs vous allez traiter. Les pesticides sont-ils vraiment la meilleure solution? Il existe de nombreux autres moyens de lutte contre les ravageurs.
2- Si les pesticides sont la seule solution, demandez conseils et informations aux conseillers agricoles ou au personnel du centre de santé, pour le choix et l'utilisation appropriés de pesticides sans danger.
3- Quand vous pulvérisez des pesticides, portez des gants, lunettes, chaussures et vêtements de protection.
4 - Etablissez un plan pour réduire au minimum la quantité de pesticides utilisés. Appliquez le programme de lutte intégrée contre les ennemis des cultures (Integrated Pest Management IPM) dans votre rizière.
5- Ne faites jamais votre propre mélange de pesticides et autres produits agrochimiques. Cela augmenterait les risques pour votre santé.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Nombre d'agriculteurs savent de nos jours comment utiliser les pesticides de façon rationnelle et sûre. Collectez ensemble de l'information sur l'utilisation sans danger de pesticides et échangez vos expériences. A la ferme, profitez des pauses pour partager l'information sur les méthodes rationnelles pour réduire la quantité de pesticides. Apprenez davantage sur l'effet de différents types de pesticides. Il existe dans certains villages des « Clubs de Promotion Agricole » pour faciliter les échanges d'information sur la protection phytosanitaire et l'utilisation sans danger des pesticides.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

- Demandez aux vendeurs et fabricants de pesticides de vous fournir des Fiches de renseignement sur la protection contre les produits chimiques. Leur responsabilité première est de fournir à leurs clients des informations sur la santé et la sécurité.
- Télévision, radios et livres offrent des programmes utiles de promotion agricole, y compris l'utilisation sans danger de pesticides. Ne les ratez surtout pas.

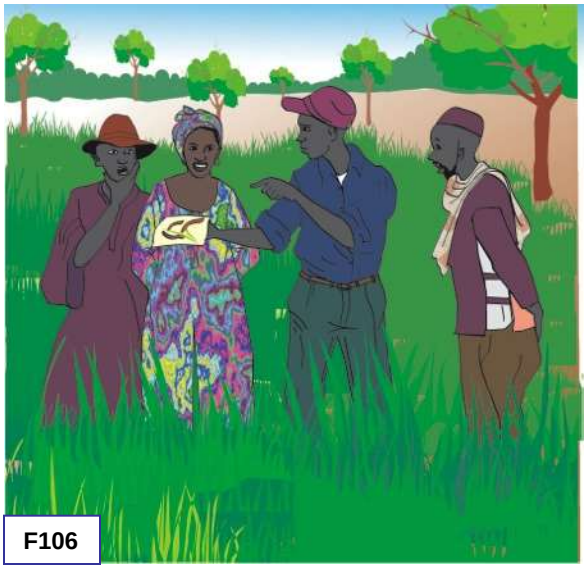
A RETENIR

Utilisez les pesticides de façon sûre et rationnelle. Vous réduirez les risques sanitaires pour vos consommateurs et aussi, pour vous même.

F105

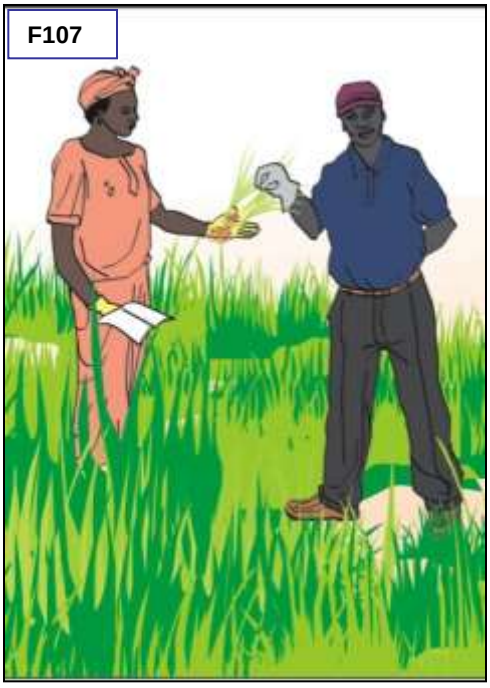
Figure 105: Demandez l'avis d'un conseiller agricole avant d'acheter des pesticides.

Figure 106: Avec les conseillers agricoles, déterminez le type de ravageur avant de choisir le pesticide qui convient.



F106

F107



F108

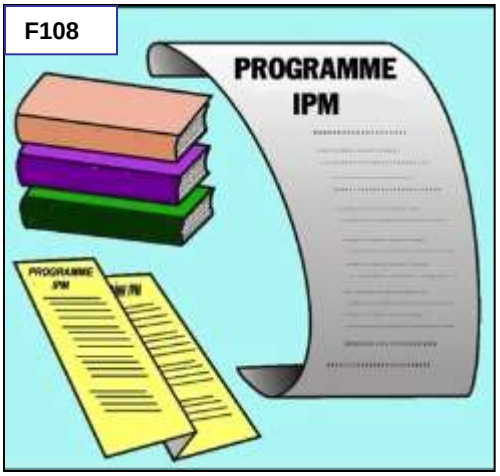


Figure 107 & 108: Appliquez le programme de lutte intégrée contre les ennemis des cultures (Integrated Pest Management – IPM) à la rizière.

CHECK POINT 25

Conserver pesticides, produits agro-chimiques et matériel de pulvérisation dans un lieu sûr, conçu à cet effet.

AVANTAGES PROCURES

Pesticides et produits agrochimiques sont toxiques pour l'homme et l'animal. Du matériel de pulvérisation contaminé par les pesticides peut être également source de pollution. Placer conteneurs de pesticides et matériel de pulvérisation à l'intérieur polluera le cadre de vie familial. L'exposition chronique à un environnement aussi dangereux posera des problèmes de santé à votre famille.

Aménagez un lieu de stockage bien verrouillé pour isoler les produits chimiques dangereux en dehors de l'aire d'habitation. Ne les laissez pas à portée des enfants. Ainsi, vous et votre famille éviterez l'utilisation de mauvais pesticides. Cela empêche également l'utilisation de pesticides pour se suicider.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Choisissez une boîte en aluminium ou en bois hermétiquement fermée et muni d'une serrure, pour y garder toutes les bouteilles de pesticides.

2- Conservez le matériel de pulvérisation et les bouteilles de pesticides dans une petite remise dans le champ. Celle-ci ne doit pas servir d'habitation et doit être toujours soigneusement verrouillée. Aménagez des étagères multiniveaux pour y ranger les pesticides. Séparez les herbicides des pesticides.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Construisez ensemble un lieu de stockage public où chaque famille a son propre coin pour conserver ses pesticides. C'est une solution peu coûteuse et qui améliore la coopération entre voisins. De plus, elle est utile pour prévenir les intoxications dans la communauté.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

- Choisissez un lieu éloigné de votre maison pour conserver les pesticides, loin des sources d'eau et des aliments.

- Rangez soigneusement la clé, hors de portée des enfants.

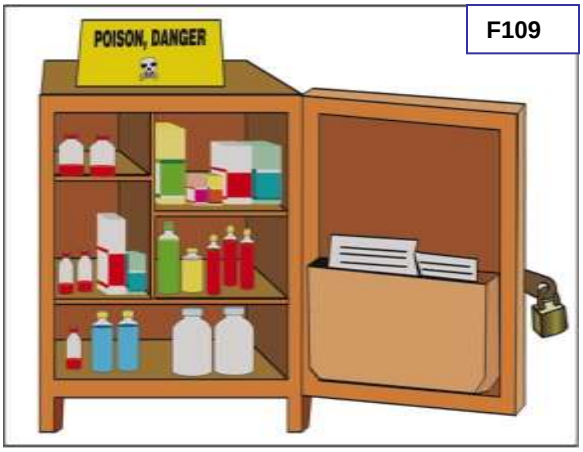
- Choisissez un lieu éloigné de la source d'eau pour laver le matériel de pulvérisation. Le mieux est de le laver sur le champ que vous venez de pulvériser.

.

A RETENIR

Les pesticides sont toxiques et dangereux. Conservez-les avec soin dans un lieu sûr, conçu à cet effet, loin de l'habitation.

F109



F110

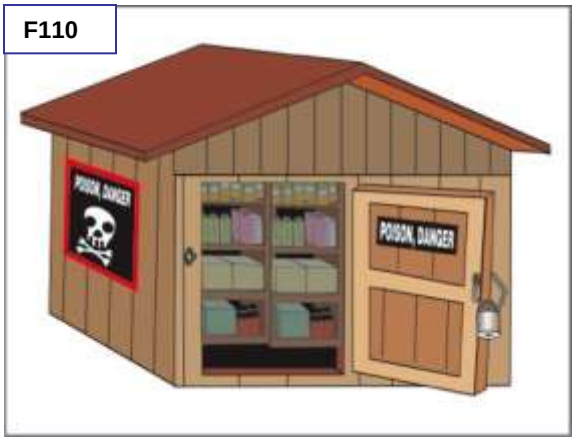
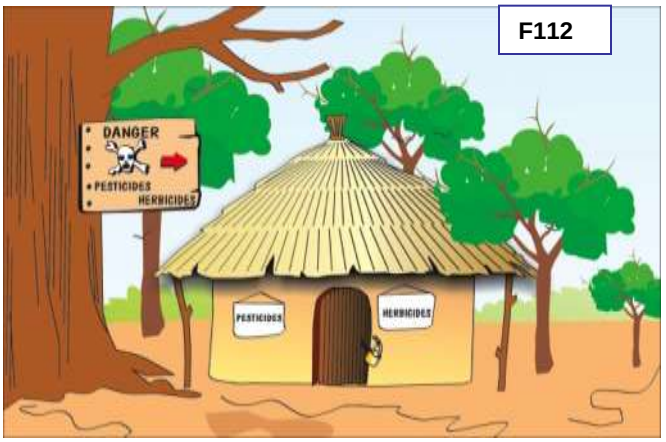


Figure 109 & 110: Remise munie d'une serrure solide pour conserver les pesticides sur la rizière, avec une étagère multiniveaux qui contient des bouteilles de pesticides et des produits agrochimiques.

F111

Figure 111: Conteneur de pesticide muni d'une serrure de sûreté.

F112



F113

Figure 112 & 113: Rangez pesticides et herbicides dans des endroits différents, et étiquetez-les clairement.

CHECK POINT 26

Fixer des étiquettes sur les pesticides et les produits agrochimiques.

AVANTAGES PROCURES

Des étiquettes claires et faciles à comprendre vous permettent de savoir quels pesticides vous achetez et utilisez. Cela est particulièrement important quand on utilise pour la première fois des produits agrochimiques.

Souvent, les étiquettes des bouteilles de pesticides et produits agrochimiques sont rédigées en langue étrangère. Il est très difficile de les reconnaître, surtout pour les agriculteurs ou pour ceux qui n'ont pas l'expérience de ces produits. Le mauvais usage de produits agrochimiques, par exemple manipuler sans précaution des pesticides en même temps que des herbicides, est dangereux pour les usagers. Cela nuira aux cultures et à la santé des agriculteurs.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Vérifiez toutes les bouteilles de produits agrochimiques, utilisées ou pas. Etiquetez-les clairement, par exemple en marquant dessus « INSECTICIDES », « HERBICIDES ».

2- N'enlevez pas les étiquettes. Si elles ne sont pas claires, collez-en de nouvelles portant l'avertissement « TRES TOXIQUE ». Consultez les centres agricoles et centres de santé de votre village pour obtenir de bons renseignements.

3- Vous pouvez acheter des pesticides en grandes quantités et les répartir dans de petits récipients. N'oubliez pas de coller des étiquettes faciles à lire sur chacun des récipients.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Même si vous connaissez bien les produits agrochimiques, étiquettes et notices d'emploi sont très utiles pour vous protéger et protéger votre famille contre la mauvaise utilisation qui est dangereuse. Partagez l'information avec vos voisins et encouragez-les à faire pareil. Cette action ne coûte rien mais en revanche, elle est réellement utile pour tout le monde.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

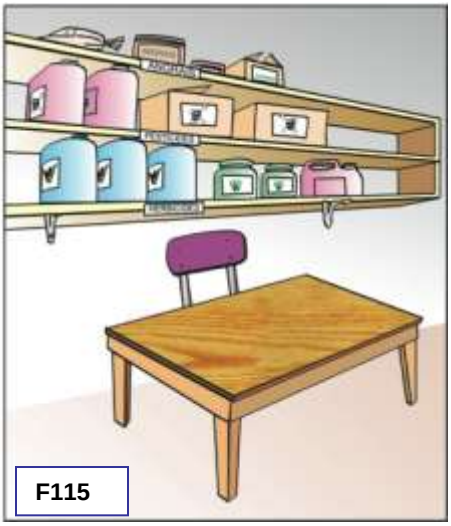
Utilisez des crayons gras pour écrire sur les étiquettes. Choisissez des mots clairs et faciles à comprendre, comme « POISON, DANGER » ou utilisez des symboles de danger, par exemple une tête de mort.

A RETENIR

Collez des étiquettes rédigées dans votre langue sur toutes les bouteilles de produits agrochimiques, pour éviter les dangers liés au mauvais usage.

F114

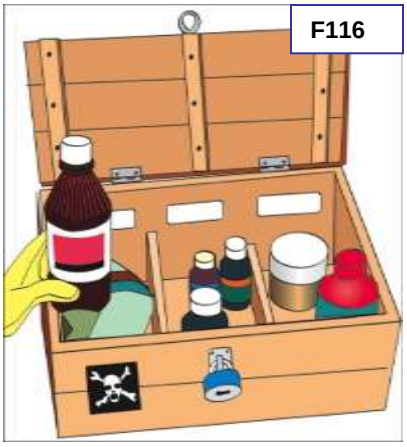
Figure 114: Collez sur tous les types d'insecticides de nouvelles étiquettes en langue nationale.



F115

Figure 115: Coller des étiquettes faciles à lire sur chacun des récipients.

F116



F117

Figure 116 & 117: Etiqueter clairement les bouteilles de produits chimiques, par exemple en marquant dessus « INSECTICIDES », « HERBICIDES ».

F118

Figure 118: Meuble de rangement de produits agrochimiques à deux compartiments. Toutes les bouteilles de produits chimiques sont clairement étiquetées et bien rangées d'un côté. L'autre côté sert à ranger les dispositifs de pulvérisation, gants, masques…

CHECK POINT 27

Etablir des méthodes sûres de traitement des bouteilles et bidons de pesticides et produits agrochimiques vides.

AVANTAGES PROCURES

Etablir des méthodes sûres de traitement des bouteilles de pesticides vides est important. Des bouteilles et boîtes de pesticides vides jonchant les rizières ou les canaux sont source de pollution. Cela est extrêmement dangereux pour les hommes, les animaux et les poissons. De plus, les tessons pourraient blesser les agriculteurs au travail.

Les conteneurs de produits agrochimiques vides doivent être proprement traités. Il est très dangereux de les réutiliser, surtout à des fins domestiques. Ils peuvent encore contenir de petites quantités de poison qui pourraient tuer hommes et animaux.

Les conteneurs vides doivent être éliminés sans danger dans la zone prévue. Ramasser et vendre les bouteilles de produits agrochimiques vides est dangereux, car les vendeurs peuvent les mélanger à d'autres. Il est particulièrement dangereux d'enlever leurs étiquettes: au lieu de retourner aux usines de pesticides, elles pourraient se retrouver dans des usines de transformation de produits alimentaires ou des fabriques de boisson et être réutilisées!

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Ne réutilisez jamais les conteneurs de produits agrochimiques vides à quelque fin que ce soit.

2- Choisissez un site de dépôt sûr pour enfouir les déchets agrochimiques.

3- Ramassez toutes les bouteilles qui jonchent le champ, mettez-les dans un conteneur couvert et enfouissez-les dans un site de dépôt sûr.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Les bouteilles de pesticides et de produits chimiques vides sont toxiques. Conseillez à vos voisins de les ramasser et de les mettre dans un site de dépôt sûr. Il est très important d'avoir un site de dépôt communautaire pour tous les villageois. Cherchez conseil dans vos centres de santé ou centres agricoles pour éliminer proprement les bouteilles vides.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

-Utilisez vêtements de protection individuelle et gants quand vous ramassez les conteneurs de pesticides vides.

-- Choisissez le site d'enfouissement avec soin pour éviter tout risque de pollution de l'eau superficielle ou souterraine. Il doit être loin de l'aire d'habitation. Conteneurs et déchets doivent être enfouis à 1 mètre de profondeur, et la zone utilisée clôturée ou marquée par des panneaux de mise en garde.

A RETENIR

Protégez votre cadre de vie en adoptant des méthodes sûres d'élimination des bouteilles de produits agrochimiques vides.

Figure 119: Choisissez un site de dépôt sûr, éloigné de l'aire d'habitation et de la source d'eau, pour enfouir les déchets agrochimiques.

Figure 120: Ramassez toutes les bouteilles qui jonchent le champ, mettez-les dans un conteneur couvert et enfouissez-les dans un site de dépôt sûr.

Figure 121: Mettez les bouteilles de produits agrochimiques vides dans un conteneur fermant à clé. Eliminez les déchets le plus rapidement possible.

CHECK POINT 28

Collecter et disséminer auprès de la communauté des renseignements sur l'utilisation sans danger de produits agrochimiques.

AVANTAGES PROCURES

De nos jours, il existe sur le marché plusieurs sortes de produits agrochimiques aux différents usages, dosages et toxicités. Choisissez les bons produits et appliquez les bonnes doses. Cela protégera vos cultures et préviendra les risques d'empoisonnement.

Les départements agricoles régionaux et les services de promotion agricole sont des adresses fiables qui fournissent des renseignements pertinents sur l'utilisation sans danger des produits agrochimiques.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Consultez le personnel de promotion agricole ou les agents agricoles locaux, pour qu'ils vous conseillent sur la bonne décision avant l'achat de pesticides ou de produits agrochimiques.

2- Collectez des renseignements sur la toxicité et l'utilisation sans danger des produits agrochimiques dans les brochures, les prospectus, les journaux ou à la radio. Disséminez ces informations utiles auprès de vos voisins.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Encouragez vos voisins à échanger des expériences et informations pour l'utilisation sans danger de produits agrochimiques. Ce serait une bonne idée de demander aux services de santé et d'agriculture de mener des séminaires sur l'utilisation sans danger de pesticides et autres produits agrochimiques.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Notez les noms de marque de vos pesticides et conservez ces notes. Ces renseignements seront utiles quand vous demanderez aux agents agricoles ou sanitaires d'autres informations.

A RETENIR

Une bonne connaissance et compréhension de l'utilisation sans danger des produits agrochimiques vous protégera, ainsi que votre famille.

F122

Figure 122: Faites-vous conseiller par l'agent agricole local avant d'acheter des pesticides.

F123

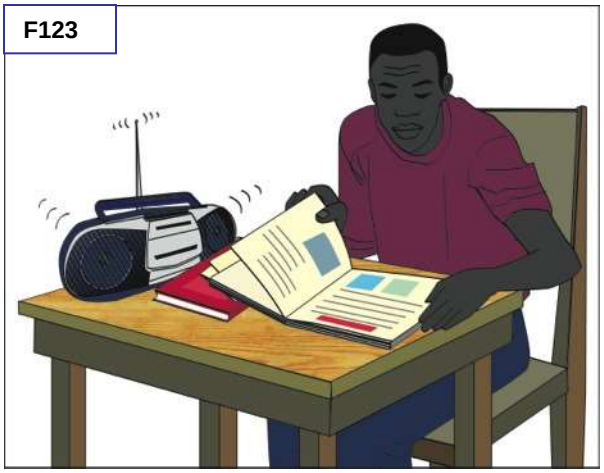


Figure 123: Collectez des renseignements sur la toxicité et l'utilisation sans danger des produits agrochimiques dans les brochures, les prospectus, les journaux ou à la radio.

F124

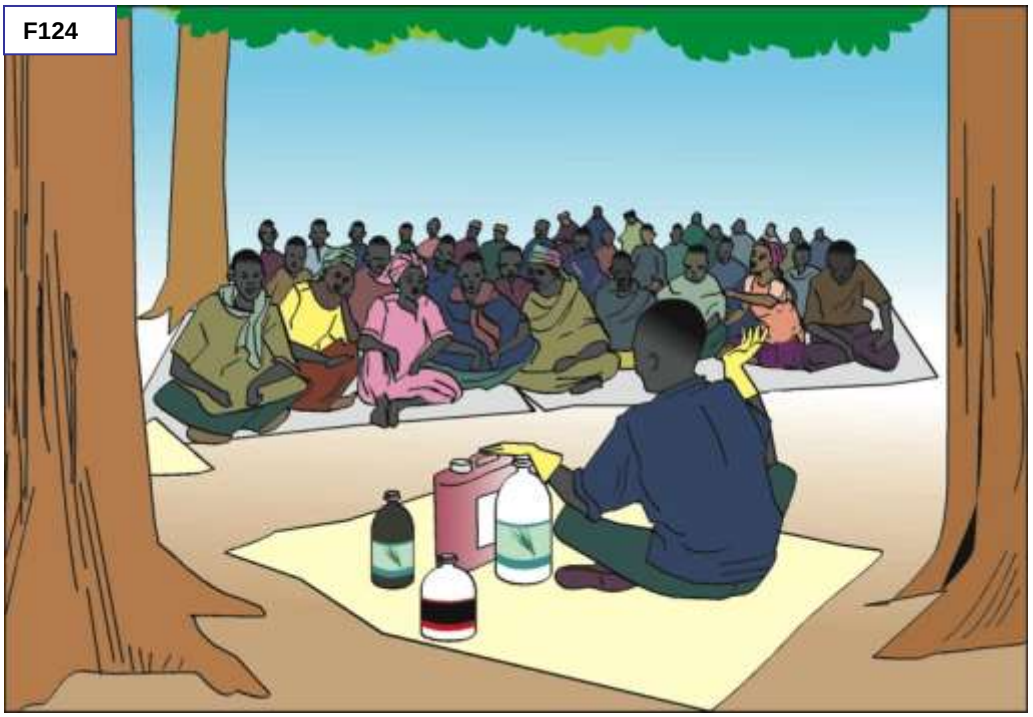


Figure 124: Profitez des pauses pour partager vos expériences avec vos voisins sur l'utilisation sans danger des produits agricoles.

CHECK POINT 29

Connaître les animaux, volailles, insectes ou vers qui peuvent être nuisibles pour les agriculteurs.

AVANTAGES PROCURES

Assurez-vous d'utiliser l'équipement de protection individuelle approprié quand vous travaillez à la rizière et à la ferme. Les agriculteurs doivent se protéger contre les ravageurs, les insectes et les animaux tels que serpents, chilopodes, sangsues ou abeilles.

N'oubliez pas qu'animaux, volailles, insectes et vers peuvent souvent causer de graves problèmes de santé et de sécurité. Pour plusieurs d'entre vous, ces pestes sont assez fréquentes. Vous pouvez sous-estimer le danger et oublier de bien vous protéger. Vous deviez être prudent avec la grippe Aviaire causée par des volailles. L'exposition fréquente aux dégâts causés par les insectes ou les vers dans le champ ralentit également le travail, interrompt le déroulement des opérations et augmente votre fatigue.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Enveloppez vos tibias d'une étoffe épaisse quand vous marchez dans des terrains marécageux, pour empêcher que les sangsues et autres vers se collent à votre peau.

2- Portez des gants et des chemises à manches longues pour éviter les piqûres d'insectes et de mouches.

3- Bien protégez les volailles dans une cage fermée pour la prévention de la grippe Aviaire.

4- Portez un casque à visière quand vous travaillez dans une zone où il y a des insectes ailés tels que criquets et abeilles.

5 - Souliers de toile, bottes, gants, chapeaux à larges bords, sont des équipements de protection individuelle utiles pour les agriculteurs travaillant en plein air.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Regardez vos voisins. Quels types de souliers, bottes, gants, chapeaux et autres équipements de protection utilisent-ils au champ? Favorisez l'échange sur les moyens de protection contre les animaux, les insectes et les vers. Discutez des avantages de la protection.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Il existe plusieurs méthodes locales pour éviter de s'exposer aux pestes. Les agriculteurs utilisent souvent du citron vert pour retirer les sangsues de leur corps. Le citron peut également atténuer les douleurs causées par les piqûres d'insectes et d'abeilles. La fumée peut chasser les abeilles. Il est utile de réunir ce genre de connaissances pour éviter de s'exposer aux insectes et autres pestes.

A RETENIR

Pour vous protéger, utilisez des chaussures, bottes, gants, chapeaux et autres dispositifs de protection appropriés.

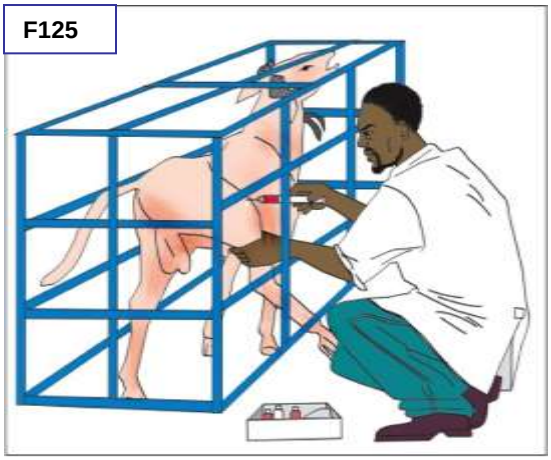
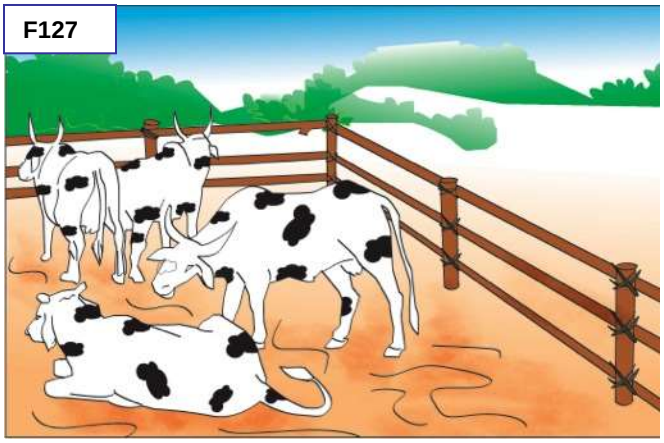


Figure 125 & 126 – Utiliser les cages spéciales pour maintenir les animaux.



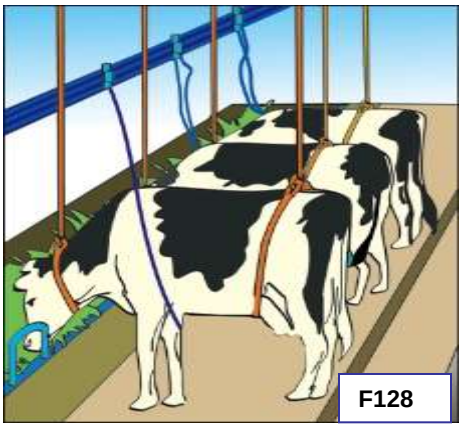


Figure 127 & 128: Cage pour des vaches.

Figure 129: Portez un casque à visière quand vous travaillez dans une zone où il y a des insectes ailés tels que criquets et abeilles.

Figure 130 – Les volailles sont bien protégées dans une cage fermée pour la prévention de la grippe Aviaire.

AMÉNAGEMENTS POUR LE BIEN-ÊTRE

De l'eau potable sur le lieu de travail, des aliments nutritifs, des toilettes propres, de courtes pauses et des coins-repos… sont autant de besoins fondamentaux pour un travail agricole sain. On peut les améliorer en utilisant des ressources locales peu coûteuses. Les femmes enceintes ont besoin d'une attention particulière. Ce chapitre vous fournit de nombreuses solutions pratiques pour améliorer les installations et systèmes nécessaires pour le bien-être des agriculteurs. La coopération entre voisins est, bien entendu, la clé de la réussite.

CHECK POINT 30

Assurer l'approvisionnement adéquat en eau potable et en rafraîchissements au lieu de travail.

AVANTAGES PROCURES

Procurer de l'eau potable aux agriculteurs travaillant à la ferme ou à la rizière est essentiel. Pour rester en bonne santé et éviter la fatigue, il faut de l'eau salubre. Vous pouvez apporter à la ferme ou à la rizière des récipients d'eau appropriés.

L'eau provenant des rizières et des canaux qui les bordent est polluée par des micro-organismes, des matières fécales animales et d'autres déchets. Vous devez surtout savoir que l'eau des rizières est souvent contaminée par des pesticides, engrais et autres produits chimiques dangereux. Comme l'eau des canaux, elle est impropre à la consommation.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Choisissez des sources d'eau propre et hygiénique pour boire: eau de pluie, eau souterraine. Toutefois, faites bien attention à ces sources: poussière, larves de moustiques et micro-organismes peuvent polluer l'eau de pluie collectée du toit et conservée longtemps dans des récipients. Evitez l'eau souterraine si des pesticides et autres produits chimiques dangereux sont utilisés à proximité.
2 – Faites bouillir l'eau pendant au moins 15 minutes. Versez-la dans une bouteille propre et hermétiquement fermée.
3- Conservez les récipients d'eau dans un endroit sûr, propre et frais.
4- A la fin du travail à la ferme ou à la rizière, jetez l'eau restante.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Travailler au soleil est fatigant. Prenez aussi souvent que possible des pauses. Distribuez de l'eau potable à tous. En période chargée comme la récolte, de nombreux agriculteurs doivent travailler ensemble pour s'entraider. Assignez la préparation et la distribution d'eau potable à une ou plusieurs personnes.

AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

-Avant de faire bouillir l'eau, filtrez la poussière, le sable et autres débris.
- Nettoyez régulièrement le filtre et les conteneurs d'eau potable.
-Pour désinfecter l'eau, les comprimés de Chloram B (Dichloroisocyanurate de sodium) sont utiles et peu coûteux. Faites les dissoudre dans les bouteilles d'eau.
- Ne consommez pas de boissons alcoolisées pendant le travail et les pauses. Cela augmentera la fatigue et le risque d'erreurs et d'accidents. L'alcool ne peut pas remplacer l'eau potable.

A RETENIR
Apportez de l'eau potable à la ferme et à la rizière pour rester en bonne santé et éviter la fatigue.

Figure 131: Eau potable propre placée près du lieu de travail.

Figure 132: Faites bouillir l'eau pendant au moins 15 minutes. Versez-la dans une bouteille propre et hermétiquement fermée.

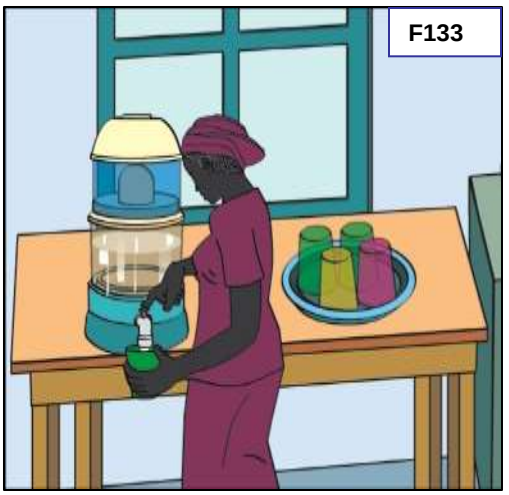


Figure 133: Conservez les récipients d'eau dans un endroit sûr, propre et frais.

Figure 134: Prenez une courte pause pour vous rafraîchir.

CHECK POINT 31

Prendre les repas à des heures régulières et consommer des aliments nutritifs et variés.

AVANTAGES PROCURES

Même en période chargée comme la récolte, vous devez conserver de bonnes habitudes alimentaires. L'agriculteur qui travaille dur a besoin de trois repas réguliers par jour. Les lourds fardeaux et les longues heures de travail consomment beaucoup d'énergie. Fournir seulement deux repas par jour, même copieux, n'est pas une bonne solution. Les repas copieux réduisent l'efficacité au travail. De longs intervalles entre les repas provoquent de la fatigue et font baisser la productivité.

Il faut des repas bien équilibrés, à base d'ingrédients variés tels que viande, poisson, légumes et fruits, pour vous maintenir en bonne santé. De bons repas vous protègent contre la fatigue ou les maladies et aussi, vous fournissent de l'énergie pour finir vos travaux agricoles.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Prenez un petit-déjeuner avant d'aller au travail. Emportez une gamelle et prenez votre déjeuner au travail. Si vous n'habitez pas loin de la ferme, vous pouvez rentrer déjeuner. Après le travail, préparez un bon dîner à la maison.

2- Préparez des repas faciles à emporter pour le déjeuner, ainsi qu'une gamelle et une bouteille d'eau potable.

3- Utilisez dans vos repas des sources de protéines locales à faible coût: petites crevettes, poisson, etc.

4- Construisez un étang de pisciculture et semez légumes et fruits dans votre jardin. Votre famille disposera ainsi de produits alimentaires variés contenant divers éléments nutritifs.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Prenez le petit-déjeuner avec vos voisins à la ferme ou la rizière. Cela vous offre une agréable occasion d'échanger des informations sur les cultures. Vous pouvez aussi partager avec eux des repas nutritifs et délicieux, et apprendre de nouvelles méthodes de préparation de repas sains. Appréciez les moments de bavardage avec vos voisins après le travail.

AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

-Choisissez un endroit agréable et ombragé pour le déjeuner, non loin de la ferme ou de la rizière. Ce peut être au pied d'un grand arbre. Il est aussi bien de construire une case près de la ferme pour manger et se reposer.

-- La cuisine, c'est amusant! En la faisant à tour de rôle, hommes et femmes partagent le plaisir de préparer des repas sains.

A RETENIR

Des repas réguliers et nutritifs préviennent la fatigue, réduisent au minimum les risques d'erreurs et d'accidents et augmentent la productivité.

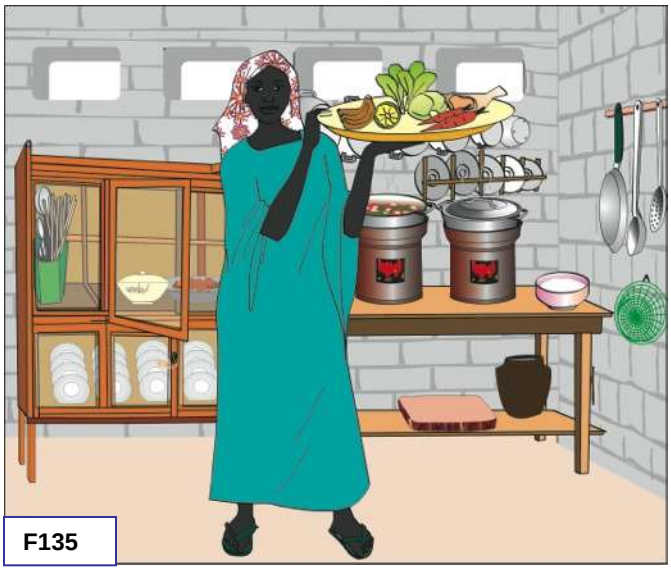
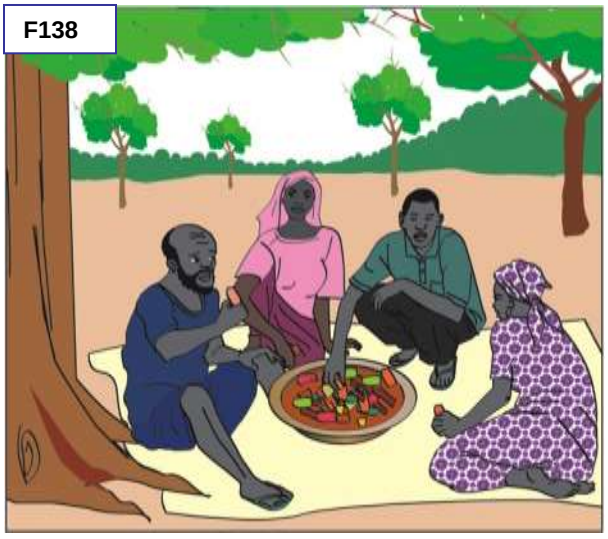


Figure 135 & 136: Consommez suffisamment d'aliments nutritifs pour les repas.

Figure 137 & 138: Prenez des repas réguliers et nutritifs.



CHECK POINT 32

Construire des toilettes et des installations sanitaires propres et hygiéniques.

AVANTAGES PROCURES

Il est important de construire des toilettes pour créer un milieu de vie et de travail salubre. En l'absence de toilettes appropriées, les excréments humains polluent le milieu ambiant, augmentant le risque de maladies d'origine alimentaire ou hydrique. Des installations sanitaires appropriées sont également essentielles pour les agriculteurs et leurs familles.
Il est aussi souhaitable de construire des toilettes hygiéniques à la ferme ou à la rizière si elles sont éloignées de la maison. Cela pour deux raisons: protéger l'environnement et protéger les agricultrices d'éventuels ennuis de santé. Nombre d'agricultrices se retiennent souvent d'uriner à la ferme, simplement parce qu'elles ne disposent pas de toilettes, et évitent aussi de boire pour la même raison. Comme on le sait, les agricultrices sont souvent victimes d'infections des voies urinaires.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Construisez des toilettes hygiéniques pour votre famille. Il existe plusieurs sortes de latrines à faible coût et qui conviennent pour les communautés agricoles. Elles retiennent les excréments humains assez longtemps pour qu'ils soient désinfectés. Placez dans vos toilettes un récipient d'eau, du papier, une poubelle munie d'un couvercle, une brosse et du savon. Nettoyez régulièrement vos latrines avec de l'eau javel pour éloigner les mouches.
2 - Essayez de construire d'autres toilettes près de la ferme ou de la rizière. Vous pouvez le faire avec vos voisins.
3- Les toilettes doivent être bien clôturées, pour préserver l'intimité.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Choisissez avec vos voisins l'endroit où construire des toilettes hygiéniques sur le lieu de travail. Plusieurs agriculteurs peuvent partager ces toilettes quand ils travaillent ensemble. Établissez aussi un plan d'action collective, pour maintenir les toilettes propres.

AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

Prenez la bonne habitude de vous laver les mains en sortant des toilettes. Posez les installations sanitaires nécessaires.

A RETENIR
Des sanitaires à proximité du lieu de travail, ce n'est pas un luxe, mais un besoin fondamental pour chaque famille d'agriculteur.

Figure 139: Installez des latrines hygiéniques à proximité du lieu de travail.

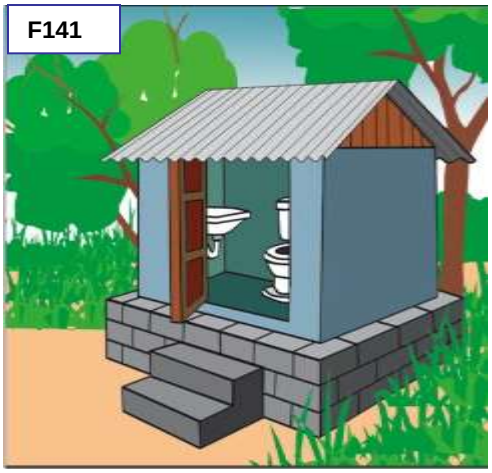


Figure 140 & 141: Les toilettes doivent être bien clôturées, pour préserver l'intimité.

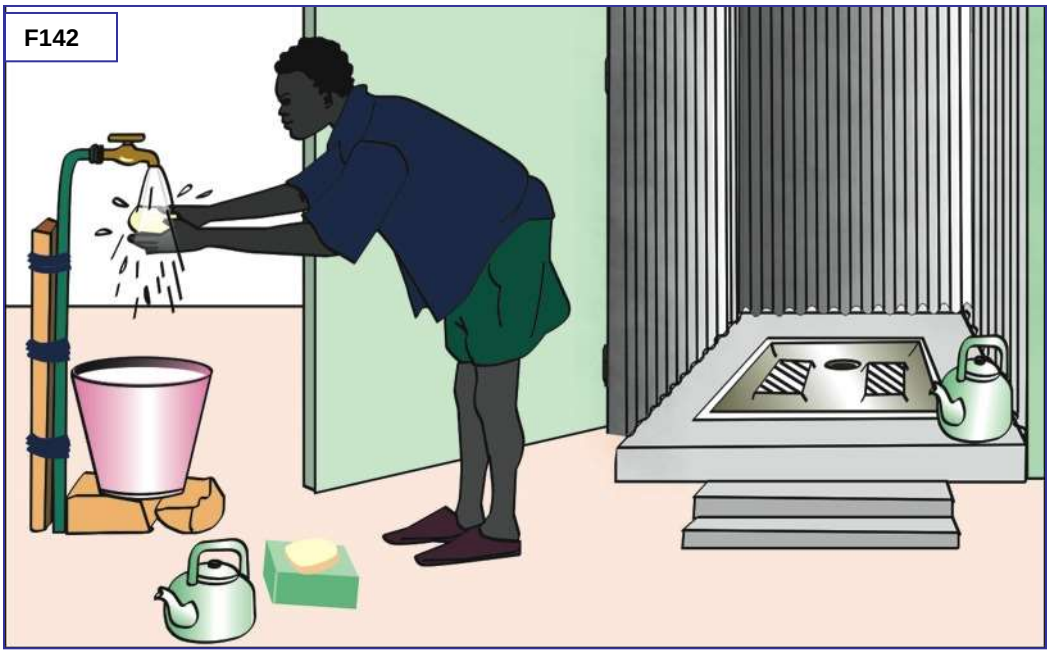


Figure 142: Latrine hygiénique équipée d'appareils sanitaires nécessaires.

CHECK POINT 33

Aménager des coins-repos équipés pour récupérer.

AVANTAGES PROCURES

Les agriculteurs passent une bonne partie de leur vie au champ. Comme à la maison, ils ont aussi besoin de se reposer, se détendre, se rafraîchir et manger, pour récupérer de leur fatigue et rester en bonne santé. Le lieu de travail est souvent hors de la maison. Des coins-repos bien aménagés à la ferme et à la rizière favorisent la récupération. A la maison aussi, ils permettent de se rafraîchir et de récupérer.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Aménagez un coin-repos près de votre ferme ou rizière. Un simple petit abri conviendra. Vous pouvez utiliser des matériaux locaux disponibles comme la chaume de palmier pour la construction. Installez un hamac, un tapis et un lit pour vous allonger.

2- Vous pouvez aussi transformer en coins-repos de petites maisons se trouvant sur le champ, par exemple de petits cottages pour abriter les étangs de pisciculture ou les produits fermiers. Nettoyez les et installez un hamac, un banc, etc.

3- Installez du matériel de détente à la maison: fauteuils à bascule, hamacs, bancs, etc.

4- Plantez des arbres et des fleurs autour de vos coins-repos. Mettez des images ou autres décorations aux murs si vous voulez. Créez un cadre agréable pour votre confort.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Repos égale récupération. Partagez avec vos voisins de bons cadres et de bonnes habitudes de repos. Travaillez ensemble pour aménager un coin-repos à la ferme ou à la rizière et utilisez-le en commun. De jolis cadres de repos favorisent également des conversations agréables avec vos voisins.

AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

Utilisez des matériaux locaux à faible coût pour aménager un coin-repos. Celui-ci peut être rudimentaire s'il ne sert que pendant les périodes de récolte chargées. Mais vous pouvez aussi construire en dur, si vous voulez par exemple y ranger ensemble vos outils et équipements.

A RETENIR

Les coins-repos au travail et à la maison favorisent la récupération et vous permettent, ainsi qu'à votre famille, de maintenir de bonnes conditions d'hygiène. .

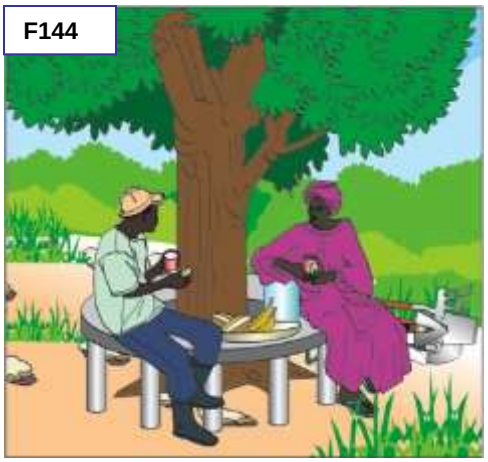
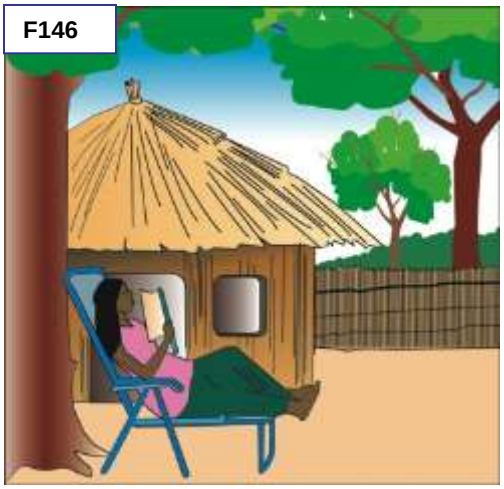


Figure 143 & 144: Case de repos à la rizière.

Figure 145: Courte pause et détente.



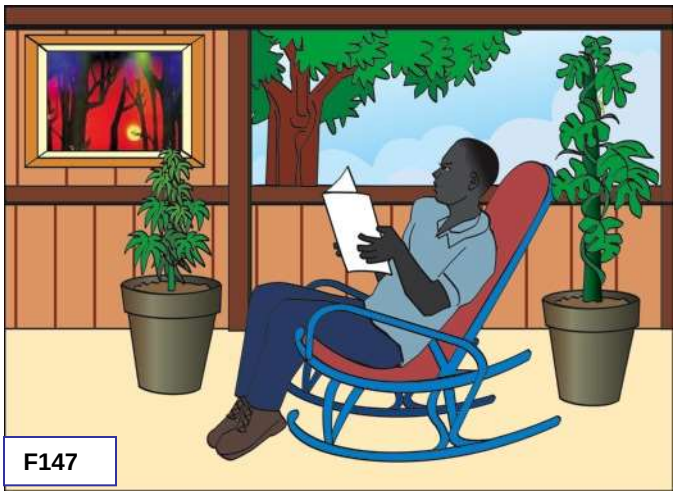


Figure 146 & 147: Chaise pliante pour vous détendre à la maison, après une dure journée de labeur.

CHECK POINT 34

Utiliser des éléments de protection appropriés tels que vêtements, gants, bottes, souliers, chapeaux, casques, pour prévenir les blessures et éviter le contact avec les substances dangereuses.

AVANTAGES PROCURES

Les éléments de protection individuelle mettent certaines parties du corps à l'abri des agents ou substances dangereuses. Utilisez bien ceux que vous avez choisis, sinon vous vous croirez en sécurité alors que c'est faux, ce qui est très dangereux.

Il est très important de vous protéger les pieds contre les blessures. Les agriculteurs ont l'habitude de travailler pieds nus à la rizière ou à la ferme, risquant ainsi d'être blessés par des tessons de bouteilles ou des clous pointus. La blessure à la plante du pied, même petite, augmente les difficultés à travailler. Les blessures sur cette partie du corps sont difficiles à maintenir propres, d'où des risques de complications graves comme l'infection, voire le tétanos.

Chapeaux à larges bords et chemises longues manches vous protègent de la chaleur et du soleil brûlant. Portez des masques de protection appropriés pour manipuler des agents dangereux ou pulvériser des pesticides.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Portez des souliers à semelle épaisse pour marcher sur un sol dur ou sur le jardin maraîcher. Fourrez le pantalon dans les souliers quand vous travaillez sur un sol humide ou boueux. Portez des bottes pour travailler à la rizière.

2- Choisissez des gants adaptés à vos travaux. Epais, ils servent aux travaux nécessitant une force de préhension ou le maniement d'outils pointus: ramassage des feuilles de canne à sucre, désherbage des champs d'ananas, etc. Minces, c'est pour les travaux de précision comme le triage et l'éclaircie des branches. En caoutchouc, ils s'utilisent pour manipuler des produits agrochimiques et des engrais.

3- Choisissez des masques filtrants contenant du charbon activé pour pulvériser des pesticides. N'utilisez pas de masques filtrants expirés.

4- Nettoyez et entretenez régulièrement chaque élément de protection.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Encouragez les gens à utiliser à l'essai un équipement de protection individuelle. Demandez leur d'être patients: il faut du temps pour s'adapter au port de cet équipement. Promouvez régulièrement l'utilisation et l'entretien de l'équipement de protection individuelle.

AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

Vérifiez si le masque est adapté à la forme du visage de l'utilisateur. Le moindre espace entre le masque et le visage peut provoquer des fuites de produits et réduire l'efficacité.

A RETENIR

L'utilisation régulière d'équipement de protection individuelle réduit les blessures et l'exposition aux substances dangereuses.

Figure 148 & 149: Masque filtrant contenant du charbon activé, à utiliser lors de la pulvérisation de pesticides.

Figure 150: Nettoyez et entretenez régulièrement chaque élément de protection.

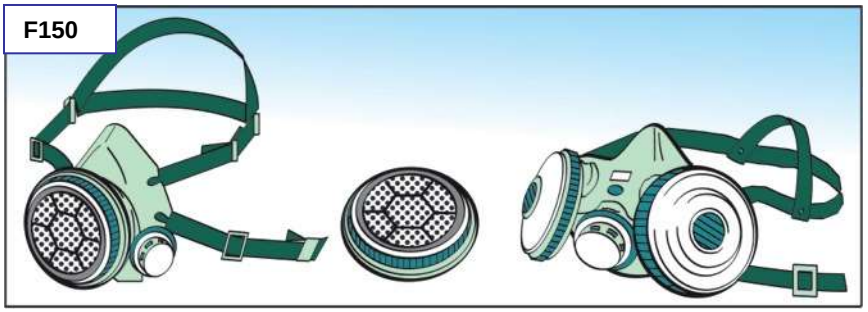


Figure 151: Bottes et souliers utilisés lors des travaux agricoles.

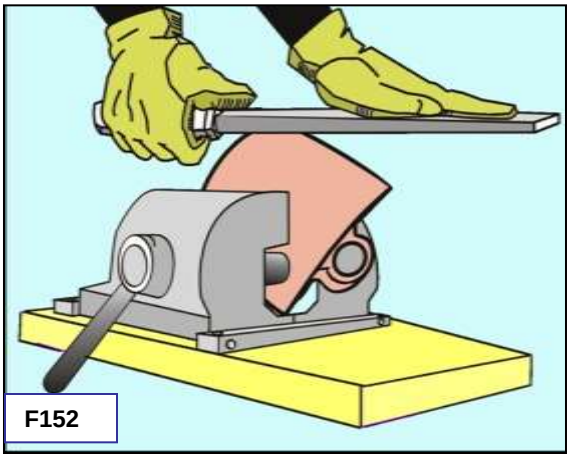


Figure 152: Utilisez régulièrement des gants au travail

CHECK POINT 35

Prévoir du matériel de premiers secours.

AVANTAGES PROCURES

De nombreux agriculteurs vivent loin des postes de soins médicaux, et les systèmes de communication dans les villages ruraux reculés sont souvent mauvais pour les situations d'urgence. Il faut prévoir du matériel de premiers secours près du lieu de travail. Une trousse de médicaments vous aide à faire face aux maladies fréquentes telles que rhume, indigestion, et aux accidents bénins. Pour les cas d'urgence plus sérieux, les trousses de premiers soins peuvent procurer aux patients un traitement préliminaire avant leur évacuation à l'hôpital.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Placez une trousse de premiers soins dans un endroit bien visible et facile à trouver. Mettez-la hors de portée des enfants. Peignez-la en clair et dessinez une croix rouge dessus.
2- Placez les différents groupes de médicaments et de matériel dans des compartiments séparés. Cette disposition est utile pour le traitement d'urgence. Par exemple,
- un groupe pour le traitement des blessures: coton, gazes, alcool, Bétadine, bandages, ciseaux, etc.
- un groupe pour le traitement du rhume, de la fièvre ou des douleurs: médicaments contre le rhume ou essence d'eucalyptus, ventouses, frictions, antipyrétiques et analgésiques tels que paracétamol.
- un groupe pour le traitement des problèmes d'estomac: sels de réhydratation orale (SRO), carbophos, autres médicaments pour l'estomac et les diarrhées, etc.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Faites de l'entraide en donnant des médicaments ou du matériel médical à vos voisins et amis en cas de besoin. Certaines urgences peuvent survenir même la nuit. Echangez des idées sur les moyens d'améliorer le contenu des trousses de premiers soins et de les garder en bon état.

AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

-Etiquetez clairement toutes les bouteilles de médicaments pour éviter des erreurs.
-Contrôlez régulièrement les dates d'expiration des médicaments. Jetez ceux qui sont périmés ou de mauvaise qualité. Bouchez bien les bouteilles de médicaments pour une bonne conservation.
- Choisissez un lopin de terre près de chez vous pour planter des herbes médicinales telles que gingembre, citronnelle, etc.

A RETENIR
Des trousses de premiers soins bien équipées et bien entretenues aideront les membres de votre famille et vos voisins en cas d'urgence.

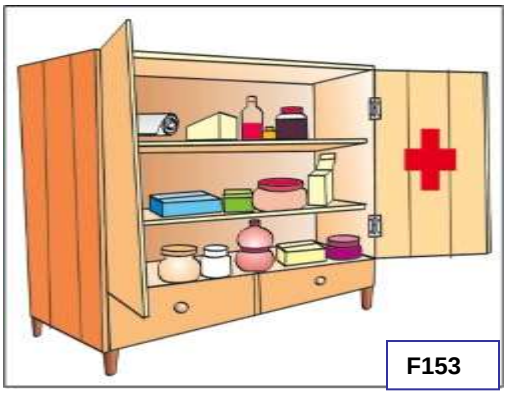


Figure 153 & 154: Trousse de médicaments munie de différents compartiments pour conserver les médicaments et le matériel associé. Marquez la porte d'une croix rouge pour éviter des erreurs.

Figure 155: Jardin familial de plantes médicinales.

CHECK POINT 36

Protéger les enfants pour prévenir les accidents ou les maladies.

AVANTAGES PROCURES

Dans les villages ruraux, les enfants sont confrontés à de nombreux dangers, par exemple noyade dans le fleuve, morsures d'animaux, accidents avec des machines dangereuses, ou exposition aux pesticides et autres agents dangereux. Il est vital de connaître ces dangers et d'apporter des protections adéquates pour prévenir accidents et maladies. Les enfants jouent dans les champs, avec leurs amis. Les parents occupés par leur travail à la ferme ne peuvent pas les surveiller constamment.
Apprenez à vos enfants des mesures pratiques pour être à l'abri des problèmes de sécurité et de santé. Cet apprentissage leur sera utile à l'avenir. Ils créeront dans votre communauté des cadres de vie et de travail sûrs et sains.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Placez des dispositifs de sécurité appropriés aux endroits et installations dangereux, pour empêcher les enfants d'avoir des accidents.
2- Si vous emmenez les enfants à la rizière ou à la ferme, vérifiez les dangers potentiels: machines, passages glissants, exposition aux pesticides… et écartez- les.
3- Les enfants doivent toujours porter des sandales ou des souliers, et être dans de bonnes conditions d'hygiène.
4- Identifiez les dangers chez vous: possibles accidents d'origine électrique, chutes, et prenez des mesures de protection. Rangez régulièrement votre maison. Drainez égouts et caniveaux pour éviter les moustiques. Si possible, faites dormir vos enfants sous des moustiquaires.
5- Utilisez les programmes de services de santé offerts par votre centre de santé. Ils contiennent le calendrier et la liste des vaccinations. Faites proprement vacciner vos enfants et appliquez les directives du centre.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

La sécurité des enfants et des bébés requiert une attention spéciale. Discutez en famille des éventuels dangers et des mesures de protection. Partagez-vous les rôles et responsabilités pour la protection des enfants. Relevez de bons exemples de protection de la sécurité et de la santé des enfants auprès de vos voisins, et appliquez-les à votre famille.

AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

- Des outils appropriés stimuleront le développement des enfants et les rendront plus heureux.
-Habillez vos enfants de couleurs voyantes comme le jaune ou le rouge, pour éviter les accidents de la circulation.

A RETENIR

Gardez vos enfants en sécurité et en bonne santé, et protégez-les des dangers en milieu de travail et en milieu familial.

F156

F157

F158

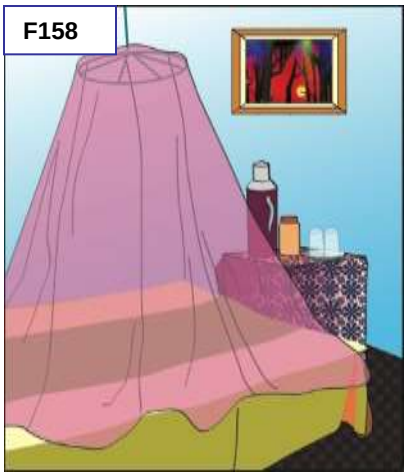
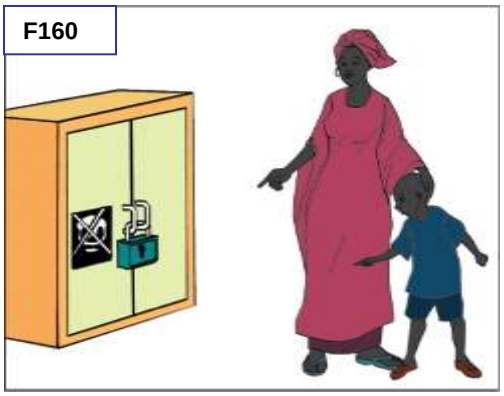


Figure 156, 157 & 158: Protégez les enfants des moustiques en installant des moustiquaires.

F159

Figure 159: Participer au programme de lutte contre les maladies contagieuses.

F160



F161

F162

Figure 160, 161, 162 & 163: Les enfants jouent en toute sécurité.

F163

CHECK POINT 37

Éviter d'exposer les enfants aux pires formes de travail.

AVANTAGES PROCURES

Les travaux agricoles requièrent une force de travail disponible notamment pendant certaines périodes de pointe de l'année. L'exercice de travaux agricoles simples et légers par les enfants dans le cadre familial contribue à leur socialisation pour leur permettre de faire face ultérieurement à leur vie d'adulte

Cependant, si on les astreint à de longues heures de travail et à des travaux dangereux on compromet leur éducation et porte atteinte à leur santé et sécurité.

Au regard de leur constitution physique, les enfants n'ont pas encore atteint un développement physique et mental complet. et ne peuvent en conséquence faire certains types de travaux sous peine de porter atteinte à leur croissance. Au-delà de l'âge de 16 ans les enfants peuvent exercer certaines catégories de travaux agricoles à risques sous réserve qu'ils soient formés et protégés.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Surveillez les enfants à la maison pour qu'ils fassent leurs devoirs et apprennent leurs leçons avant de les utiliser pour faire des travaux familiaux qui ne peuvent dépasser une heure par jour.
2. N'utilisez les enfants que pour faire des travaux simples et légers. Eviter d'astreindre les enfants aux travaux dangereux notamment ceux qui font appel au maniement des machines et de l'électricité.
3. Veillez à l'entretien des enfants (alimentation saine, bains réguliers, habillement propre) en vue de les maintenir en bonne santé.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Les enfants ne sont pas encore des travailleurs agricoles. Par conséquent, leur place est à l'école. Toutefois, en dehors des heures de travail à l'école, il est nécessaire de les initier à des activités de protection de l'environnement.

AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

-Obligez l'enfant à utiliser les équipements de protection individuelle convenables pendant l'exercice des travaux à risques.
- Toujours faire travailler les enfants à côté de soi afin de les surveiller et de les rappeler à l'ordre.

A RETENIR
Tous les enfants ont le doit à l'éducation et à l'instruction. Evitez de les astreindre aux travaux dangereux dans l'agriculture.

F164

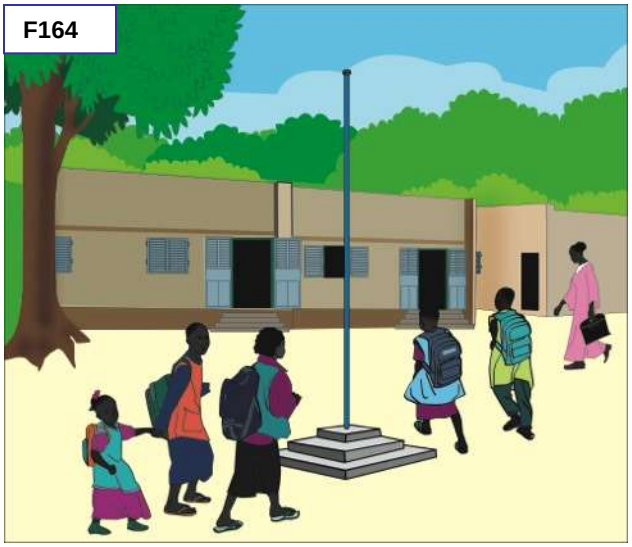


Figure 164: Envoyer t*ous les enfants à l'école.*

F165

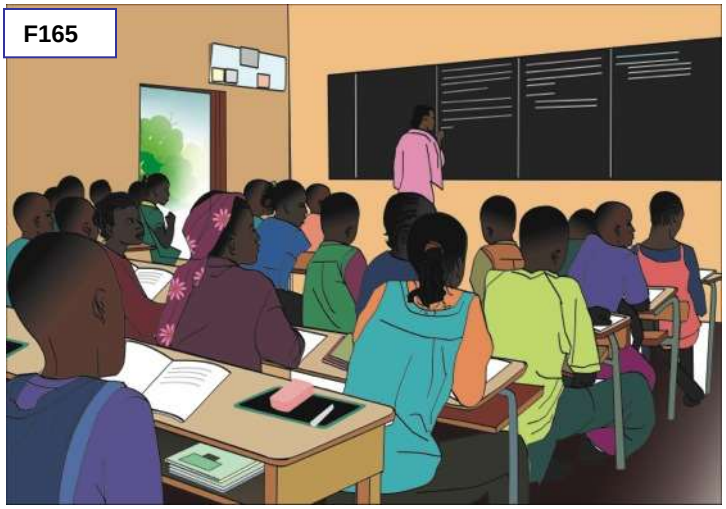


Figure 165: En dehors des heures de travail à l'école, promouvoir la coopération des enfants dans la protection de l'environnement.

F166

Figure 166: Encourager les enfants à apprendre leurs leçons et à faire leurs devoirs à la maison.

CHECK POINT 38

Prendre particulièrement soin des femmes enceintes au travail.

AVANTAGES PROCURES

Les femmes en milieu rural sont actives dans l'agriculture. Lorsqu'elles sont enceintes, elles ont besoin de soins particuliers. Elles doivent éviter les rudes travaux, les travaux qui nécessitent beaucoup de force, les mauvaises postures, les longues heures de travail ou le travail de nuit.

Les femmes enceintes peuvent travailler activement lorsque des mesures de soutien appropriées sont prises. Il faut prendre des mesures pratiques pour leur faciliter le travail. Des méthodes de travail adaptées peuvent améliorer à la fois leur sécurité et leur efficacité au travail.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- N'affectez pas aux femmes enceintes des travaux qui nécessitent beaucoup de force, comme soulever ou porter des objets lourds, surtout en début et en fin de grossesse. La coopération des voisins et de la famille est nécessaire.
2- Affectez-leur des travaux légers dans des positions confortables lorsqu'elles doivent travailler. Prévoyez des sièges et des pauses fréquentes pour le repos.
3- Discutez avec les femmes enceintes des améliorations dont elles ont besoin. Observez leurs conditions de travail pour identifier de possibles solutions. Un soutien pratique leur permettra de travailler en toute sécurité et efficacité. Parfois, des solutions toutes simples marchent très bien.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Relevez des exemples de bon travail adapté aux besoins spéciaux des femmes enceintes. Travaillez ensemble pour appliquer un plus grand nombre d'améliorations. La coopération des voisins est certainement nécessaire.

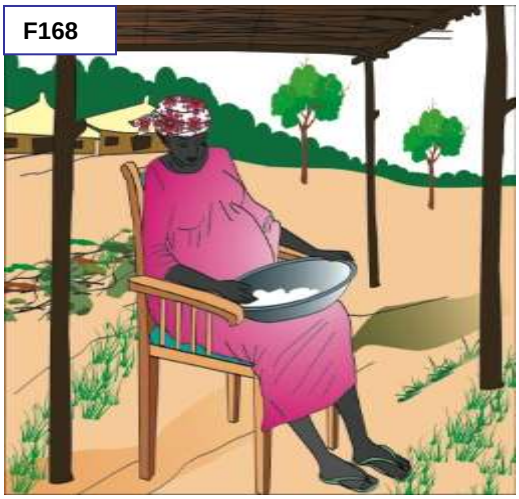
AUTRES SUGGESTIONS PRATIQUES

- Adaptez les services fondamentaux pour le bien-être, comme la fourniture d'eau potable, les coins-repos et les toilettes, aux besoins pratiques des femmes enceintes.

- Faites attention aux besoins spéciaux des femmes enceintes. Des solutions simples comme éviter de manipuler des matériels lourds ou des passages bien dégagés les aideraient beaucoup.

A RETENIR
Offrir aux femmes enceintes un environnement propice au travail, c'est contribuer à la protection de la maternité.

Figure 167: Choisissez un travail facile et confortable au lieu de travail pour les femmes enceintes.



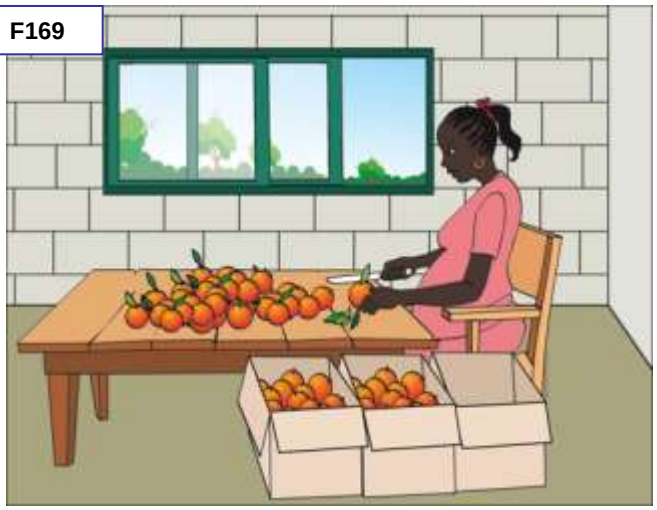


Figure 168, 169 & 170: Procurez une chaise solide et adaptée à la femme enceinte qui participe au travail avec d'autres agriculteurs.

ORGANISATION DU TRAVAIL

De simples changements de l'aménagement du travail produisent souvent des résultats étonnants, par exemple une forte réduction de la distance de transport des matériels. Le temps de travail est un autre domaine important pour la bonne organisation du travail. Il est beaucoup plus productif et sûr de prendre des pauses courtes et fréquentes que de travailler de longues heures d'affilée. Des repos hebdomadaires réguliers favorisent la récupération et assurent un travail productif et sûr. La coopération communautaire et le partage des responsabilités familiales renforceront les liens entre les personnes, rendant leur travail sociable et agréable.

CHECK POINT 39

Mieux aménager le travail pour réduire la distance de transport des matériels et des produits agricoles.

AVANTAGES PROCURES

Le transport de matériels d'un point à l'autre n'ajoute aucune valeur. Les agriculteurs dépensent beaucoup de temps et d'énergie dans le transport de matériels sur de longues distances dans la ferme. Un meilleur aménagement du travail pour raccourcir cette distance réduira votre charge de travail et renforcera la sécurité.

Il est important d'examiner attentivement l'aménagement de votre travail. Eliminez les tâches et les efforts superflus grâce à un meilleur aménagement. Par exemple, si vous pouviez manipuler vos lots de travaux à la même hauteur, vous réduiriez les positions fléchies inutiles, ce qui vous éviterait lumbagos et fatigue.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Observez votre ferme et étudiez le trajet de la maison à la ferme. Y a-t-il des possibilités de réduire la distance en créant un raccourci ou en améliorant les voies?

2- Dégagez et élargissez la voie qui mène des habitations aux champs. Enlevez tous les matériaux superflus et obstacles. Aménagez des ponts sur les petits canaux et des rampes pour les dénivelés. Cette solution facilitera l'utilisation de chariots à bras et réduira le supplément d'effort.

3- De nombreuses zones agricoles sont traversées par des rivières et des canaux. Utilisez-les autant que possible pour transporter facilement vos produits de la ferme à l'habitation, en pirogue.

4- Appliquez les mêmes principes aux postes de travail, pour trier et emballer vos produits. Améliorez le flux de travaux pour éliminer les tâches superflues. Ajustez la hauteur des tables de travail et des chariots à bras au même niveau.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Examinez avec les membres de votre famille et les voisins des moyens pratiques de raccourcir la distance de transport de produits ou matériels agricoles. La coopération entre voisins sera utile pour créer de nouveaux canaux ou voies. Essayez d'abord une solution simple, évaluez les résultats et améliorez la progressivement.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Lorsque vous améliorez l'aménagement du travail, combinez des tâches variées pour un seul agriculteur. Cela rendra le travail plus intéressant et diversifié, et permettra à l'agriculteur d'acquérir des compétences professionnelles variées.

A RETENIR

Raccourcir l'itinéraire de transport grâce à un meilleur aménagement du travail n'ajoute pas de frais, mais réduit la fatigue et améliore le temps de travail et la productivité.

Figure 171: Organisez votre lieu de travail. Les charrettes transportant les produits de la ferme peuvent s'en rapprocher, réduisant ainsi au minimum la distance de transport.

Figure 172 - Dégagez et élargissez la voie qui mène aux fermes. Cette solution facilitera l'utilisation de chariots à bras et réduira le supplément d'effort.

Figure 173 & 174 - Déplacez votre travail à la même hauteur

CHECK POINT 40

Introduire des pauses courtes, fréquentes et prendre des jours de congé régulièrement pour s'occuper des enfants.

AVANTAGES PROCURES

Il est très important d'introduire de courtes pauses pendant le travail, pour récupérer et se rafraîchir. Elles peuvent être courtes (environ 15 à 20 minutes) mais leur fréquence dépendra du volume de travail. Des pauses efficaces préviennent les accidents. Après une pause, on peut travailler efficacement.

Il est dangereux de travailler continuellement, sans pauses, même si vous en prenez de plus longues après avoir fini votre travail. Cela augmente l'impression de fatigue et donc, les risques d'accidents. En outre, la fatigue fait baisser la qualité du travail.

Les repos hebdomadaires sont utiles pour que les agriculteurs se remettent de la fatigue accumulée au cours de leurs activités champêtres. Après ces repos, ils seront en mesure de travailler en étant rafraîchis. Sans ces repos hebdomadaires réguliers, vous n'aurez pas de temps pour les réunions familiales dans une ambiance détendue et amicale.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- A la ferme, choisissez un coin-repos près du lieu de travail. Les agriculteurs peuvent prendre de courtes pauses fréquentes de 15 à 20 minutes.

2- Si possible, construisez une case de repos simple, faite de chaume de palmier près de la zone de travail. Installez des hamacs, tapis ou lits sommaires pour vous étendre après le déjeuner.

3- Accordez des repos hebdomadaires réguliers à tous les membres de la famille. Ils pourront se reposer et s'amuser, ou se consacrer à leurs hobbies.

4- En plus des congés hebdomadaires réguliers, prévoyez de plus longs congés chaque année. Faire des excursions en dehors de votre village serait une expérience merveilleuse pour votre famille, surtout vos enfants.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Les voisins peuvent, ensemble, forger et appliquer l'habitude de prendre de courtes pauses dans leur communauté. L'idéal serait qu'ils puissent construire ensemble un coin-repos à usage communautaire. Les agriculteurs diligents pourraient être peu enclins à prendre des pauses fréquentes. Cela consolide la coopération entre voisins.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Utilisez des matériaux locaux et à faible coût pour construire la case de repos. Certains préféreraient construire un lieu de repos plus durable, qui peut servir pour le stockage d'outils agricoles sur la ferme.

A RETENIR

Des pauses courtes et fréquentes aident à récupérer de la fatigue et à travailler en toute sécurité et efficacité.

Figure 175: Prenez régulièrement de courtes pauses près du lieu de travail.

Figure 176: Un coin-repos simple, à l'ombre d'un arbre.

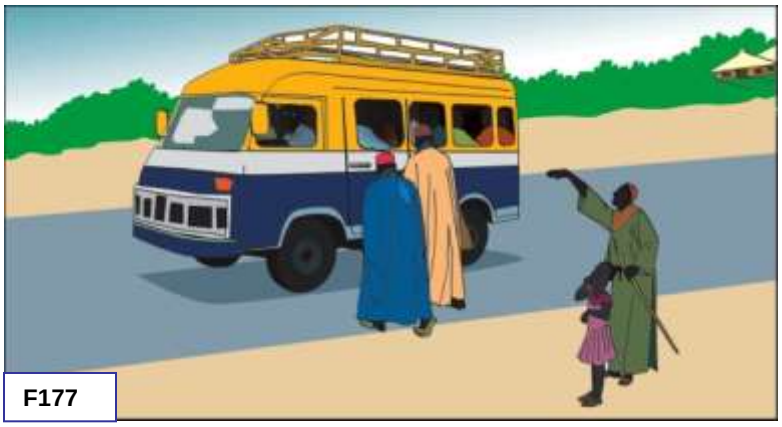


Figure 177: Excursion en famille. Aménagez suffisamment de temps avec votre famille et amusez-vous ensemble.

Figure 178: Shopping en fin de semaine.

CHECK POINT 41

Effectuer ensemble les travaux communautaires.

AVANTAGES PROCURES

Il y a dans la communautés divers travaux pénibles qui nécessitent la coopération de plusieurs personnes. Ce sont par exemple, la construction de routes, de ponts et d'habitations, le forage de puits et de canaux, la récolte dans les rizières et les fermes, ou le déplacement de machines lourdes. Soit autant d'opportunités de renforcer le développement de quartier dans la communauté.
Les travaux communautaire requièrent souvent des qualifications spéciales et des mesures de sécurité. Avec une bonne coopération communautaire, ces travaux sont productifs et sans danger.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Entraidez-vous pour réaliser des travaux communautaires nécessitant qualifications et coopération. Elaborez ensemble un plan de travail pour faciliter la participation.
2- Assurez-vous que des mesures sécuritaires et sanitaires sont en place pour le travail communautaire qui, souvent, peut comporter des aspects pénibles et dangereux comme le travail en hauteur, le transport de matériels lourds ou l'utilisation de machines dangereuses. Des personnes âgées et dotées d'expérience devraient se charger de ces mesures: dispositifs de sécurité, chariots ou protecteurs de machines, et guider les participants pour qu'ils travaillent sans accidents.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Formez un groupe d'agriculteurs volontaires pour aider la communauté à réaliser des travaux pénibles. Ils doivent bien étudier les besoins et priorités de la communauté et préparer soigneusement des plans de travail. Etudiez et déterminez les moyens d'assurer la sécurité et la santé des gens de la communauté qui participent aux travaux.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

On peut étendre la coopération communautaire à divers travaux agricoles: partage de semences et de nouvelles méthodes de cultures, épargne pour l'achat ou la location de machines agricoles coûteuses, etc. Veillez toujours à assurer la sécurité et la santé des gens de la communauté qui participent aux travaux.

A RETENIR
De nombreux travaux communautaires requièrent une bonne coopération. Planifiez-les et préparez-les ensemble. Les mesures sécuritaires et sanitaires doivent être assurées.

F179

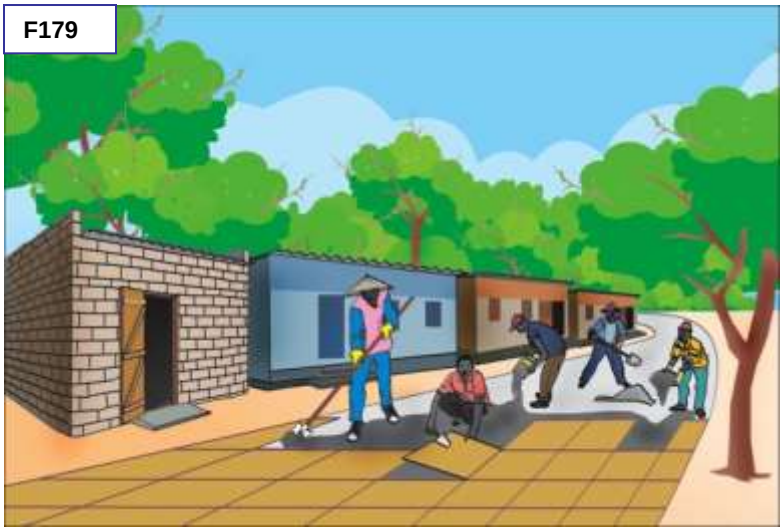


Figure 179: Participez aux travaux de réparation des pistes de production.

F180

Figure 180: Participer aux travaux d'intérêt communautaire.

F181

Figure 180: Partager avec les voisins des informations sur la sécurité du travail agricole.

CHECK POINT 42

Partager les responsabilités familiales pour éviter de surcharger un membre particulier de la famille.

AVANTAGES PROCURES

Tous les travaux agricoles et domestiques peuvent être mieux effectués si les responsabilités sont bien partagées entre les membres de la famille, en fonction de leurs capacités physiques. Hommes et femmes peuvent partager les travaux domestiques et les responsabilités familiales. La coopération est essentielle, que ce soit entre les hommes et les femmes ou au niveau communautaire.
Le meilleur moyen de partager les rôles et responsabilités familiales consiste à ce que chaque membre de la famille connaisse plusieurs travaux domestiques et y participe, par exemple la cuisine, la lessive, les soins aux enfants, le nettoyage, etc. La participation permet d'avoir une nouvelle vision des choses et de s'amuser. Les membres de la familles apprennent les uns des autres et consolident leurs liens.

POUR AMELIORER LA SITUATION

1- Discutez avec les membres de votre famille, pour savoir si l'un d'eux porte trop de responsabilités et est en train de s'épuiser. Il est utile de parler des moyens de partager les rôles et responsabilités.
2- Laissez les membres de la famille assumer divers rôles, en fonction de leurs capacités physiques, au lieu de décider du rôle de chacun. Poursuivez en famille la discussion sur le partage des rôles et changez-les avec souplesse quand l'occasion se présente.

POUR PROMOUVOIR LA COOPERATION

Des communautés entières peuvent promouvoir la discussion sur les moyens de partager les responsabilités familiales pour vivre heureux en famille. Il doit y avoir une pléthore de bons exemples où l'on évite de surcharger un membre particulier de la famille. Echangez des bonnes expériences de ce genre. Promouvez toujours les opinions en faveur du travail égal et du partage des responsabilités entre hommes et femmes.

AUTRES CONSEILS PRATIQUES

Les travaux familiaux et domestiques durent du matin au soir, et il est difficile d'introduire des pauses. Les travaux se poursuivent même les jours de repos. Il est essentiel de s'entraider et de partager les responsabilités.

A RETENIR
Le partage des responsabilités familiales enrichit votre famille et votre vie professionnelle.

F182

Figure 182: Aider la femme à préparer les repas.

F183

F184

Figure 183 & 184: Tous les membres de la famille participent aux travaux agricoles