

Restauration traditionnelle



Informations et conseils
en prévention aux Employeurs

Conseils d'hygiène de vie

Horaires imposés par les heures d'ouverture du restaurant

- Si l'effectif du restaurant le permet, organiser le travail en équipes fixes ou alternantes
- Si possible alterner les personnes qui assurent la fermeture tardive, au-delà de 23 heures ou minuit



Repos hebdomadaire

- Privilégier deux jours de repos consécutifs fixes ou programmés
- Assurer un week-end entier (2 jours) de repos par mois, si possible



Repas

Organiser le travail pour que les repas soient pris :

- Avant le service midi et soir, pour éviter le risque d'hypoglycémie pendant le service
- Avec un temps de pause au minimum de 30 minutes

Sommeil

- Adapter l'heure de reprise du matin en fonction de l'heure de fermeture la veille

Alcool

- Sensibiliser votre personnel sur le danger d'addiction : un verre tous les jours peut devenir une mauvaise habitude



Prévention de l'insuffisance veineuse et des chutes de plain pied

Caractéristiques des surfaces conseillées

En salle

- Privilégier un revêtement souple
- Recouvrir d'un tapis adapté si le sol est en ciment ou en métal (ni trop mou, ni trop épais en caoutchouc-mousse)
- Installer, éventuellement, un tapis « antifatigue » derrière le comptoir de bar



En cuisine

- Prévoir un revêtement antidérapant ; à défaut, des traitements de surface permettent de rendre antidérapant les sols mouillés
- Nettoyer rapidement les salissures susceptibles de faire glisser
- Concevoir un système efficace d'évacuation des eaux de lavage

Se chausser dans la restauration

En salle

- Conseiller les salariés dans le choix de chaussures adaptées à l'activité de service (talon inférieur à 4 cm)

En cuisine

- Équiper les salariés de chaussures de sécurité antidérapantes



Autour de la main

Machines et équipements de travail

- S'assurer que les appareils de cuisine sont conformes aux normes et vérifiés régulièrement
- Sensibiliser les salariés à l'intérêt des protections de sécurité
- Débrancher les machines lors du nettoyage

Couteaux / Coupures

- Laver séparément le matériel coupant
- Ranger au fur et à mesure les couteaux dans un endroit spécifique
- Affûter régulièrement les couteaux
- Ne pas se déplacer avec un couteau dans la main

Brûlures

Mettre à disposition des salariés des gants thermo protecteurs à manchettes et les mettre en garde sur les risques de brûlures :

- Liés à l'utilisation des « torchons mouillés »
- À la sortie de la vaisselle des machines à laver



Trousse de secours

- Vérifier régulièrement que le contenu permette de traiter dans l'urgence une brûlure ou une coupure
- Un contenu type peut vous être proposé par le médecin du travail
- Prévoir et afficher des protocoles d'urgences :
« Brûlure » et « Coupure »

• « Urgences mains » _____ 0 825 00 22 21
• Hôpital Édouard Herriot (Lyon) _____ 04 72 11 63 00
• Clinique du Tonkin (Villeurbanne) _____ 04 72 69 04 04



Le risque chimique

Le risque chimique existe dans vos établissements compte tenu du caractère irritant ou corrosif de certains produits « professionnel » et des quantités utilisées.

Conseils d'achats

- Privilégier certaines formes, les tablets et les crèmes, plutôt que les poudres et les liquides ; privilégier les sprays moussants moins dangereux que les aérosols
- Choisir les produits sans pictogramme. Savoir que la dangerosité croît dans l'ordre Xi, Xn, C, T



Xi - Irritant



Xn - Nocif



C - Corrosif



T - Toxique

Conseils de stockage

- Séparer les aliments et les produits chimiques
- Éviter le stockage de certains produits entre eux dans une cuisine surtout l'ammoniaque et l'acide chlorhydrique
- Éloigner les produits de toute source de chaleur



Conseils aux salariés qui les utilisent

- Désigner et former une personne à l'utilisation des produits les plus nocifs
- Les équiper :
 - de gants de protection épais à manchettes remontant jusqu'aux coudes, à jeter lorsqu'ils sont percés
 - de lunettes pour certaines opérations précises avec des produits étiquetés C (corrosif) ou avec des phrases de risques R41 (lésions oculaires graves)
- Ouvrir les fenêtres pendant l'utilisation de spray aérosol ou de tout produit inflammable

• **En cas d'urgence** : consulter un médecin ou un service d'urgence.

• **Si brûlure cutanée** : laver à grande eau pendant 10 minutes.

• **Si projection oculaire** : prévoir une douche oculaire (douchette) à pratiquer le plus tôt possible pendant 20 minutes.

Pour aller plus loin...

- Lire les phrases de risques à côté de l'étiquetage
- Se procurer les Fiches de Données de Sécurité (FDS) des produits pour connaître les conseils de stockage, de lutte contre l'incendie, de soins d'urgence et gestion de déchets

• Exemples de sites : www.diese-fds.com ; www.metro.fr ; www.promocash.com

Prévention des douleurs articulaires

Dès la conception ou l'installation des locaux

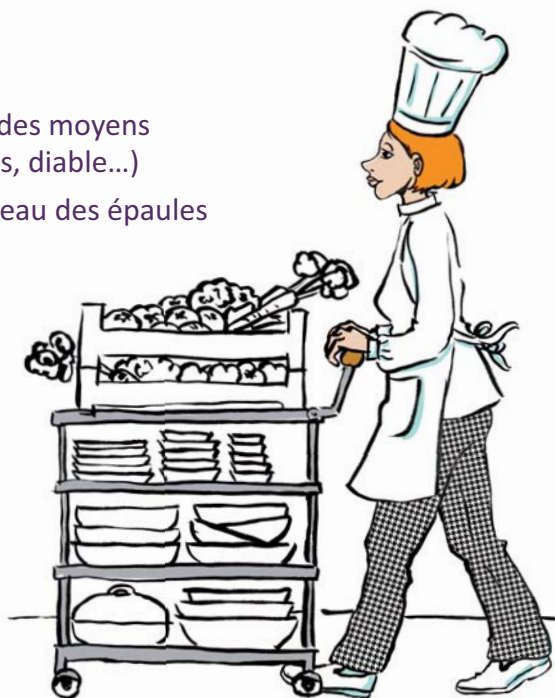
Réfléchir à l'implantation et à l'organisation de votre restaurant (cuisine, réserve, salle) :

- Privilégier la proximité entre les réserves et la cuisine et/ou le bar (pour les boissons)
- Étudier la possibilité d'installer un monte-charge si présence de plusieurs niveaux
- Optimiser l'organisation des petites cuisines : plan de travail, rangements, circulation (moins de déplacements pendant le service)

Rechercher la meilleure organisation possible.

Pendant l'activité

- Mettre à disposition du personnel des moyens de manutention (chariot à roulettes, diable...)
- Ne pas stocker plus haut que le niveau des épaules
- Utiliser des couteaux efficaces et adaptés pour éviter les flexions du poignet
- Privilégier les livraisons par les fournisseurs et/ou des livraisons plus fréquentes avec de plus petites quantités



**Impliquer les salariés dans la recherche de solutions.
Écouter tout signe d'alerte des salariés.**

Gestion de l'agressivité

Comment réagir face à un conflit avec un client (incivilité, agression verbale ou physique)

- Élaborer une conduite à tenir en cas d'agression : former et informer les nouveaux embauchés et les intérimaires aux techniques pour désamorcer les situations de conflit
- Faire le point régulièrement pour rappeler ces conduites à tenir à tout le personnel
- Organiser le travail pour limiter les temps d'attente ou tout autre motif d'insatisfaction du client
- Limiter le travail isolé et permettre le recours à un collègue ou à un supérieur hiérarchique en cas d'agression
- Mettre en place des moyens de vidéo-surveillance ou alarme si possible
- Afficher les numéros d'urgence (police, pompiers...)
- Laisser libre d'accès les issues de secours



En cas d'agression

- Appeler les secours.
- Déclarer l'accident du travail dans les 48 h à la CPAM du salarié même en l'absence de blessure physique ou d'arrêt de travail (formulaire S 6200).
- Dans les 24 h, remettre au salarié une feuille d'accident, lui permettant une prise en charge des soins à 100 % sans avance de frais (formulaire S 6201).
- Apporter un soutien actif aux salariés : permettre une consultation spécialisée rapide aux services d'urgences de l'hôpital Édouard Herriot ou du Centre Hospitalier Lyon-Sud.
- Accompagner et organiser la solidarité professionnelle autour de la victime pour un éventuel suivi psychologique et pour les démarches auprès des services de police et de justice.
- Maintenir un contact régulier et prolongé avec la victime même durant sa convalescence pour permettre une meilleure réintégration au poste de travail.
- Informer le médecin de travail qui peut également intervenir dans la prise en charge des victimes et si nécessaire, peut organiser un suivi psychologique, aussi bien pour la victime que pour les salariés témoins.

**Inviter tous les salariés à ne pas rester seuls.
Parler de l'événement tous ensemble.**

Actions de prévention

Typologie des accidents les plus fréquents dans la restauration

- Sol glissant, dénivelés... → Chutes, contusions...
- Manipulations et manutentions manuelles → Douleurs articulaires et dorsales
- Utilisation d'outils à mains (couteaux) → Coupures

Prévention des risques professionnels : votre Service de Santé au Travail vous accompagne...

- **Notre équipe pluridisciplinaire** (médecins, ergonomes, ingénieur en risque chimique, conseillers en prévention, psychologues...) peut vous accompagner dans vos démarches de prévention :
 - Accompagnement dans l'élaboration de votre **Document Unique** d'évaluation des risques professionnels
 - Prévention du **risque chimique** : sensibilisation du personnel, évaluation du risque chimique...
 - Prévention des **Troubles Musculo-Squelettiques** (TMS) : identification des risques, sensibilisation, diagnostic et conseils sur les situations de travail, conseil pour l'aménagement d'un poste...
 - Prévention du **risque psychosocial** : identification des enjeux pour votre entreprise, conseils, accompagnement des salariés...
- **Par l'intermédiaire de votre médecin du travail**, un conseiller en prévention santé travail peut vous rencontrer pour aborder avec vous les risques professionnels de vos salariés, les besoins de votre entreprise, et vous conseiller dans le choix des équipements collectifs et individuels...

**Un seul objectif : éviter les altérations de la santé des salariés.
N'hésitez pas à contacter votre médecin du travail !**



100, rue du 4 août 1789
69627 Villeurbanne Cedex
Tél. 04 72 11 38 72
www.astgrandlyon.fr

Élaboré par l'AST Grand Lyon en partenariat avec :

