

Cuisine de restaurant, les ingrédients de la prévention !

Chutes, coupures, douleurs, stress...
L'addition peut vite être salée !



Au menu

Un assortiment de conseils pour prévenir les risques, accompagné d'un soupçon de rappels réglementaires et assaisonné de quelques outils et fiches pratiques...

CHUTES ET
GLISSADES
1/3 des accidents !

Risques principaux



🌀 Pour éviter les glissades

- Un revêtement de sol en bon état, antidérapant, facile à nettoyer et répondant aux exigences d'hygiène.
- Une bonne évacuation des eaux de lavage.
- Des chaussures de sécurité antidérapantes (norme SRC).
- Des moyens d'accès en hauteur sécurisés et antidérapants.

🌀 Pour éviter les chutes dans les escaliers

- Des escaliers en bon état et toujours dégagés, avec au moins une main courante, des nez de marche antidérapants et visibles ainsi qu'un système d'éclairage suffisant (min 200 lux).
- Quand c'est possible, un passe-plat ou un monte-charge.

🌀 Pour éviter les collisions

- Des réserves débarrassées des produits ou des matériels qui encombrent le sol, des rayonnages supplémentaires.
- Des hublots aux portes.

LOMBALGIES ET TROUBLES
MUSCULO-SQUELETTIQUES



🌀 Pour limiter les contraintes posturales

- Des produits et des matériels rangés en fonction de leur poids et de leur utilisation (charges lourdes à hauteur du bassin, objets légers / utilisés fréquemment à une hauteur comprise entre la mi-cuisse et les épaules, produits rarement utilisés au niveau du sol ou de la tête, rien au-dessus d'1,80 m).
- Des plans de travail en nombre suffisant, bien dégagés et à bonne hauteur grâce à des plateaux réglables.
- Une ou plusieurs rehausses de fond au poste de plonge.

🌀 Pour limiter les efforts physiques

- Des couteaux adaptés aux tâches à réaliser (épluchage, découpe...), en nombre suffisant, en bon état, affûtés et aiguisés.
- Des assiettes, plats, batteries... en matériaux légers et facilement préhensibles. Un dialogue avec les fournisseurs sur les conditionnements des livraisons pour réduire leur poids unitaire, leur taille...
- Des équipements d'aide à la manutention.

LES COUPURES Surtout aux mains !

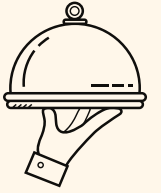


🌀 Pour éviter les coupures

- Des gants ayant un indice de résistance à la coupure de niveau 4 ou 5 pour la découpe et l'épluchage, adaptés au contact alimentaire, en bon état et de taille ajustée.
- Des rangements à couteaux bien identifiés et simples d'accès, proches des plans de travail.
- Une solution de traitement de l'eau pour éviter l'essuyage manuel des verres.
- Une utilisation systématique des éplucheurs / l'élimination de toute vaisselle ébréchée.
- Des bacs de lavage et de rangement spécifiques pour les outils coupants.

Autres risques

CHAUD DEVANT !



Pour limiter le stress, éviter les conflits, travailler dans une ambiance favorable et mieux gérer le "coup de feu".....

🌀 Pour éviter les brûlures et incendies

- Des zones d'attente pour les plats encore chauds et des protections pour les saisir.
- Un dispositif pour limiter la température de l'eau.
- La friteuse placée loin des points d'eau et des feux vifs.
- Une vérification annuelle des extincteurs et des salariés formés à leur bonne utilisation.
- Une vérification annuelle de l'installation électrique suivie de la réalisation des travaux préconisés.

🌀 Pour limiter les polluants dans l'air

- Une bonne ventilation de la cuisine et de la plonge avec un apport d'air frais.
- Une hotte au-dessus des zones de cuisson et de friture pour évacuer les fumées, ainsi qu'une extraction raccordée au lave-vaisselle pour évacuer l'humidité.
- Une vérification et un nettoyage réguliers de la hotte aspirante et des gaines de ventilation.
- Un bain d'huile de friture qui ne doit pas dépasser 180°C (la surchauffe accroît l'émission de substances toxiques et le risque d'inflammation !)

- Une définition claire de la répartition des tâches et une diversification de celles-ci.
- Une bonne adéquation entre compétences et tâches à effectuer.
- Des pauses aménagées dans l'organisation du travail et un lieu de détente confortable.
- Une communication renforcée et fluidifiée grâce à des outils et des temps d'échanges organisés.
- Des temps de sommeil et de récupération adaptés.
- Des règles définies pour encadrer la consommation d'alcool, de tabac... et une information sur les risques liés aux addictions.



TOUT LE MONDE Y GAGNE !

Une bonne ambiance de travail a forcément un impact positif sur le ressenti de la clientèle !

🌀 Pour limiter le bruit

- Des voyants lumineux plutôt que des signaux sonores.
- Des matériaux qui absorbent le bruit et des équipements insonorisés (compresseurs isolés, chariots avec roues en caoutchouc de grand diamètre...).

🌀 Pour nettoyer en sécurité

- Des produits non/peu dangereux, conservés dans leur contenant d'origine bien étiqueté et rangés en sécurité.
- Des gants adaptés avec des manchettes longues, des bottes en plonge et un tablier imperméable.

🌀 Pour éviter les infections

- Des lavabos à commande non manuelle, du savon et des essuie-mains à usage unique.
- Des armoires vestiaires à double compartiment.
- Des équipements permettant le séchage de la tenue de travail (sèche-bottes/chaussures/gants...).
- Des gants pour le contact alimentaire et des pansements propres et étanches en cas de plaie à la main.



Quelques rappels et références

- ★ **L'employeur doit évaluer les risques professionnels, assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs. À cette fin, il met en place des mesures de prévention et de protection ainsi que des actions de formation/ information.**

➤ **À savoir** : 2/3 des victimes d'accident du travail en restauration traditionnelle ont moins d'un an d'ancienneté. Il est donc primordial d'organiser l'accueil « sécurité » des nouveaux embauchés et de mettre en place un tutorat !

PREVEAM vous accompagne dans toutes ces démarches, n'hésitez pas à nous solliciter !

L'INRS est une mine d'information et d'outils pour identifier, évaluer et prévenir vos risques professionnels. Vous pouvez, entre autres, y télécharger :

- **OIRA**, un logiciel en accès libre pour réaliser votre document unique d'évaluation des risques professionnels et définir un plan d'action de prévention adapté à votre établissement
- **MAVImplant** – Restauration, un outil conçu par l'INRS en partenariat avec CCI France pour aider gratuitement les restaurateurs à aménager leurs locaux de travail
- **ED880** – La restauration traditionnelle : Prévention des risques professionnels
- **ED933** – La restauration rapide : Prévention des risques professionnels
- **ED6075** – La restauration collective : Aide au repérage des risques professionnels

Par ailleurs, vous trouverez une liste de **revêtements de sol** adaptés sur le site [www. agrobat.fr](http://www.agrobat.fr) et de nombreuses informations concernant **les addictions** sur le site [www. addictaide.fr](http://www.addictaide.fr)

Enfin, vous pouvez également vous référer nos plaquettes :

- **Mémo DU cuisinier**
- **Les produits du quotidien, pas si anodins !**
- **Matériel de premiers secours et conduites à tenir** en cas de malaise et accident (attention, toute plaie de la main doit être examinée même si elle paraît anodine !)

Pour tout complément d'information, contactez notre équipe d'intervenants: prevention@preveam.fr