



SERVICE INTERENTREPRISE DE SANTÉ AU TRAVAIL

SIST CARCASSONNE
27B, boulevard Marcou
11000 CARCASSONNE

Tél : 04 68 11 93 33
Fax : 04 68 47 19 59
contact@sist-carcassonne.com

LES RÈGLES ET RISQUES PROFESSIONNELS EN RESTAURATION RAPIDE



Se laver les mains est le geste de base de l'hygiène.
C'est respecter le produit alimentaire et respecter le client.

RÈGLES DE BASE

- Ongles courts, sans vernis, sans bijoux, ni montre
- Manches courtes

JE ME LAVE LES MAINS

QUAND ?

- Après m'être mis en tenue (vêtements, ceinture, casquette et sur-chaussures anti-dérapantes) et m'être coiffé

JE ME LAVE LES MAINS

- Avant de prendre mon poste de travail et au départ du poste,
- Avant et après les repas,
- Avant et après être aller aux toilettes,

- Après m'être mouché,
- Après avoir fumé,
- Après avoir manipulé des objets souillés.

ATTENTION !!!!!

- Les sur-chaussures ne dispensent pas d'être très prudent
- sur sol mouillé
 - ou rendu glissant (chambre froide, frigorifique)



À ÉVITER !

Postures contraignantes lors du transport de charge :

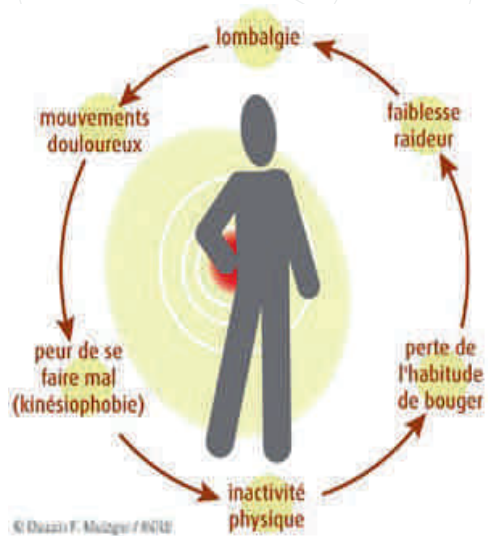
- bras tendu à l'horizontal,
- bras levé au dessus de la tête,
- dos courbé,
- **TORSIONS ET FLEXIONS** du corps, du dos, du cou.
- Charges encombrantes ou difficiles à saisir.
- Avoir une longue distance à parcourir avec la charge.



À FAIRE

Même si la charge est légère (< à 5 kg)

- Se rapprocher de la charge,
- Plier les genoux et
- Utiliser la force des jambes,
- Rechercher l'équilibre,
- Fixer la colonne vertébrale,
- Utiliser les bras en traction simple,
- S'assurer une bonne prise,
- Orientation des pieds dans le sens du déplacement prévu.



**JE PRENDS SOIN DE MON DOS EN PRATIQUANT
UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE QUOTIDIENNE.**

(étirements, tonification et relaxation)

RECEPTION DES MARCHANDISES

Lors de la réception des marchandises, la manutention est plus importante.

JE PRENDS SOIN DE M'ÉCHAUFFER par quelques mouvements d'étirements avant l'arrivée de la livraison.

Je m'assure que les accès soient dégagés et je sais où chaque charge doit être rangée.

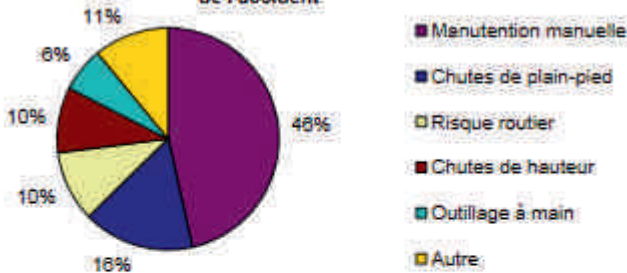
Le rangement doit être réalisé correctement afin d'éviter les chutes de cartons de marchandise.



CAUSES DES ACCIDENTS DU TRAVAIL EN RESTAURATION RAPIDE

(Source CNAMTS, 2013)

Répartition des AT suivant le risque à l'origine de l'accident



Répartition suivant le risque à l'origine de l'accident (ordre décroissant)

Risque à l'origine de l'accident	%
Manutention manuelle	48%
Chutes de plain-pied	16%
Risque routier	10%
Chutes de hauteur	10%
Outillage à main	6%
Autre	11%



Les étagères ne sont pas des échelles !!!

BRÛLURE

ATTENTION aux Clams, Toasteurs et à l'huile très chaude des friteuses !!

Faire couler de l'eau fraîche le long de la brûlure **AUSSI LONGTEMPS QUE POSSIBLE**, cela atténue la douleur et diminue l'importance de la brûlure.

Ne pas diriger l'eau directement sur la brûlure.

Ne pas enlever les vêtements s'ils sont collés à la peau.

- **Brûlure légère** : Après l'avoir passée sous l'eau, appliquer une pommade type Biafine®

- **Brûlure grave** : Après l'avoir passée sous l'eau,



JE PREVIENS LES SECOURS !

PLAIES / COUPURES

NETTOYER LA PLAIE À L'EAU ET AU SAVON.

Appliquez un désinfectant local avec une compresse stérile.

PROTÉGER LA PLAIE D'UN PETIT PANSEMENT jusqu'à ce qu'une croûte se soit formée. Puis laisser cicatriser à l'air libre.

SI LA PLAIE EST PROFONDE, comprimer la coupure pendant **AU MOINS 5 mn** avec votre doigt ou votre paume.

Lorsque le saignement s'atténue enveloppez-la d'un linge propre et contactez

LE MÉDECIN QUI JUGERA S'IL FAUT FAIRE DES POINTS DE SUTURE.

