SAFE AT WORK

Guide d’animation pédagogique

Sécurité et protection de la santé dans l’hôtellerie-restauration



V02/Août 2026

INTERKANTONALER VERBAND FÜR ARBEITNEHMERSCHUTZ - **IVA**
ASSOCIATION INTERCANTONALE POUR LA PROTECTION DES TRAVAILLEURS - **AIPT**
ASSOCIAZIONE INTERCANTONALE PER LA PROTEZIONE DEI LAVORATORI - **AIPL**

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Financé par la CFST
www.cfst.admin.ch

Sommaire

Pourquoi ce guide ? 3

15 fiches pédagogiques 4

Fiche 1 : Trébucher, glisser, tomber 5

Fiche 2 : Tomber, chuter de hauteur 11

Fiche 3 : Blessures par perforation et coupures 15

Fiche 4 : Coupures dues à des bris de verre ou des morceaux de vaisselle 19

Fiche 5 : Manipulation de substances dangereuses 23

Fiche 6 : Protection de la peau 33

Fiche 7 : Soulever, porter et déplacer des charges 40

Fiche 8 : Attention à l'électricité / au courant 48

Fiche 9 : Manipulation de bouteilles de gaz 58

Fiche 10 : Brûlures 64

Fiche 11 : Le gaz carbonique (CO_2) dans les dispositifs de soutirage 70

Fiche 12 : Solariums 75

Fiche 13 : Bassins 81

Fiche 14 : Saunas 93

Fiche 15 : Salle de sport 99

Contacts/Liens 105

Pourquoi ce guide ?

Ce guide propose une méthode pour valoriser et renforcer la campagne de prévention initiée en 2019 sous le label SAFE AT WORK pour la branche de l'hôtellerie. Cette campagne met l'accent sur les 15 risques d'accidents les plus fréquents et est assortie d'affiches destinées à soutenir les établissements gastronomiques et hôteliers dans leurs efforts visant à améliorer la protection de la santé et la sécurité au travail.

À qui s'adresse ce guide en particulier ?
Ce guide s'adresse à tous les acteurs qui sont amenés à traiter la thématique de la santé et sécurité au travail dans la branche de l'hôtellerie, que ce soit dans le cadre d'instructions dans les établissements gastronomiques et hôteliers ou de formation dans des écoles professionnelles. Il peut s'agir par exemple du public suivant :
– Personnes en charge de la santé et sécurité au sein de l'établissement
– Maîtres d'apprentissage en entreprises
– Enseignants dans des écoles professionnelles spécialisées
– Intervenants dans des cours inter-entreprises

Quels sont les objectifs du guide ?
Ce guide d'animation pédagogique est un document qui accompagne le responsable de la sécurité et le formateur. Il vise à soutenir, aiguiller et encourager le public-cible à aborder et thématiser de façon systématique et avec compétence les 15 dangers les plus courants dans les établissements gastronomiques et hôteliers.

Comment utiliser ce guide ?
Il n'est pas toujours évident pour le responsable ou le formateur de transmettre ses connaissances, de montrer ses astuces de métier ou de partager ses valeurs. Ce guide ne propose pas de mode d'emploi, mais donne des pistes et offre des outils pour traiter ces thèmes. Il propose des supports variés afin que chaque formateur puisse choisir et utiliser les outils les plus appropriés au contexte de formation dans lequel il se trouve. Ceci est important dans la mesure où les outils doivent être utilisés dans des écoles, mais aussi en entreprise, où le matériel nécessaire à des projections n'est pas toujours à disposition.

Formulation tenant compte du genre
Ce guide contient des formulations neutres quant au sexe ou tenant compte du genre. Pour des raisons de style, il a toutefois été renoncé dans la plupart des cas à la formulation tenant compte du genre. La forme masculine doit donc être comprise comme un masculin générique qui fait référence aussi bien aux femmes qu'aux hommes.

Quel est le matériel à disposition ?

Le guide d'animation pédagogique
Ce document représente le carnet de bord du formateur. Il décrit les différents éléments qui composent l'action de formation dans les établissements gastronomiques et hôteliers. Il est accessible en téléchargement sur le site internet de SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch).

15 modules de formation
Les modules de formation sont composés des outils suivants :
– Une fiche pédagogique, avec des commentaires pour le formateur.
– Une présentation PowerPoint
– Un film de prévention (selon le module)
– Une affiche

Les modules de formation ont été conçus pour durer environ 15 à 30 minutes. Ils sont adaptables et peuvent être dispensés directement sur le lieu de travail ou dans une salle de formation. Ces outils sont accessibles en téléchargement sur le site internet de SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch).

15 fiches pédagogiques

L'action de formation propose 15 fiches pédagogiques. Ces fiches correspondent aux 15 thèmes de la campagne « Sécurité et protection de la santé dans l'hôtellerie » réalisée en 2019. Elles ont pour objectif d'accompagner le formateur dans sa démarche de formation. Les fiches suivent la structure suivante :

1) Présentation du thème
2) Traitement du thème
3) Prise de conscience
4) Film
5) En pratique
6) Amélioration

Des pictogrammes figurent sur les fiches pédagogiques. Ils indiquent en quoi consistent les séquences de formation.


Questions aux participants


Conseils/suggestions/idées


Conseils d'utilisation

Comment préparer une séance de formation ?
– Imprimer la fiche pédagogique du module choisi et en prendre connaissance.
– Télécharger les autres outils (film, affiche, présentation PowerPoint) sur le site internet de SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch).
– Planifier une séance d'environ 15 à 30 minutes avec le personnel concerné.
– Préparer la séance en fonction des moyens à disposition ; possibilité de visionner le film ou non.
– Éventuellement se documenter sur le sujet.
– Éventuellement faire une tournée des lieux et identifier des problèmes et/ou des solutions liés au thème qui sera traité.
– Éventuellement prendre des photos dans l'établissement pour illustrer le thème et en parler lors de la séance.
– Consigner la formation au moyen d'une attestation de formation. Important : ce qui n'a pas été documenté par une signature n'a officiellement pas eu lieu.

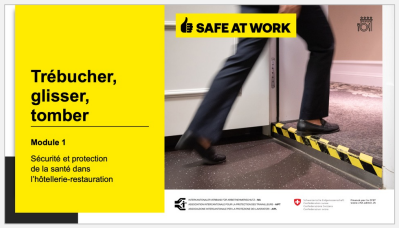
Lire et télécharger les films

Un clic sur l'image avec le symbole de lecture ouvre le film dans le navigateur. Une connexion Internet est nécessaire. Le symbole de téléchargement ou le texte « Cliquez ici pour télécharger le film. » permet de télécharger le fichier vidéo.

Pour une formation sans Internet, télécharger le film au préalable et l'ouvrir séparément. Les liens dans la présentation continuent à renvoyer au site Internet.

Fiche pédagogique – Module 1

Trébucher, glisser, tomber

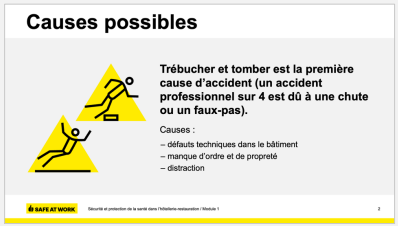


Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 15 à 25 minutes.

Notes



Traitement du thème (~ 4')

Slide 2

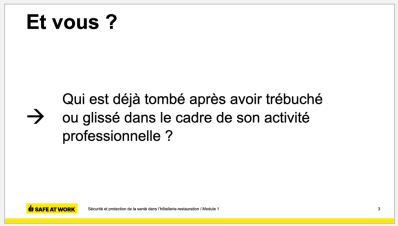
Pour la plupart d'entre nous, marcher est une activité naturelle d'apparence inoffensive. Mais la réalité est toute autre : le risque d'accident en marchant est largement sous-estimé. Trébucher et tomber est la première cause d'accident en Suisse. Chaque année, plus de 60 000 personnes trébuchent et se blessent au travail. Un accident professionnel sur quatre est une chute ! Dans la vie de tous les jours (loisirs, hors accidents sportifs), cela concerne même plus de 120 000 personnes.

Les causes des accidents par trébuchement sont diverses. Les défauts techniques dans le bâtiment, le manque d'ordre et de propreté sur le lieu de travail ainsi que la distraction des collaborateurs sont sources de nombreuses souffrances et de coûts élevés. Quatre rentes d'invalidité sur dix ont pour origine un accident par trébuchement ou chute.

Le trébuchement, le dérapage ou la chute est un accident qui se produit alors qu'il n'y a pas de dénivelé. Ce n'est pas une question de hauteur. Dans ce dernier cas, on parle de chute de hauteur. Une chute de plain-pied est un accident au cours duquel la victime a été déséquilibrée, sans pour autant effectuer un travail en hauteur. Dans les établissements gastronomiques et hôteliers, il s'agit d'un accident au cours duquel le déroulement d'une tâche est perturbé parce que la personne :
– trébuche à cause d'un câble, sur le seuil, etc.
– glisse sur un sol humide, un tapis roulé, etc.
– se cogne à un collaborateur qui vient à sa rencontre, un bidon, etc.
– se prend le pied dans un tapis, un câble, etc.

Les achoppements, c'est-à-dire les obstacles sur lesquels on bute, peuvent être nombreux dans un établissement. Leurs conséquences peuvent être multiples : par ex. contusions, entorses, fractures, commotion.

Notes



Prise de conscience (~ 4')

Slide 3

Qui est déjà tombé après avoir trébuché ou glissé dans le cadre de son activité professionnelle ?

Demandez ensuite des informations sur les circonstances du trébuchement ou du dérapage (où, quand, pourquoi, dans quelle situation, lors de quelles activités, etc.).

Réfléchissez à un scénario d'accident à raconter si les participants n'ont encore jamais trébuché ou glissé personnellement dans le cadre de leur activité professionnelle.

Notes



Dans la présentation, cliquer sur l'image avec le symbole de lecture pour regarder le film dans le navigateur.

Pour une présentation sans Internet, télécharger le film via le lien de téléchargement et l'ouvrir séparément.

Film (~ 7')

Slide 4

Nous regardons maintenant les scènes 2, 3 et/ou 6 du film « Napo dans : Risques de trébuchement ». Ces scènes illustrent par l'exemple des situations propices aux trébuchements et chutes.

Si vous n'avez pas la possibilité de visionner le film, vous pouvez montrer l'affiche et la commenter.

Après le film, apporter les explications suivantes:

Scène 2 : La maintenance, ça compte !
La maintenance, ça compte, même dans un escalier parfaitement aménagé. D'autant plus que nous avons tendance à utiliser cet endroit pour entreposer du matériel. Lorsqu'on y ajoute un éclairage tamisé ou un nettoyage laissant à désirer, emprunter un escalier peut prendre l'allure d'une expédition spéléologique.

– Entretenez et nettoyez soigneusement les escaliers et les voies d'accès.
– N'entreposez pas de matériel sur les marches d'escalier et les voies d'accès.
– Installez des éclairages suffisamment lumineux pour voir correctement les marches et les obstacles éventuels.
– Installez des capteurs de mouvement pour l'allumage automatique des éclairages dans les escaliers et les voies d'accès à grand passage.

Scène 3 : Effet de sol
La cheffe a failli trébucher sur un bord saillant du tapis qui est posé dans son bureau. Elle exige à raison que ces risques de trébuchement soient éliminés. Bien entendu, l'occasion est toute trouvée pour embellir le bureau. Et bien entendu, c'est la variante qui donne le mieux visuellement qui plaît le plus. L'avertissement selon lequel le marbre poli est glissant lorsqu'il est humide est alors balayé d'un revers de la main.

– Prenez toujours en compte les aspects de sécurité lorsque vous faites une nouvelle acquisition ou des rénovations.
– L'apparence est certes un critère important dans le choix d'un produit, mais si une belle solution augmente le risque d'accident, elle peut alors coûter très cher.

Notes

Scène 6 : Gare à la météo !
Des surfaces mouillées et des flaques d'eau peuvent se former si les gouttières, les descentes pluviales et les puits ne sont pas suffisamment entretenus. Cela représente peu de risques en été, mais il en est tout autrement en hiver.



– En été et en automne, veillez à ce que l'eau de pluie s'évacue correctement et que les gouttières et les conduits d'évacuation ne soient pas encombrés par des feuilles et de la mousse.
– Faites également en sorte de dégager la neige et le verglas des voies de circulation.

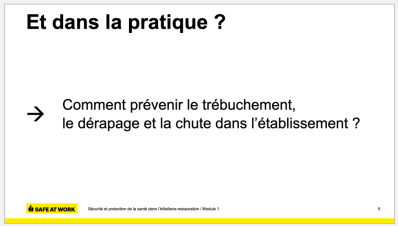
Exemples de mesures de prévention :

Mesures techniques :
– Veiller à avoir un éclairage adéquat des voies de circulation.
– Prévoir des revêtements de sol antidérapants.
– Éliminer les inégalités du sol (par ex. éliminer les bords de tapis qui se retroussent).
– Marquer les seuils.

Mesures organisationnelles :
– Définir et signaler visiblement les voies de circulation ; les maintenir dégagées de tout obstacle.
– Mettre en place un règlement clair concernant les passages, si possible mettre en place un sens séparé pour les voies de circulation.
– Identifier les espaces de travail et prévoir des endroits où déposer temporairement ou ranger les outils, instruments ou bidons.
– Signaler les zones humides et glissantes lors du nettoyage (placer des panneaux d'avertissement) ou bloquer l'accès à ces zones.

Mesures comportementales :
– Porter des chaussures antidérapantes.
– Utiliser la rampe dans les escaliers.
– Allumer la lumière dans l'obscurité.
– Se concentrer sur son déplacement, sans consulter son téléphone mobile ou lire le journal.
– Supprimer immédiatement les endroits propices au trébuchement.
– Signaler immédiatement au supérieur les problèmes que vous ne pouvez pas résoudre vous-même.

Notes



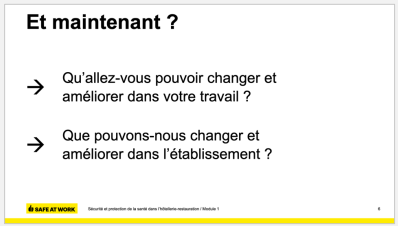
En pratique (~ 4')

Slide 5

Comment prévenir le trébuchement, le dérapage et la chute dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet dans l'établissement et faire une tournée des lieux pour discuter des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Prévoir du matériel ou des photos à montrer (voir par ex. www.suva.ch, saisir le mot clé « trébucher »).



Amélioration (~ 2')

Slide 6

Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne nous met pas de panneaux d'avertissement à disposition ? ».

Suivi

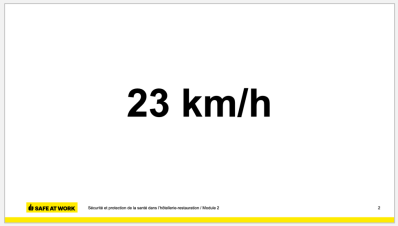
Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Tomber, chuter de hauteur





Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 15 à 25 minutes.

Traitement du thème (~ 4')

Slide 2

? À votre avis, que peut bien représenter ce chiffre ?

23 km/h est la vitesse de l'impact au sol d'une personne qui chute d'une hauteur de 2 mètres seulement. Il n'est dès lors pas étonnant de présenter des blessures lourdes comme des contusions, des plaies, des entorses ou des fractures après une chute de hauteur.

Le risque de chute de hauteur est présent dès qu'il y a une dénivellation. En d'autres termes : lors de travaux effectués en hauteur (par ex. sur un toit, une passerelle, sur des plateformes de travail) ou avec certains équipements (par ex. une échelle, un escabeau, etc.). Les chutes de hauteur sont moins fréquentes que les chutes de plain-pied. La gravité de ces accidents est cependant plus élevée.

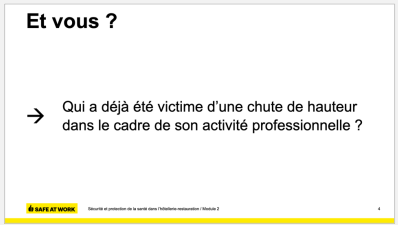
Notes



Slide 3

Monter sur une échelle ou un escabeau, c'est facile. Ces équipements peuvent être utilisés au quotidien dans de nombreuses entreprises, dans des situations a priori banales comme grimper sur un escabeau pour atteindre les marchandises sur une étagère, monter sur un marchepied pour atteindre la hauteur nécessaire ou utiliser une échelle pour changer une ampoule au plafond. Ces situations banales peuvent toutefois être dangereuses. Des conséquences graves peuvent survenir peu importe la hauteur.

Prise de conscience (~ 4')

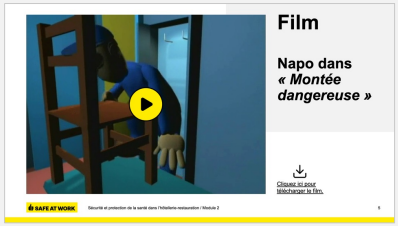


Slide 4

Qui a déjà été victime d'une chute de hauteur dans le cadre de son activité professionnelle ? Demander ensuite des informations sur les circonstances de survenue de la chute (où, quand, pourquoi, dans quelle situation, lors de quelles activités, avec quelles conséquences, etc.).

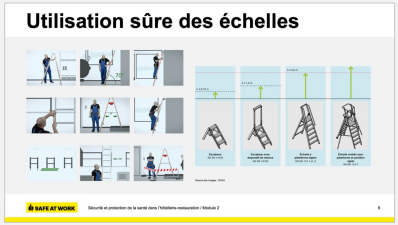
Réfléchissez à un scénario d'accident à raconter si les participants n'ont encore jamais fait de telle chute au travail.

Notes



Dans la présentation, cliquer sur l'image avec le symbole de lecture pour regarder le film dans le navigateur.

Pour une présentation sans Internet, télécharger le film via le lien de téléchargement et l'ouvrir séparément.



Film (~ 2')

Slide 5

Nous regardons le film NAPO « Montée dangereuse ». Il illustre par l'exemple des situations de travail en hauteur dangereuses.

Traitement du thème (~ 5')

Slide 6

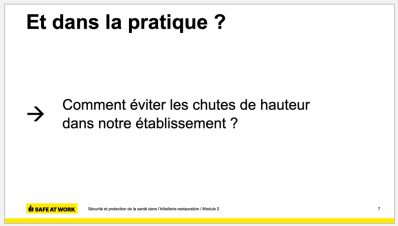
Après le film, questionner les participants : Des règles régissent l'utilisation d'échelles et d'escabeaux. Les connaissez-vous ?

Voici quelques règles de base :
– Avez-vous vérifié s'il y a des alternatives ?
– L'échelle est-elle en parfait état ?
– L'angle d'inclinaison est-il correct ?
– Des mesures ont-elles été prises pour éviter que l'échelle ne glisse ?
– L'échelle est-elle assez longue ?
– Avez-vous sécurisé l'échelle en hauteur ?
– L'endroit où l'échelle est posée est-il sûr ?
– Montez-vous sur l'échelle en toute sécurité ?
– Ne travaillez-vous jamais sur les 3 échelons les plus hauts d'une échelle simple ?
– La protection contre l'écartement est-elle tendue ?

Les échelles ou les escabeaux devraient être utilisés uniquement pour des travaux de courte durée et légers.

La Suva donne de nombreuses recommandations sur l'utilisation des échelles. Nous vous recommandons de les consulter. Les documents utiles peuvent être trouvés sous www.suva.ch en utilisant « échelle » dans le titre de recherche.

Notes



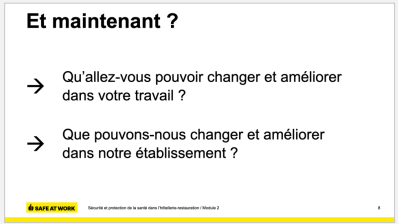
En pratique (~ 4')

Slide 7

Comment éviter les chutes de hauteur dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet dans l'établissement et discuter sur place des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer (voir par ex. www.suva.ch, saisir le mot clé « échelle »).



Amélioration (~ 2')

Slide 8

Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne nous met pas de marchepied approprié à disposition ? ».

Suivi

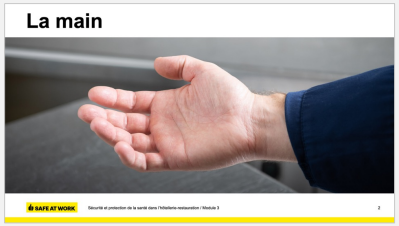
Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Blessures par perforation et coupures avec des couteaux





Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 20-30 minutes.

Traitement du thème (~ 4')

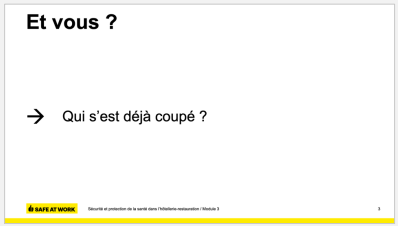
Slide 2

Nos mains nous permettent de saisir et de manipuler des objets, d'écrire, de mesurer, mais aussi de caresser, de toucher ou de compléter la parole par des gestes. Elles sont un outil précieux. Nous utilisons nos mains dans la plupart de nos activités. Que nous soyons cuisiniers, infirmiers, enseignants, coiffeurs, pianistes, maçons ou mécaniciens, elles sont mises à contribution dans l'exercice de nos activités. Ces utilisations multiples font de nos mains des parties du corps particulièrement exposées à des risques professionnels, comme des coupures, des brûlures ou des écrasements. Nos mains sont en outre particulièrement vulnérables.

Les mains sont des parties du corps qui sont fréquemment blessées. Les accidents aux mains représentent environ 25 % de tous les accidents professionnels en Suisse (environ un accident de travail sur quatre). Dans l'hôtellerie, ce taux atteint même 35 %. Cela signifie qu'un accident de travail sur trois dans notre branche touche les doigts et les mains. Nombre de ces accidents sont des coupures ou blessures par perforation qui sont dues à la manipulation des couteaux.

Pour traiter le sujet, notamment les questions liées à la peau, vous pouvez également vous référer à la fiche pédagogique du module 6.

Notes



Prise de conscience (~ 4')

Slide 3

Qui a déjà été confronté à une coupure ou une blessure par perforation ?

Demandez ensuite des informations sur les circonstances précises de la coupure (où, quand, pourquoi, dans quelle situation, lors de quelles activités, etc.).

Réfléchissez à un scénario d'accident à raconter si les participants n'ont encore jamais été blessés par une coupure ou une perforation.

Complétez si nécessaire les réponses des participants et résumez les causes des coupures et des blessures par perforation :
Les blessures par perforation et les coupures sont surtout dues
– à une technique de travail incorrecte
– à l'utilisation de couteaux inappropriés
– à la précipitation et à la fébrilité.

Notes

Notes



Slide 4

Les coupures avec des couteaux peuvent être évitées …

... en utilisant la technique de coupe correcte :
– Demandez aux participants s’ils savent ce qu’est le « claw grip ».
– Leur montrer le « claw grip » à l’aide d’un exemple. Laissez-les s’exercer et vous montrer comment ils s’y prennent.
– Apprenez aux participants à fixer les aliments à découper sur une base solide ou une planche à découper.



Slide 5

… en utilisant un couteau bien aiguisé :
– Un couteau est aiguisé lorsqu’une tomate peut être coupée sans efforts.
– Montrez aux participants comment ils peuvent vérifier le tranchant des couteaux.



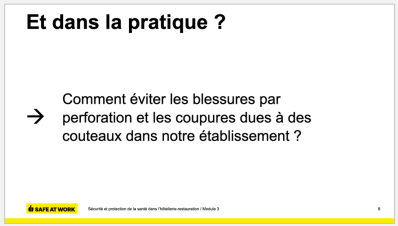
Slide 6

… en nettoyant les couteaux correctement :
– Les couteaux à nettoyer doivent être placés dans des récipients appropriés et ne doivent pas être laissés en vrac dans l’évier.



Slide 7

… en rangeant les couteaux correctement :
– Les couteaux doivent être rangés dans des organisateurs de tiroir prévus à cet effet ou fixés au mur sur des barres magnétiques.



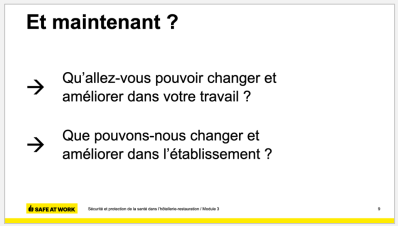
Application pratique (~ 5')

Slide 8

Comment éviter les blessures par perforation et les coupures dues à des couteaux dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet directement sur place (par ex. dans la cuisine) pour discuter sur place des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer.



Amélioration (~ 2')

Slide 9

Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si les tiroirs ne sont pas pourvus des supports appropriés dans mon établissement ? ».

Suivi

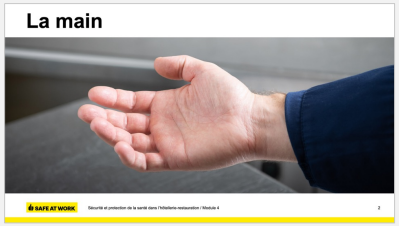
Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Coupures dues à des bris de verre ou des morceaux de vaisselle





Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 15 à 20 minutes.

Traitement du thème (~ 4')

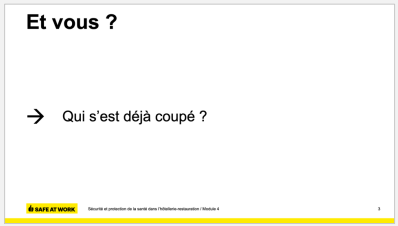
Slide 2

Nos mains nous permettent de saisir et de manipuler des objets, d'écrire, de mesurer, mais aussi de caresser, de toucher ou de compléter la parole par des gestes. Elles sont un outil précieux. Nous utilisons nos mains dans la plupart de nos activités. Que nous soyons infirmiers, enseignants, coiffeurs, pianistes, maçons ou mécaniciens, elles sont mises à contribution dans l'exercice de nos activités. Ces utilisations multiples font de nos mains des parties du corps particulièrement exposées à des risques professionnels, comme des coupures, des brûlures ou des écrasements.

Les mains sont des parties du corps qui sont fréquemment blessées. Les accidents aux mains représentent environ 25 % de tous les accidents professionnels en Suisse (environ un accident de travail sur quatre). Dans l'hôtellerie, ce taux atteint même 35 %. Cela signifie qu'un accident de travail sur trois dans notre branche touche les doigts et les mains. Nombre de ces accidents sont dus à la manipulation de couteaux, d'autres à des bris de verre ou des morceaux de vaisselle.

Pour traiter le sujet, notamment les questions liées à la peau, vous pouvez également vous référer à la fiche pédagogique du module 6.

Notes



Prise de conscience (~ 4')

Slide 3

Qui a déjà été coupé aux doigts ou à la main ?

Demandez ensuite des informations sur les circonstances de survenue de la coupure (où, quand, pourquoi, dans quelle situation, lors de quelles activités, etc.).

Réfléchissez à un scénario d'accident que vous pouvez raconter si les participants n'ont encore jamais été blessés par coupure personnellement.

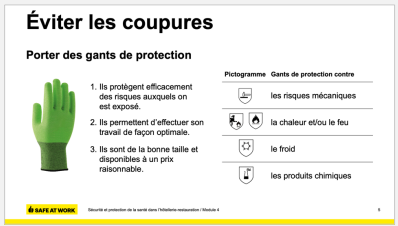
Notes



Slide 4

L’hôtellerie ne manque pas de situations pouvant entraîner des blessures aux mains. Que ce soit en manipulant des bidons, des outils ou des machines ou naturellement au contact du verre. Les bouteilles et verres cassés ou les débris de vaisselle qui doivent être déblayés ou éliminés rapidement sont une cause fréquente de coupures.

Les blessures aux mains causées par des éclats de verre ou des débris de vaisselle peuvent être évitées en :
– portant des gants en balayant
– ramassant les éclats à l’aide d’un balai et d’une pelle
– recueillant et éliminant les bris de verre et la porcelaine dans des boîtes séparées.

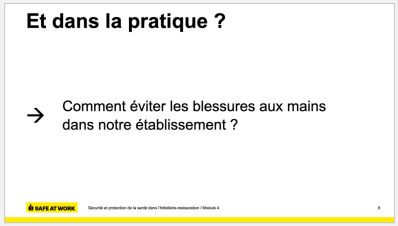


Slide 5

Le gant de protection approprié
– protège efficacement des dangers auxquels on est exposé et est conforme à la sécurité (des pictogrammes indiquent contre quels risques le gant protège)
– permet d’effectuer son travail de façon optimale (adhérence, prise en main)
– est de la bonne taille (confort, facile à enfiler et à retirer) et à un prix raisonnable

Il est recommandé de choisir le gant le plus adapté aux activités et offrant une protection et un confort maximum. Les collaborateurs doivent être impliqués dans le choix des gants.

Le site suva.ch donne des indications sur le choix des gants. Si nécessaire, faites-vous conseiller dans un magasin spécialisé.



En pratique (~ 4')

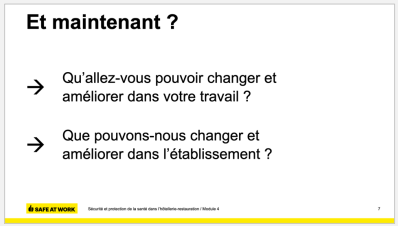
Slide 6

Comment éviter les blessures aux mains dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet directement sur place (par ex. dans l'office, à proximité du local de collecte des déchets) pour discuter sur place des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer.

Amélioration (~ 2')



Slide 7

Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne nous met pas de gants de protection à disposition ? ».

Suivi

Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Manipulation de substances dangereuses



Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 35 minutes sans le film, env. 45 minutes avec le film.

Notes



Traitement du thème (~ 4')

Slide 2

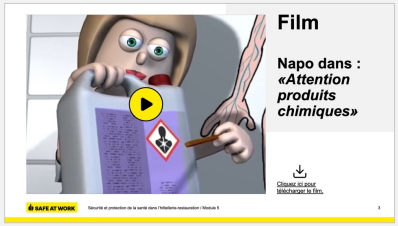
Divers produits chimiques sont utilisés dans la restauration et l'hôtellerie. En font partie :
– les produits de lavage et de nettoyage
– les détartrants et les dissolvants de pierre d'urine
– les désinfectants,
– etc.
Chacune de ces substances représente un danger.

Les principaux risques sont : Risque d'incendie :
– Facilement inflammable ou extrêmement inflammable: la substance s'enflamme très facilement
– Comburant: la substance agit comme oxydant et accélère fortement un incendie
Risque sanitaire :
– Corrosif: la substance attaque la peau et les muqueuses (yeux, ...)
– Très toxique : danger de mort par inhalation
– Dangereux pour la santé : la substance endommage les organes (par ex. risque de cancer)
– Attention dangereux (irritant) : la substance endommage les voies respiratoires lorsqu'elle est inhalée
Risque environnemental (pas traité plus en détail)

Par conséquent, il est important d'entreposer les substances dangereuses de façon appropriée et de veiller à leur bonne manipulation.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
– Vous arrive-t-il de conserver des substances dans une bouteille PET ou un récipient en verre ?
– Vous arrive-t-il de transvaser des substances ?

Notes



Dans la présentation, cliquer sur l’image avec le symbole de lecture pour regarder le film dans le navigateur.

Pour une présentation sans Internet, télécharger le film via le lien de téléchargement et l’ouvrir séparément.

Slide 3

Nous regardons maintenant au moins le début du film « NAPO : Attention produits chimiques » présentant différents dangers (attention : le film rallonge la durée de la formation).

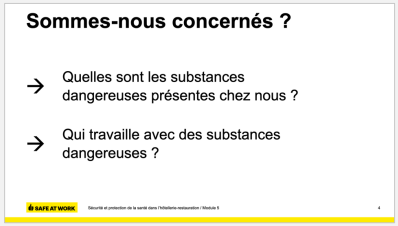
Après le film, apporter les explications suivantes :

Un mauvais entreposage des substances chimiques peut déclencher un incendie, provoquer une explosion ou entraîner des intoxications. Souvent, la manipulation de ces substances représente aussi un risque pour la santé.

De nombreuses pistes ont été citées dans le film pour mettre en place un stockage sûr des produits chimiques. Il faut particulièrement veiller à :
– réduire les quantités de substances dangereuses en n'achetant que les quantités nécessaires ;
– conserver les substances uniquement dans les récipients d’origine ;
– ne jamais transvaser des liquides dangereux dans des emballages alimentaires (risque de confusion) ;
– les emballages doivent être correctement étiquetés : nom de la substance, symboles de dangers, mentions de dangers (phrases H) et conseils de prudence (phrases P), mention d’avertissement (« Attention » ou « Danger »).

Le site www.cheminfo.ch/fr apporte des informations sur le sujet.

Notes

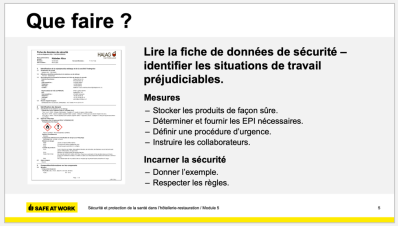


Slide 4

Maintenant que nous nous sommes familiarisés avec les risques, il est important d’évaluer dans quelle mesure nous sommes concernés.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants : Quelle est la situation chez nous ?
– Quelles sont les substances dangereuses présentes chez nous ?
– Qui travaille avec des substances dangereuses ?

Notes



En pratique (~ 4')

Slide 5

Comme nous l'avons vu, nous sommes aussi exposés aux risques. Que faire pour réduire le risque d'accident ?

Lire la fiche de données de sécurité – identifier les situations de travail préjudiciables.

Mesures
– Stocker les produits de façon sûre.
– Déterminer et fournir les équipements de protection individuelle (EPI) nécessaires.
– Définir une procédure d'urgence.
– Instruire les collaborateurs.

Incarner la sécurité.
– Donner l'exemple.
– Respecter les règles.

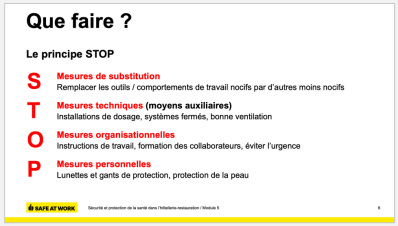
Utiliser l'équipement de protection individuelle : lunettes de protection, gants de protection, protections auditives, etc.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
La diapo reprend un extrait d'une fiche de données de sécurité. Quels sont les dangers visibles ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez par ex. également thématiser le sujet directement dans la lingerie pour discuter des moyens à prévoir. Prenez 1–2 fiches de données de sécurité de votre établissement et examinez-les ensemble.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez des fiches de données de sécurité, d'autres supports ou des photos à montrer.

Notes



En pratique (~ 4')

Slide 6

Le principe STOP peut être appliqué pour réduire les risques. Cet acronyme signifie

S = mesures de substitution : il convient de remplacer les substances dangereuses par d'autres moins dangereuses dans la mesure du possible. Vérifiez les possibilités par exemple avec votre fournisseur.

T = mesures techniques : voyez comment réduire les risques par des mesures techniques. Exemples : systèmes fermés, installations de dosage automatiques ou bonne ventilation des pièces.

O = mesures organisationnelles : voyez comment réduire les risques par des mesures organisationnelles. Exemples : instructions de travail précisant comment le travail doit être exécuté, formation des collaborateurs ou éviter tout empressement lors de la manipulation des produits dangereux.

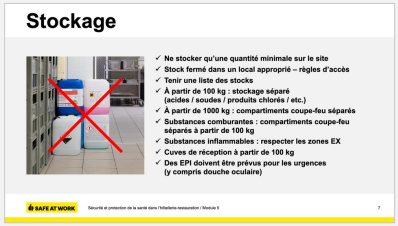
P = mesures de protection individuelle : si des risques impossibles à diminuer subsistent, il reste la solution d'équiper les collaborateurs de lunettes de protection, gants de protection, etc. Il est essentiel que chacun respecte ces mesures ! Les collaborateurs devraient être impliqués dans le choix de l'équipement pour augmenter leur acceptation.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Prenons l'exemple du détergent acide. Comment appliquer le principe STOP chez nous ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet directement sur le lieu de travail ou dans le stock de produits chimiques et discuter sur place des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer.

Notes



En pratique (~ 4')

Slide 7

Comment assurer le bon stockage de substances ?

– Ne stocker qu'une quantité minimale sur le site.
– Stock fermé dans un local approprié – règles d'accès
– Tenir une liste des stocks.
– À partir de 100 kg : stockage séparé (acides / soudes / produits chlorés / etc.)
– À partir de 1000 kg : compartiments coupe-feu séparés
– Substances comburantes : compartiments coupe-feu séparés à partir de 100 kg
– Substances inflammables : respecter les zones EX.
– Cuves de réception à partir de 100 kg (veiller également à la protection des eaux même pour les petites quantités)
– Stocker séparément des aliments.
– Tenir prêts des EPI pour les urgences (y compris douche oculaire).

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Où devons-nous agir ? Que pouvons-nous améliorer ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet directement dans le stock et discuter sur place des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer.

Notes



En pratique (~ 4')

Slide 8

À quoi faut-il veiller lors de la manipulation de substances dangereuses ?

Respectez les prescriptions des fournisseurs. Respectez les règles de la fiche de données de sécurité. Portez un équipement de protection individuelle :
– Il faut utiliser des lunettes de protection lorsque des éclaboussures peuvent atterrir dans les yeux (manipulation libre de produits concentrés).
– Des gants appropriés doivent être portés systématiquement lors de chaque contact avec des substances dangereuses
– Si nécessaire, portez un tablier et des bottes.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Où devons-nous agir ? Que pouvons-nous améliorer ?

Préparez une fiche de données de sécurité et discutez des règles de comportement.

Notes



Slide 9

Les gants sont importants pour la protection de la santé. Pour qu'ils protègent efficacement, les aspects suivants ne doivent pas être négligés :

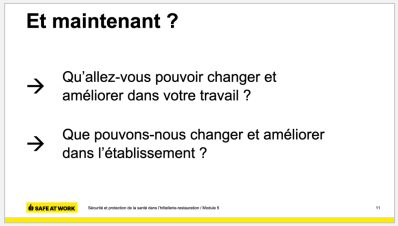
– Enfiler de bons gants à la bonne taille.
– Astuce : le type de gants adéquat est souvent mentionné sur la fiche de données de sécurité. Si ce n'est pas le cas, faites-vous conseiller par un fournisseur.
– Toujours bien laver les gants réutilisables avant de les retirer et les renouveler à temps.
– Astuce : les gants vieillissent vite malheureusement. En fonction de la résistance de la matière aux produits chimiques, un gant peut être porté jusqu'à 8 heures environ.
– Retirer les gants sans risque de contamination.
– Se laver les mains après avoir enlevé les gants.
– Sécher les gants humides de transpiration avant de les utiliser.
– À la fin du travail, appliquer une crème régénérante pour les mains (voir aussi le module sur la protection de la peau).



Slide 10

Voici comment retirer des gants convenablement :
1. Saisir le gant de l'extérieur.
2. Le retourner.
3. Saisir le gant de l'intérieur.
4. Le retourner.

Préparez des gants et demandez aux participants de s'entraîner au retrait des gants par groupes de deux.



Amélioration (~ 2')

Slide 11

Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

En dehors de l'établissement (par ex. école professionnelle) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne respecte pas les consignes de manipulation et les conditions de stockage exigées ? ».

Suivi

Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions de travail des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Protection de la peau



Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 30 à 45 minutes.

Notes



Traitement du thème (~ 4')

Slide 2

Le risque de dermatose professionnelle est encore trop souvent sous-estimé dans le monde du travail. La manipulation de nombreux détergents et désinfectants ou autres produits liquides ou pâteux est souvent considérée comme inoffensive. Beaucoup de collaborateurs d'entreprises des branches les plus variées sont pourtant en contact quotidien avec des substances qui, si elles n'agressent pas immédiatement la peau, peuvent provoquer de graves lésions cutanées suite à un usage répété sur plusieurs années.

Les maladies de la peau représentent près d'un quart des maladies professionnelles recensées en Suisse. Elles occasionnent beaucoup d'absences, de souffrances et de handicaps. Leur évolution prenant couramment des années, elles sont généralement difficiles à traiter. Les allergies professionnelles nécessitent souvent un changement d'activité et peuvent donc avoir des conséquences extrêmement lourdes sur le plan personnel.

Les maladies de la peau sont plus fréquentes qu'on ne l'imagine
– En Suisse, les assurances-accidents enregistrent chaque année près de 500 cas de dermatoses professionnelles reconnues.
– Et ce n'est que la partie visible de l'iceberg. Beaucoup de personnes ne déclarent pas leur dermatose professionnelle à l'assurance-accidents par ignorance.
– L'évolution entre les problèmes cutanés mineurs faciles à traiter soi-même et la maladie professionnelle aux lourdes conséquences est progressive. Des études laissent présumer que le nombre réel de maladies de la peau professionnelles est de l'ordre de plusieurs milliers chaque année.
– Les maladies de la peau coûtent généralement cher et sont longues à soigner.
En moyenne, les assurances-accidents paient bien plus de 10 000 francs par cas.

Comment les lésions cutanées se produisent-elles ?
Les lésions cutanées d'origine professionnelle sont causées par des éléments chimiques et physiques. Les produits chimiques sont la cause principale. Mais bien des substances végétales, des produits animaux et du matériel contaminé par des germes pathogènes peuvent aussi occasionner des maladies de la peau professionnelles. De plus, le nombre et le type de contacts ont leur importance :
– Contact direct unique ou répété avec des produits chimiques agressifs comme des acides et des soudes puissants.
– Contact fréquent sans protection avec des produits chimiques considérés comme moins dangereux comme des désinfectants.
– Contact très fréquent avec des produits agressifs pour la peau comme le savon ou les détergents. L'humidité constante (par ex. due au port de gants imperméables à l'air pendant une longue période) pose également problème pour la peau.

Notes



Dans la présentation, cliquer sur l'image avec le symbole de lecture pour regarder le film dans le navigateur.

Pour une présentation sans Internet, télécharger le film via le lien de téléchargement et l'ouvrir séparément.

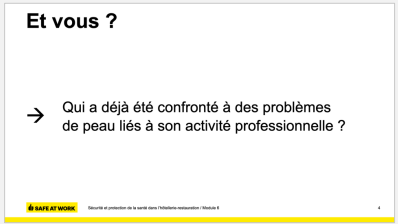
Film (~ 5')

Slide 3

Nous regardons maintenant un extrait du film « Napo dans : Protégez votre peau ! », la scène « Fonctions de la peau ». Ce film montre
– les risques cutanés résultant de l'exposition à des substances dangereuses pour la santé
– le rôle de la peau et les fonctions vitales pouvant être menacées en cas de lésion cutanée.

Après le film, apporter les explications suivantes :

La peau remplit plusieurs fonctions. Elle ressent, respire et régule la température corporelle. Elle nous protège aussi contre les agents pathogènes. Mais pour remplir sa mission, elle doit être saine. Une peau abîmée est plus vulnérable aux allergies et aux maladies. La peau est également capable de se régénérer, mais elle n'oublie pas tout. Lorsque la barrière de protection naturelle de la peau est endommagée, les particules chimiques des substances les plus diverses pénètrent dans la peau et provoquent une inflammation. Attention : une peau sèche, rouge, sensible et enflammée est un signal d'alarme. Cet état peut évoluer vers un eczéma incurable rendant l'exercice de la profession impossible.



Prise de conscience (~ 4')

Slide 4

Qui a déjà été confronté à des problèmes de peau liés à son activité professionnelle ?

Demandez ensuite des informations sur les circonstances (où, quand, pourquoi, dans quelle situation, lors de quelles activités, etc.).

Réfléchissez à un scénario à raconter si les participants n'ont encore jamais eu de problèmes cutanés liés à leur activité professionnelle.

Notes



Traitement du thème (~ 4')

Notes

Slide 5

Si vous travaillez avec des détergents et désinfectants ou autres produits nocifs, une bonne protection des mains est importante pour prévenir les inflammations et allergies. Si nécessaire, protégez aussi d'autres parties de la peau exposées. Respectez les instructions précisées sur les produits et les consignes d'utilisation. En cas de doute, consultez votre supérieur ou le responsable de la sécurité.

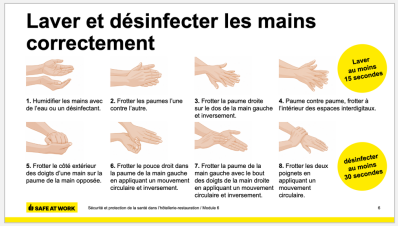
Trois conseils pour des mains saines

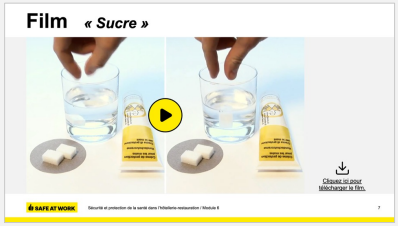
Protéger : dans la mesure du possible, évitez tout contact avec des substances nocives. Utiliser des gants adéquats ou une crème protectrice. Il existe aujourd'hui des gants adaptés et confortables pour chaque activité. Des gants adaptés doivent avoir les caractéristiques suivantes :
– Protéger efficacement contre le risque encouru. Les pictogrammes en forme de bouclier indiquent contre quoi le gant protège.
– Permettre d'effectuer son travail avec une bonne préhension.
– Être de la bonne taille, ni trop grands ni trop petits.
– S'enfiler et se retirer facilement.
– Répondre aux normes de sécurité.

Laver : lavez-vous les mains avec un savon doux avant chaque pause et chaque soir. N'utilisez pas de solvants ou de produits agressifs pour le lavage des mains.

Soigner : soignez vos mains régulièrement avec une crème appropriée. La peau peut ainsi se régénérer.

Le site www.sapros.ch donne des indications sur le choix des gants par profession.





Dans la présentation, cliquer sur l'image avec le symbole de lecture pour regarder le film dans le navigateur.

Pour une présentation sans Internet, télécharger le film via le lien de téléchargement et l'ouvrir séparément.

Traitement du thème (~ 10')

Slide 6

Voici comment vous laver et vous désinfecter les mains correctement :
1. Humidifier les mains avec de l'eau ou un désinfectant.
2. Frotter les paumes l'une contre l'autre.
3. Frotter la paume droite sur le dos de la main gauche et inversement.
4. Paume contre paume, frotter dans les espaces interdigitaux.
5. Frotter le côté extérieur des doigts d'une main sur la paume de la main opposée.
6. Frotter le pouce droit dans la paume de la main gauche en appliquant un mouvement circulaire et inversement.
7. Frotter la paume de la main gauche avec le bout des doigts de la main droite en appliquant un mouvement circulaire et inversement.
8. Frotter les deux poignets en appliquant un mouvement circulaire.

Lavez-vous les mains pendant au moins 15 secondes. Désinfectez-les pendant au moins 30 secondes.

Vous pouvez laver et désinfecter vos mains dans un lavabo ou vous exercer sur place par groupes de deux avec un distributeur de savon.

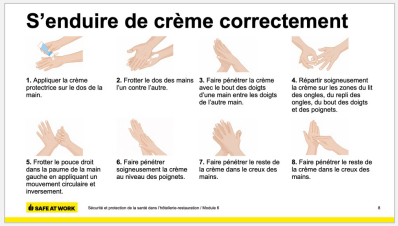
Film (~ 4')

Slide 7

Nous regardons à présent la vidéo « Sucre ». Ce film montre le mode d'action d'une crème pour les mains.

Après le film, demandez ce que les participants ont observé :
La crème pour les mains ne se contente pas de protéger le sucre du liquide. Elle empêche aussi la pénétration du liquide et la dissolution du sucre.

Notes

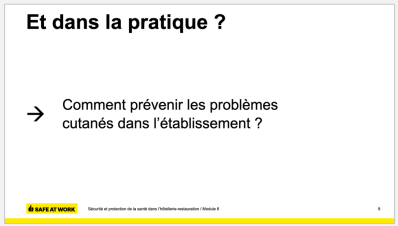


Traitement du thème (~ 5’)

Slide 8

Voici comment appliquer de la crème sur les mains correctement :
1. Appliquer la crème protectrice sur le dos de la main.
2. Frotter le dos des mains l’un contre l’autre.
3. Faire pénétrer la crème avec le bout des doigts d’une main entre les doigts de l’autre main.
4. Répartir soigneusement la crème sur les zones du lit des ongles, du repli des ongles, du bout des doigts et des poignets.
5. Frotter le pouce droit dans la paume de la main gauche en appliquant un mouvement circulaire et inversement.
6. Faire pénétrer soigneusement la crème au niveau des poignets.
7. & 8. Faire pénétrer le reste de la crème dans le creux des mains.

Laissez les participants s’exercer à appliquer la crème et vous montrer comment ils s’y prennent.



En pratique (~ 4’)

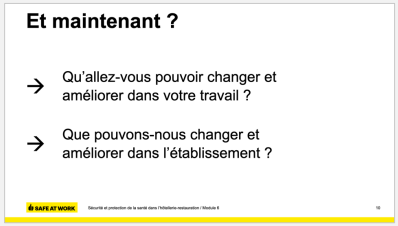
Slide 9

Comment prévenir les problèmes de peau dans l’établissement ?

Dans l’établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet directement sur le lieu de travail et discuter sur place des moyens à prévoir.

Hors de l’établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer.

Notes



Amélioration (~ 2')

Slide 10

Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

En dehors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne nous met pas de gants de protection ou de produits protégeant la peau à disposition ? ».

Suivi

Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions de travail des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Soulever, porter et déplacer des charges





Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 15 à 45 minutes.

Traitement du thème (~ 4')

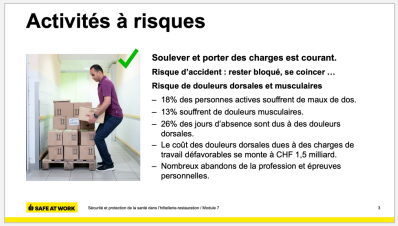
Slide 2

Dans l'hôtellerie, il faut souvent déplacer des charges. Il peut s'agir de caisses, de poêles, de bouilloires, de bidons, etc. Cette activité est quotidienne. Malheureusement, les accidents et problèmes de santé font aussi partie du quotidien de tous les travailleurs qui manipulent des charges.

Nous oublions souvent que la personne concernée peut parfois souffrir pendant des jours ou même des semaines et ne pourra pas travailler. Et cela s'avère vite coûteux. Nous abordons ce thème aujourd'hui afin de ne pas sous-estimer les dangers que représente le transport manuel de charges lourdes.

À votre avis, quelles sont les causes de ces problèmes de santé ?
Outre la sous-estimation des risques, il y a de nombreuses autres causes aux problèmes de santé lors du transport manuel de charges. Exemples :
– Manque de temps
– Voies de transport avec risque de trébuchement
– Outils inappropriés ou absents
– Procédures de travail mal organisées
– Charges trop lourdes ou mal réparties
– Appel à des personnes qui ne conviennent pas
– Absence de formation et d'instruction des collaborateurs
– Ignorance des risques
– Mauvaises habitudes

Notes

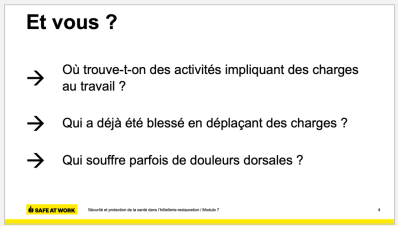


Traitement du thème (~ 2')

Slide 3

À côté des accidents dus au soulèvement, port et déplacement de charges manuellement, 18 % des personnes actives souffrent de maux de dos et 13 % de douleurs musculaires. 26 % des jours d'absence au travail sont à imputer à des troubles musculo-squelettiques (100 millions de jours d'absence par an en Suisse). Les coûts engendrés par des douleurs dorsales pour cause de charges de travail défavorables se montent à CHF 1,5 milliard (CHF 800 millions de frais d'exploitation, CHF 700 millions de frais de santé directs).

Notes



Prise de conscience (~ 4')

Slide 4

Où trouve-t-on des activités impliquant des charges au travail ? Qui a déjà été blessé en soulevant, portant ou déplaçant manuellement des charges ? Qui souffre parfois de douleurs dorsales ?

Demandez ensuite des informations sur les circonstances de l'accident ou des douleurs dorsales (où, quand, pourquoi, dans quelle situation, lors de quelles activités, etc.).

Réfléchissez à un scénario à raconter si les participants n'ont encore jamais eu d'accident ou souffert de douleurs dorsales personnellement.



Dans la présentation, cliquer sur l'image avec le symbole de lecture pour regarder le film dans le navigateur.

Pour une présentation sans Internet, télécharger le film via le lien de téléchargement et l'ouvrir séparément.

Film (~ 10')

Slide 5

Nous regardons maintenant deux scènes du film « Napo : allégez la charge ! » Ces scènes illustrent par l'exemple des situations propices aux douleurs dorsales.

Si vous n'avez pas la possibilité de visionner le film, vous pouvez montrer l'affiche et la commenter.

Après le film, apporter les explications suivantes :

Scène 2 : Diviser pour régner
Napo tente vainement de soulever un gros objet lourd. Il a mal au dos et à la nuque. Il a finalement l'idée de scinder la grosse charge en plusieurs petites charges.

Conseils destinés aux supérieurs hiérarchiques :
– Les charges transportées à la main ne doivent pas être trop lourdes. Elles doivent pouvoir être aisément soulevées par n'importe quel « individu moyen en bonne santé ».
– Les charges lourdes et imposantes peuvent souvent être scindées en portions « à taille humaine ».
– La taille des emballages utilisés détermine le poids des charges.

Conseils destinés aux collaborateurs :
– Ne pas trop porter à la fois.
– Ne pas jouer « au plus fort ».
– Dans la mesure du possible, scinder les grosses charges lourdes et faire le trajet plusieurs fois.

Notes

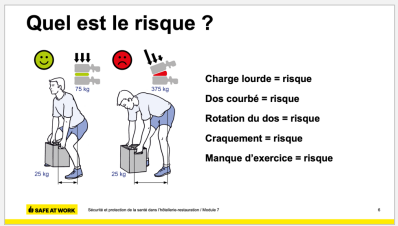
Scène 8 : Duel
Napo défie une charge en duel pour montrer à quel point il est fort. Mais la charge grossit encore et encore jusqu'à ce que Napo abandonne et appelle des renforts (équipements de transport). Le bon outil de manutention vient à bout de n'importe quelle charge. Une personne n'est pas un équipement de transport. Dans la mesure du possible, les charges doivent toujours être déplacées avec des moyens auxiliaires techniques.

Conseils destinés aux supérieurs hiérarchiques :
– Vérifiez si les outils de manutention disponibles sont adaptés aux charges à transporter.

Conseils destinés aux collaborateurs :
– Ne pas jouer « au plus fort » et ne pas surestimer ses forces. Toujours utiliser les moyens auxiliaires à disposition.
– Si vous avez besoin de moyens auxiliaires spéciaux, informez-en votre supérieur.
– Les collègues sont généralement disposés à donner un coup de main.

Prise de conscience (~ 4')

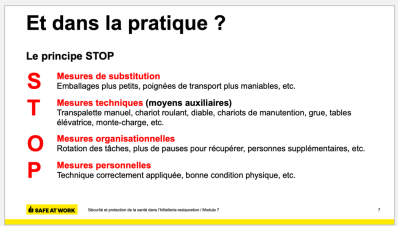
… et résumez les risques :



Slide 6

Invitez les participants à citer des exemples pratiques des différents risques dans l'établissement.

En pratique (~ 4')

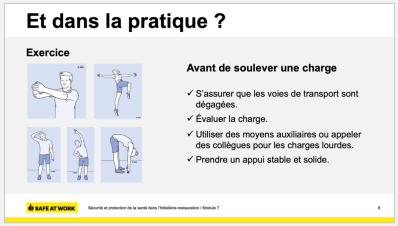


Slide 7

Expliquez aux participants le principe STOP qui présente une série de possibilités.

Demandez ensuite avec quelles mesures concrètes les accidents et douleurs dorsales peuvent être évités lors de la manutention de charges.

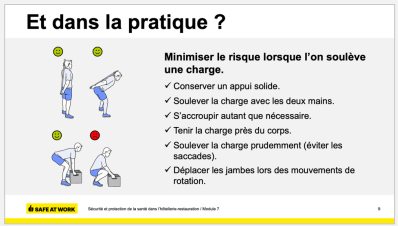
Notes



Slide 8

Lorsque vous soulevez, portez et déplacez manuellement des charges, respectez les règles suivantes :

Avant de soulever, porter et déplacer
– S’assurer que les voies de transport sont dégagées.
– Vérifier qu’on est capable de gérer la charge seul.
– Le cas échéant, se procurer des outils appropriés, déplacer les lourdes charges à deux.
– Préparer son corps à l’effort.
– Veiller à avoir un appui solide et stable.



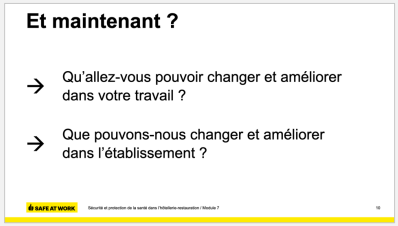
Slide 9

Pendant la manutention
– S’assurer d’avoir un appui solide et une vue dégagée.
– Utiliser des outils appropriés.
– Tenir la charge fermement à deux mains.
– S’agenouiller / s’accroupir autant que nécessaire : il est préférable de s’accroupir légèrement que totalement.
– Tenir la charge près du corps.
– Soulever la charge prudemment, sans mouvements saccadés.
– Répartir uniformément les poids (à gauche/à droite).
– Déplacer les jambes lors des mouvements de rotation.
– Ne pas se cambrer lors des travaux au-dessus de la tête.

Dans l’établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet directement sur le lieu de travail et discuter sur place des moyens à prévoir.

En dehors de l’établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises)
Préparez du matériel ou des photos à montrer.

Notes



Amélioration (~ 2')

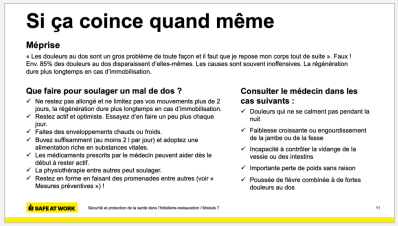
Slide 10

Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

En dehors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne nous met pas de moyens auxiliaires à disposition ? ».

Notes



Slide 11

Si des maux de dos apparaissent quand même :
– Les maux de dos sont une douleur très répandue. Dans la majorité des cas (85 %), les douleurs sont passagères et disparaissent d'elles-mêmes. Les causes sont généralement inoffensives. On parle de douleurs dorsales « non spécifiques ».

Que faire pour soulager un mal de dos ?
– Restez actif malgré la douleur. Le mouvement est le meilleur remède. La marche est un bon exemple d'activité adaptée ne sollicitant pas trop le dos.
– Ne restez pas allongé et ne limitez pas vos mouvements plus de 2 jours.
– Selon la situation, appliquez de la chaleur ou du froid (bouteille chaude, pommade réchauffante ou refroidissante pour sportifs, poche de glace, etc.). Cette mesure peut détendre les muscles et atténuer la douleur.
– Buvez au moins 2 l à 2,5 l d'eau par jour et adoptez une alimentation riche en substances vitales.
– Des antidouleurs et des anti-inflammatoires peuvent être pris. Le médecin peut vous prescrire ces médicaments. Une brève prise de quelques jours au dosage maximal est plus efficace qu'une prise « si besoin ».
– La physiothérapie, la chiropraxie, etc. peuvent être d'un grand secours.

Quand consulter ?
Il est recommandé de consulter le médecin dans les cas suivants :
– La douleur est vive, surtout la nuit, et ne diminue pas.
– Vous avez une faiblesse croissante ou un engourdissement de la jambe ou de la fesse.
– Vous avez des difficultés à uriner, vous ne pouvez pas contrôler la vidange de votre vessie ou de vos intestins (consulter immédiatement le médecin).
– Vous perdez beaucoup de poids sans raison.
– Vos fortes douleurs dorsales sont accompagnées de fièvre.

Si vous devez néanmoins rester à la maison...
– Maintenez vos activités habituelles dans la mesure du possible. Essayez d'en faire un peu plus chaque jour. Restez optimiste !
– Restez en contact régulier avec votre supérieur. Planifiez votre retour au travail avec votre supérieur dès que votre état s'améliore.
– Un retour rapide progressif au travail est préférable à l'attente d'une guérison totale

Notes

Suivi

Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions de travail des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Attention à l’électricité / au courant



Présentation du thème (~ 1’)

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 15 à 35 minutes.

Notes



Dans la présentation, cliquer sur l’image avec le symbole de lecture pour regarder le film dans le navigateur.

Pour une présentation sans Internet, télécharger le film via le lien de téléchargement et l’ouvrir séparément.

Slide 2

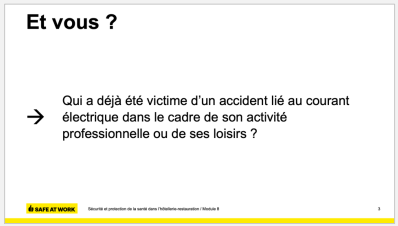
Nous manipulons tous l’électricité au quotidien sans réfléchir à ses dangers. L’électricité est en effet aujourd'hui une « chose sûre » pour les consommateurs normaux. Cette situation réjouissante a toutefois un revers : nous avons « oublié » que l’électricité n’est sûre que si nous la manipulons de manière tout aussi sûre. Dans l’agitation du quotidien, nous négligeons trop facilement les règles de sécurité et sommes poussés à sous-estimer les risques. Un défaut anodin sur un câble peut entraîner la mort. L’électricité étant invisible et inodore, ses risques sont moins évidents, ce qui peut aussi nous amener à mal évaluer les risques de l’électricité.

Nous regardons maintenant la scène « Intervention à haut risque... » du film « Napo dans ...Chocs électriques ». Différents dangers y sont présentés (attention : le film rallonge la durée de la formation).

Après le film, apportez les explications suivantes :
Des situations dangereuses surviennent lorsqu’une personne touche une pièce sous tension. Ce danger peut se manifester par exemple dans les cas suivants :
– inattention lors du remplacement d’ampoules ou de fusibles ;
– cache manquant ;
– caches et boîtiers endommagés ;
– appareils défectueux ;
– manipulation de fils dénudés.

Dans le film, Napo est tombé de l’échelle et a souffert de blessures dues à une chute à la suite d’un choc électrique.

Notes



Prise de conscience (~ 4')

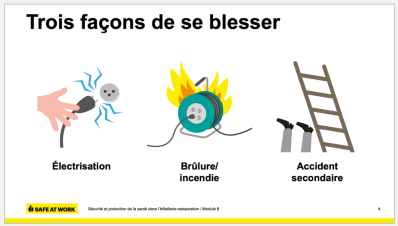
Slide 3

Qui a déjà été victime d'un accident lié au courant électrique dans le cadre de son activité professionnelle ou de ses loisirs ?

Demandez ensuite des informations sur les circonstances de l'accident, de la décharge électrique, du choc électrique (où, quand, pourquoi, dans quelle situation, lors de quelle activité, etc.).

Réfléchissez à un scénario à raconter si les participants n'ont encore jamais eu d'accident lié au courant électrique.

Notes



Traitement du thème (~ 4')

Slide 4

Trois façons de se blesser

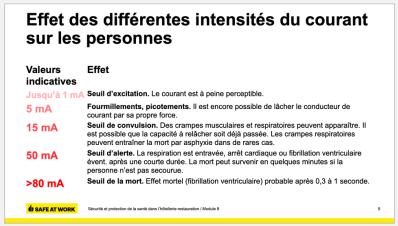
Choc électrique (électrisation) : lorsqu'une personne touche une pièce sous tension électrique, le courant traverse son corps. Ce choc peut entraîner des brûlures ou des troubles du rythme cardiaque. La dangerosité dépend de l'intensité du courant et de la durée du choc.

Les brûlures sont occasionnées par des températures de surface trop élevées ou par des arcs électriques.
– Elles sont souvent dues à un défaut technique. Dans le cas des défauts techniques, il est possible que l'électricité circule en dehors des conducteurs prévus (le professionnel parle alors de « courant de fuite ») et déclenche un incendie.
– Une utilisation excessive des outils électriques peut également donner lieu à des surchauffes dangereuses et à des dommages.
– Comme chacun sait, le courant électrique génère de la chaleur. La production de chaleur peut également survenir involontairement. En cas d'erreur, une borne desserrée ou un câble mal isolé peut causer une surchauffe qui peut à son tour constituer un risque d'incendie.

Les accidents secondaires sont des accidents liés à des accidents électriques, par ex. lorsqu'un collaborateur tombe de l'échelle et se blesse.

Des informations complémentaires sont disponibles dans la publication « L'électricité en toute sécurité » (Suva, numéro de commande 44087)

Notes



Traitement du thème (~ 5')

Si vous n'avez pas beaucoup de temps à consacrer aux instructions, vous pouvez sauter la diapositive 5 et les explications correspondantes.

Slide 5

Dans quelles circonstances les blessures graves surviennent-elles ?

Pour les accidents électriques, la gravité des blessures dépend principalement de deux facteurs : l'intensité du courant et la durée du choc. Est particulièrement dangereux le choc qui se produit lorsque des pièces métalliques, un sol ou un gazon humide favorisent la circulation du courant vers la terre. Les semelles en caoutchouc ou les sols peu conducteurs de l'électricité, comme les parquets ou les revêtements synthétiques, réduisent le risque de choc dangereux.

Les facteurs suivants déterminent largement l'intensité du courant qui traverse le corps :
– la tension appliquée à la pièce touchée ;
– le temps d'action ;
– le parcours du courant dans le corps (main-pieds, main-main, etc.) ;
– les résistances de passage, par exemple à travers les chaussures, les vêtements, la surface de la peau ;
– l'environnement (endroit, humidité, etc.).

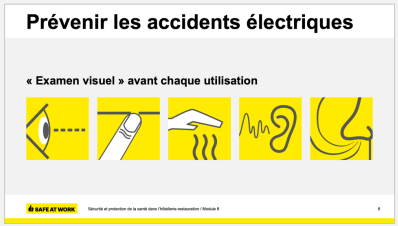
Tension

En Suisse, la tension du réseau est de 230 volts (V). Elle peut être très dangereuse et même mortelle en cas de contact. Les tensions inférieures à 50 V par contre sont généralement considérées comme inoffensives car elles sont le plus souvent insuffisantes pour générer une intensité de courant dangereuse dans le corps (par ex. un éclairage halogène basse tension de 12 V). Les accidents secondaires (seconde de choc) cités plus haut peuvent toutefois survenir.

Courants

Des courants de contact élevés entraînent de graves brûlures. Les courants de contact supérieurs à 50 mA (la consommation d'une ampoule de 10 W !) peuvent suffire pour déclencher une fibrillation ventriculaire. La mort peut survenir en quelques minutes si la personne n'est pas secourue. Il faut des courants beaucoup plus forts pour qu'un fusible ou un disjoncteur se déclenche et coupe le courant. Les fusibles n'offrent aucune protection en cas de contact avec des pièces conductrices de courant.

Notes



Traitement du thème (~ 5')

Slide 6

Prévenir les accidents électriques (I)
De nombreux défauts des machines et installations peuvent être constatés par un examen visuel avant utilisation. Contrairement à ce que le terme laisse entendre, un examen visuel ne doit cependant pas être réalisé uniquement avec les yeux. Tous les sens doivent être mis à contribution :

Des dommages sont-ils visibles ?
– Boîtier, caches
– Éléments de commande
– Fiches électriques
– Câbles (usés, endommagés, arrachés)

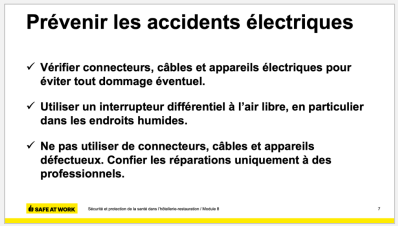
Les pièces conductrices de courant sont-elles recouvertes correctement ?
ATTENTION ! Ne JAMAIS toucher des pièces métalliques qui peuvent être traversées par le courant !
– Machines
– Armoires de distribution
– Commutateurs, fiches électriques, boîtes de dérivation

Des températures de surface excessives sont-elles perceptibles ?
– Moteurs
– Câbles
– Armoires de distribution

Des bruits inhabituels sont-ils audibles ?
– Détérioration des entraînements
– Bourdonnement des bobines des contacteurs ou des entraînements de soupape

Des odeurs inhabituelles sont-elles perceptibles ?
– Isolation qui brûle
– Odeur de brûlé (lampe halogène trop proche d'un rideau, radiateur trop proche de pièces inflammables)

Notes



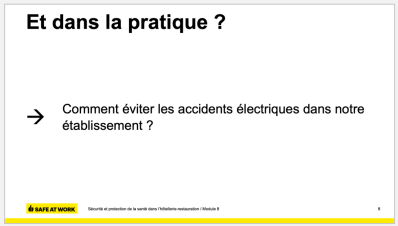
Traitement du thème (~ 4')

Slide 7

Prévenir les accidents électriques (II)

En plus de l'« examen visuel » avant chaque utilisation :

– Dans les locaux humides, utiliser uniquement des appareils et des prises de courant équipés d'un dispositif différentiel résiduel (DDR) ;
– S'assurer que toutes les prises de courant et les installations électriques en service sont installées au-dessus du niveau de projection ou sont protégées contre les projections d'eau (faire attention aux classes de protection IP) ;
– Les classes de protection IP déterminent dans quelle mesure un composant électrique peut être exposé aux influences environnementales sans être endommagé ou présenter un risque pour la sécurité ;
– Ne pas utiliser de connecteurs, câbles et appareils défectueux. Les faire réparer immédiatement par un professionnel !



Application pratique (~ 4')

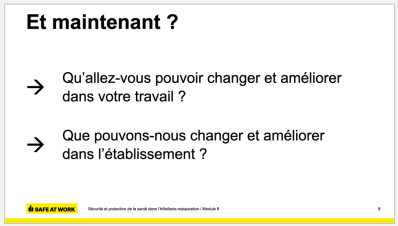
Slide 8

Comment prévenir les accidents électriques dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet directement sur place avec les participants (par ex. dans la cuisine) et discuter des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer.

Notes



Amélioration (~ 2')

Slide 9

Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ?

Dans l'établissement
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si aucun professionnel n'est disponible dans l'établissement pour réparer une fiche de raccordement défectueuse ? »

Notes



Dans la présentation, cliquer sur l’image avec le symbole de lecture pour regarder le film dans le navigateur.

Pour une présentation sans Internet, télécharger le film via le lien de téléchargement et l’ouvrir séparément.

Slide 10

Électrocution : que faire en cas d’urgence ?
Nous regardons maintenant la scène « En cas d’accident... » du film « Napo dans ...Chocs électriques ». Le bon comportement à adopter après une électrocution y est abordé (attention : le film prolonge la durée de la formation).

Après le film, apporter les explications suivantes :

La séquence suivante doit être respectée pour ne pas se mettre en danger ou entrer soi-même en contact avec le courant :

Couper l’alimentation électrique le plus rapidement possible. Actionner l’interrupteur principal ou le DDR, débrancher le câble :
– éteindre la source de courant avant de toucher la personne, danger de mort !
– Si ce n’est pas possible, séparer la personne de la source de courant à l’aide d’un objet non métallique. Vos mains et l’objet doivent alors être secs !

Vérifier que la personne est consciente.
– Si elle ne l’est pas, vérifier la respiration et le pouls et recourir à une réanimation cardio-pulmonaire si nécessaire.

Alerter les secours en appelant le 144.

Si des brûlures sont constatées, refroidir la peau avec de l’eau froide.

Toute personne ayant eu un incident avec de l’électricité doit être impérativement emmenée à l’hôpital en raison d’éventuels troubles du rythme cardiaque, même si elle ne semble pas blessée et est tout à fait consciente. Cela s’applique en particulier aux accidents impliquant des enfants !

Notes

Suivi

Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions de travail des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Fiche pédagogique – Module 9

Manipulation de bonbonnes de gaz



Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 15 à 25 minutes.

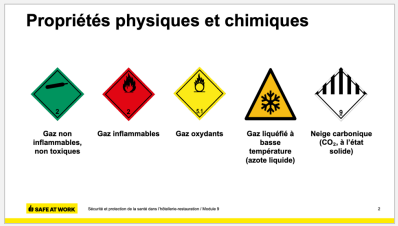
Pour des conseils sur le thème, voir

www.linde.ch
– A01 Les principaux gaz industriels – applications et propriétés
– A02 Manipulation des bouteilles de gaz
– A03 Mesures d'urgence pour bouteilles de gaz
– Prospectus « Transport sécurisé des gaz »

www.suva.ch
– Prospectus « Gaz liquéfié: changement de bouteilles sans danger », numéro de commande 84016.f
– Liste de contrôle « Bouteilles de gaz », numéro de commande 67068.f

www.bgn.de
– ASI 6.80 « Sicherer Betrieb von Getränkeschankanlagen » (en allemand)
– ASI 6.80 Annexe 3 « Anweisungen für Austausch und Wechsel der Druckgasflaschen an Getränkeschankanlagen » (en allemand)
– Instruction « Verwendung von Flüssiggas » (en allemand)
– Mode d'emploi « Wechsel von Flüssiggasflaschen » (en allemand)

Notes



Prise de conscience (~ 4')

Slide 2

Dans l'hôtellerie, outre d'autres gaz, le dioxyde de carbone (gaz carbonique, CO_2) et l'azote (N_2) ou leurs mélanges sont utilisés pour les installations de débit de boissons et le propane pour cuisiner, griller et chauffer.

Les propriétés physiques et chimiques des différents gaz sont détaillées dans les fiches de sécurité correspondantes :

Gaz non combustibles, non toxiques
Peuvent, dans la cellule du véhicule, former une atmosphère asphyxiante entraînant des étourdissements, une perte de conscience et la mort.

Gaz combustibles
Les gaz combustibles peuvent conduire à une atmosphère combustible ou explosive dans les locaux.

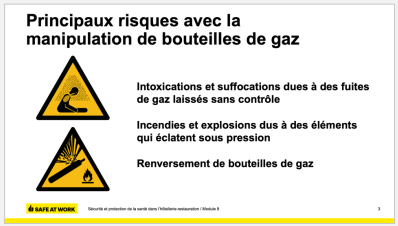
Gaz oxydants
Peuvent enflammer facilement certains matériaux autour d'eux et augmenter l'intensité d'un incendie.

Gaz liquéfiés à basse température (azote liquide)
En cas de fuite et d'échappement d'une grande quantité de gaz, le gaz peut entraîner des étourdissements, une perte de conscience et/ou la mort. Un contact direct avec le liquide peut causer des gelures.

Glace carbonique (CO_2, à l'état solide)
Peut créer une atmosphère asphyxiante entraînant des étourdissements, une perte de conscience et la mort.

Pour traiter le sujet du gaz carbonique (CO_2) dans les dispositifs de soutirage, vous pouvez vous référer à la fiche pédagogique du module 11.

Notes



Prise de conscience (~ 4')

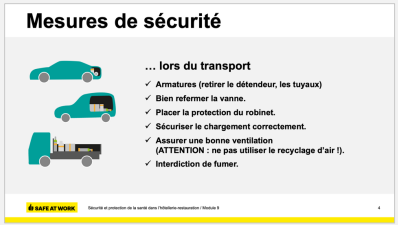
Slide 3

Les gaz contenus dans les bouteilles sont soumis à une forte pression. Les principaux risques avec la manipulation de bouteilles de gaz sont
– les intoxications et suffocations
– les incendies et explosions
– les blessures dues à un renversement de bouteilles de gaz

Notes

Traitement du thème (~ 4’)

Notes



Mesures de sécurité générales :

Slide 4

Lors du transport ...

Le transport des bouteilles de gaz doit être effectué dans des véhicules ouverts ou bien ventilés. Si le véhicule est doté d’un espace de chargement fermé, celui-ci doit être ventilé. Les véhicules dépourvus de ventilation ne sont pas appropriés.

Avant le transport
– Retirer le cas échéant les armatures branchées comme le détendeur ou les tuyaux.
– Bien refermer la vanne.
– Placer la protection du robinet (bouchon).

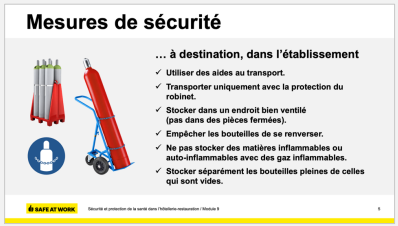
Lors du transport, placer les bouteilles de gaz de manière à ce qu’elles ne puissent pas bouger pendant le trajet et qu’elles soient bien protégées contre les chutes et le roulement.

Il est interdit de fumer (même des cigarettes électroniques) dans et autour du véhicule !

En cas de transport par voiture particulière, ouvrir la vitre arrière et mettre la ventilation au maximum. ATTENTION : ne pas utiliser le recyclage d’air !

Se rendre directement à la destination prévue.

Décharger immédiatement une fois arrivé.



Slide 5

À destination, dans l’établissement …

– Utiliser les aides au transport appropriées (diable pour bouteilles par ex.) pour transporter les bouteilles de gaz.
– Transporter uniquement les bouteilles avec la protection du robinet.
– Stocker les bouteilles dans un endroit bien ventilé (pas dans des pièces fermées).
– Empêcher les bouteilles de se renverser (avec des chaînes, par exemple).
– Ne pas stocker des matières inflammables ou auto-inflammables avec des gaz inflammables, stocker séparément les bouteilles pleines de celles qui sont vides.



Traitement du thème (~ 4')

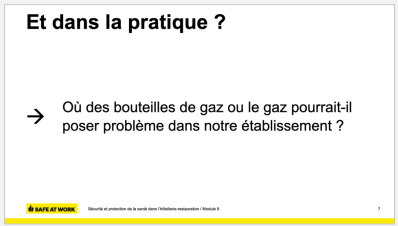
Slide 6

Sur le lieu de travail …

– Fermer la vanne avant de changer la bouteille.
– Raccorder le détendeur à la bouteille à l'aide d'une clé à fourche ou fermée (pas de pince).
– Ouvrir la vanne lentement, sans à-coups et entièrement (ne jamais forcer avec un outil).
– Ne pas huiler ni graisser la vanne.
– Vérifier l'étanchéité du raccord à l'aide d'un spray de détection des fuites par exemple
– En cas de longue interruption du soutirage du gaz, fermer la vanne.
– Il est strictement interdit de remplir ou de transvaser les bouteilles soi-même.
– Restituer les récipients/bouteilles de gaz comprimé avec une faible surpression (cela permet de garantir qu'aucun corps étranger ne puisse pénétrer dans le récipient).

Pour donner des instructions sur le changement des bouteilles de gaz, utilisez le prospectus « Gaz liquéfié: changement de bouteilles sans danger » de la Suva (numéro de commande 84016) ou les documents spécifiques mis à disposition par le fournisseur.

Si vous souhaitez parler du comportement à adopter en cas de fuite de gaz ou d'incendie, utilisez les recommandations de sécurité A03 « Mesures d'urgence pour bouteilles de gaz ».



En pratique (~ 4')

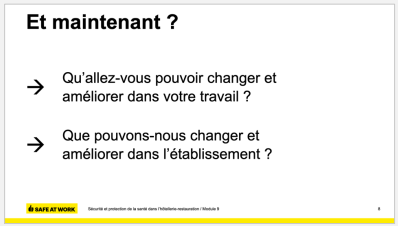
Slide 7

Où la manipulation de bouteilles de gaz ou de gaz pourrait-elle poser problème dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Abordez le sujet avec les participants directement sur place (par exemple à l'endroit où les bouteilles de gaz sont stockées ou changées) et discutez des mesures à prendre.

En dehors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer.

Notes



Amélioration (~ 2')

Slide 8

Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ? Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

En dehors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne nous met pas d'aides au transport à disposition ? ».

Suivi

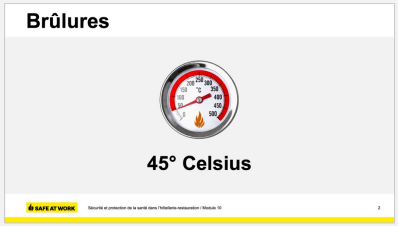
Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions de travail des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Brûlures





Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 15 à 30 minutes.

Traitement du thème (~ 4')

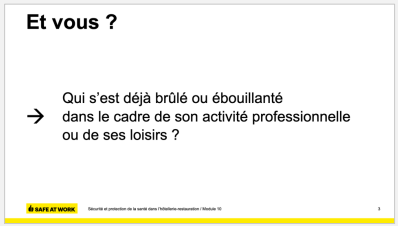
Slide 2

Les brûlures peuvent avoir différentes causes. Mais ce qu'elles ont toutes en commun, c'est l'effet des températures supérieures à 45°C sur la peau et les tissus. Deux tiers des brûlures se produisent à domicile, pendant les loisirs et dans la circulation ; un tiers sont des accidents professionnels.

Selon les assurances HOTELA et SWICA, environ 6 % des accidents professionnels en hôtellerie sont dus à des brûlures.

Les causes suivantes entrent entre autres en ligne de compte :
– brûlure due à de l'eau chaude ou de la vapeur d'eau et d'autres liquides ;
– brûlure de contact (due à des métaux brûlants comme un fer à repasser, une poêle, une machine) ;
– brûlure due à un contact avec une flamme (bougie, des vêtements en flammes, d'autres feux) ;
– brûlure due à des explosions (par ex. en cas d'explosions de gaz ou de matières explosives) ;
– rayonnement (soleil, solarium, rayons X) ;
– brûlure due au courant électrique (par ex. lignes haute tension, câbles conducteurs de courant défectueux, batteries de voiture).

Notes



Prise de conscience (~ 4’)

Slide 3

Qui s’est déjà brûlé ou ébouillanté dans le cadre de son activité professionnelle ou de ses loisirs ?

Demandez ensuite des informations sur les circonstances précises de la brûlure (où, quand, pourquoi, dans quelle situation, lors de quelle activité, etc.).

Réfléchissez à un scénario d’accident que vous pouvez raconter si les participants n’ont encore jamais été blessés par brûlure personnellement.

Notes

Traitement du thème (~ 10’)

Notes

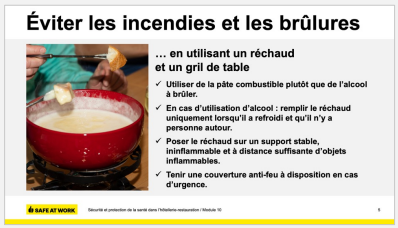
Éviter les brûlures...



Slide 4

... dans la cuisine

– Veiller à toujours éloigner les poignées des poêles, casseroles ou marmites du bord de la cuisinière.
– Toujours soulever le couvercle de casseroles / poêles chaudes à distance du corps.
– Ne jamais jeter de l’eau sur de la graisse chaude. Ne jamais jeter de l’eau sur de l’huile qui brûle, mais mettre un couvercle ou utiliser une couverture anti-feu.
– Lors du transport de récipients chauds, s’assurer que le contenu ne déborde pas.
– Porter des gants adaptés ou utiliser des torchons pour se protéger.



Slide 5

… avec un réchaud et un gril de table

– Utiliser de la pâte combustible plutôt que de l’alcool à brûler. Si vous utilisez de l’alcool à brûler : utiliser le réchaud uniquement lorsqu’il a refroidi et le remplir lorsqu’il n’y a personne autour.
– Poser le réchaud sur un support stable, ininflammable et à distance suffisante d’objets inflammables.
– Tenir une couverture antifeu à disposition en cas d’urgence.



Slide 6

… avec des appareils électriques

– Les batteries peuvent surchauffer et prendre feu spontanément.
– Ne pas laisser les appareils allumés sans surveillance, couper le mode veille.
– Les enrouleurs de câbles non déroulés peuvent prendre feu lorsqu’ils sont utilisés.
– Ne plus utiliser les appareils défectueux et les faire réparer immédiatement par un professionnel.



Slide 7

… avec un feu ouvert

– Faire attention à l'environnement : objets inflammables ? Sécheresse ? Vent ? Enfants à proximité ?
– Utiliser des allume-feux ou de la pâte combustible plutôt que des combustibles liquides.
– Surveiller le feu, éteindre complètement les braises avec de l'eau.

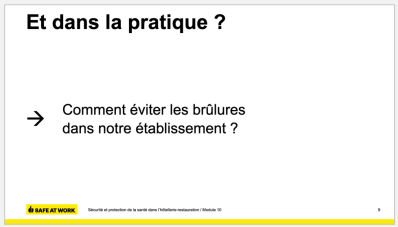


Slide 8

… avec des bougies

– Ne jamais les laisser brûler sans surveillance.
– Les éteindre lorsque vous quittez la pièce.
– Ne pas utiliser de support dont les matériaux sont inflammables.
– Garder une distance d'au moins 30 cm par rapport aux objets inflammables.

En pratique (~ 4')



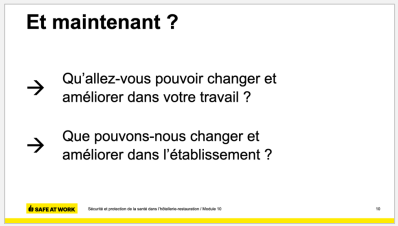
Slide 9

Comment éviter les brûlures dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet sur place (par ex. dans la cuisine, la lingerie) et discuter sur place des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à montrer.

Notes



Slide 10

Qu’allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ? Que pouvons-nous changer et améliorer dans l’établissement ?

Dans l’établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

Hors de l’établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l’établissement, préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne veut pas passer de l’alcool à brûler à la pâte combustible ? ».

Notes



Traitement du thème (~ 5')

Slide 11

Brûlures : Que faire en cas d'urgence ?
Il est important d'administrer les premiers secours rapidement et correctement. Une fois la personne touchée à l'abri du danger et éloignée de la source de chaleur, la première mesure à prendre – la plus importante – est de refroidir la brûlure avec de l'eau (env. 20°C). La région de la peau brûlée doit être placée sous une eau courante tempérée à environ 20°C. Il est déconseillé de plonger la blessure dans l'eau froide. L'eau glacée n'est pas non plus appropriée pour traiter une brûlure. Le refroidissement doit être poursuivi jusqu'à ce que la douleur s'estompe ou disparaisse, mais pas plus de 20 minutes. Il faut absolument éviter l'hypothermie.

Mesures immédiates sur le lieu de l'accident :

1. Garder son calme et rassurer les personnes concernées.
2. Enlever si possible les vêtements des parties du corps touchées.
3. Refroidir les parties touchées à l'eau (env. 20°C) jusqu'à disparition de la douleur, mais 20 minutes au maximum.
4. Envelopper les blessés dans des couvertures. S'il y en a une, utiliser la couverture de survie (argentée/dorée) de la trousse de secours comme première couche.
5. Composer le numéro d'urgence 144, appeler le médecin urgentiste. Pour les enfants, appeler le médecin urgentiste pour des blessures plus légères que dans le cas d'adultes.
6. Ne pas donner à boire ou à manger.
7. Ne pas laisser seules les personnes touchées après un incendie dans un bâtiment. En cas d'inhalation de gaz de combustion, des hallucinations et un état de confusion peuvent apparaître. Il arrive donc souvent que les personnes touchées ne soient pas coopératives et réagissent de manière inopportune.

Suivi

Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions de travail des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Le gaz carbonique (CO_2) dans les dispositifs de soutirage



Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

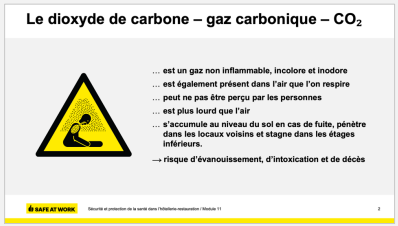
Souhaiter la bienvenue aux participants. Présenter le thème. Rappeler la durée du module : 15 à 25 minutes.

Pour des conseils sur le thème, voir

www.bgn.de
– ASI 6.80 « Sicherer Betrieb von Getränkeschankanlagen » (en allemand)
– ASI 6.80 Annexe 3 « Anweisungen für Austausch und Wechsel der Druckgasflaschen an Getränkeschankanlagen » (en allemand)

https://biere.swiss/autour-de-la-biere/le-debit/gaz-de-debit/

Notes



Slide 2

Pour que les boissons sortent fraîches et pétillantes du robinet, elles sont placées dans une installation de débit de boissons équipée au gaz. En principe, seuls les gaz inoffensifs selon la législation sur les denrées alimentaires sont autorisés : le dioxyde de carbone (CO_2 – E 290), l’azote (N_2 – E 941) ou leurs mélanges. Le gaz de débit ou comprimé le plus couramment utilisé est le dioxyde de carbone ou gaz carbonique comme on l’appelle familièrement. Le CO_2 est ininflammable, incolore et inodore et est environ 1 fois et demie plus lourd que l’air dans des conditions atmosphériques. CO_2 se répand donc surtout vers le bas et peut par exemple s’accumuler dans les caves. Si les mouvements d’air sont inexistants ou insuffisants, de telles accumulations de CO_2 peuvent se maintenir pendant de nombreuses heures. L’air que nous inhalons contient environ 0,03 % en volume de CO_2. Pour ces raisons, le gaz carbonique est pratiquement imperceptible par les organes sensoriels humains. Le dégagement de CO_2 dans des pièces fermées est par conséquent particulièrement dangereux. La concentration de CO_2 peut y être si élevée qu’un risque de suffocation ou d’intoxication apparaît.

Effets du CO_2 en fonction de sa concentration

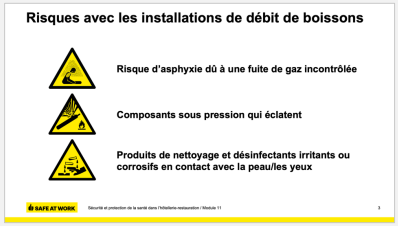
CO_2 dans l’air que l’on respire	**Symptômes d’intoxication sous l’effet massif du CO_2**
1–2 Vol. %	En général, pas d’influence sur l’organisme humain. En cas d’effort physique, modifications de la formule sanguine même avec une inhalation de courte durée (acidose d’effort).
2–4 Vol. %	Respiration renforcée, accélération du pouls.
4–8 Vol. %	Modifications de l’irrigation sanguine dans le cerveau. Maux de tête, vertiges, nausées, bourdonnements d’oreilles et autres troubles similaires.
8–10 Vol. % et plus	Convulsions, évanouissement rapide et décès dû à l’arrêt respiratoire.
20 Vol. %	Paralysie des centres vitaux en quelques secondes.

Valeurs limites

La valeur maximale d’exposition (VME) au CO_2 sur le lieu de travail s’élève en moyenne à 5000 ppm = 0,5 % en vol. = 9000 mg/m³.

Considérez les explications susmentionnées comme informations de fond et adaptez votre discours aux connaissances des participants

Notes

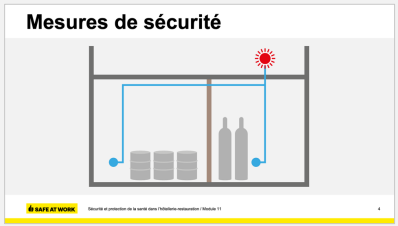


Slide 3

Les dangers impliquant un risque élevé pour la santé avec une installation de tirage sont en particulier :
– un risque d'asphyxie dû à une fuite de gaz incontrôlée ;
– des composants sous pression qui éclatent ;
– des produits de nettoyage et désinfectants irritants ou corrosifs en contact avec la peau/les yeux (en cas d'utilisation inappropriée).

Pour traiter les questions concernant
– **la manipulation de substances dangereuses, vous pouvez vous référer au module 5**
– **la peau, vous pouvez vous référer au module 6.**

Traitement du thème (~ 4')



Slide 4

Des mesures de protection sont nécessaires dans les endroits où du CO_2 peut s'échapper. Cela concerne en particulier les pièces où des bonbonnes de dioxyde de carbone ou de gaz mixte ou des réservoirs de boisson / de matière première sont branchés.

Les mesures appropriées impliquent soit
– une ventilation et une aération naturelles suffisantes des pièces, ou
– l'intégration d'une aération technique (celle-ci doit garantir un renouvellement de l'air au moins 2 fois par heure, pour un volume d'au moins 25 m³, avec une aération constante. Une circulation d'air frais suffisante et un signalement des dysfonctionnements, par exemple un signal lumineux rouge ou un avertisseur, sont nécessaires) ou
– la surveillance de la concentration en gaz à l'aide d'un détecteur de gaz. Le dispositif d'alarme et de signalement des dysfonctionnements du détecteur de gaz pour le dioxyde de carbone doit pouvoir être entendu dans les zones sécurisées mais aussi dans les zones à risques de toute façon. Des détecteurs de gaz (selon DIN 6653–2) équipés d'au moins deux seuils d'alerte doivent être installés. La préalarme se déclenche à partir d'une concentration de dioxyde de carbone de 1,5 % en volume, l'alarme principale à 3 % en volume et plus. La préalarme et l'alarme principale sont différentes tant sur le plan visuel que sonore. Lorsque l'alarme principale se déclenche, aucune personne ne peut être autorisée à pénétrer dans la zone à risques sans appareil de protection respiratoire avec apport d'air frais.

Une signalisation de danger doit être apposée à l'entrée de toutes les pièces dans lesquelles une fuite de gaz peut représenter un risque.

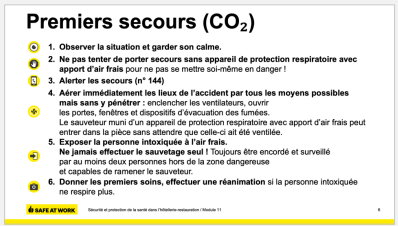
Notes



Traitement du thème (~ 4')

Slide 5

Attirer l'attention des collaborateurs sur les points suivants :
– laisser ouvertes les portes qui donnent sur les zones à risques (ex. porte de la chambre froide) lorsque des activités y sont réalisées.
– couper l'arrivée de gaz avant de raccorder / changer le réservoir de boisson / de matière première.
– raccorder soigneusement le détendeur à la bonbonne à l'aide d'une clé à fourche ou fermée (pas de pince).
– vérifier l'étanchéité à l'aide d'un spray de détection des fuites après chaque changement de bonbonne.
– effectuer des contrôles visuels réguliers pour constater d'éventuels défauts apparents (par exemple contrôle des conduites de gaz, des points de raccord amovibles ; si un dispositif de ventilation ou un détecteur de gaz est présent, en vérifier le bon fonctionnement).
– suivre les consignes de sécurité si le détecteur de gaz déclenche son alarme.



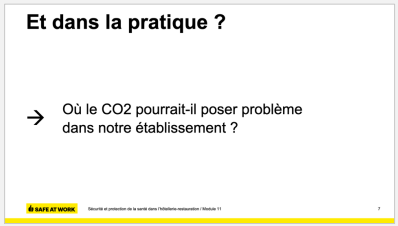
Traitement du thème (~ 4')

Slide 6

En cas d'incident, la procédure et les points suivants doivent être respectés :

1. Observer la situation et garder son calme.
2. Ne pas tenter de porter secours sans appareil de protection respiratoire avec apport d'air frais pour ne pas se mettre soi-même en danger !
3. Alerter les secours (n° 144)
4. Aérer immédiatement les lieux de l'accident par tous les moyens possibles mais sans y pénétrer :
enclencher les ventilateurs, ouvrir les portes, fenêtres et dispositifs d'évacuation des fumées. → Le sauveteur muni d'un appareil de protection respiratoire avec apport d'air frais peut entrer dans la pièce sans attendre que celle-ci ait été ventilée.
5. Exposer la personne intoxiquée à l'air frais.
→ Ne jamais effectuer le sauvetage seul ! Toujours être encordé et surveillé par au moins deux personnes hors de la zone dangereuse et capables de ramener le sauveteur.
6. Donner les premiers soins, effectuer une réanimation si la personne intoxiquée ne respire plus.

Notes



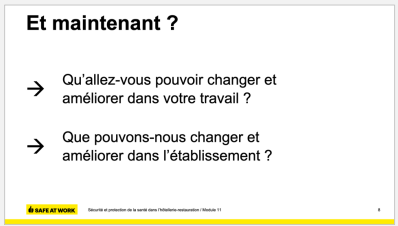
En pratique (~ 4')

Slide 7

Où le CO_2 pourrait-il poser problème dans notre établissement ?

Dans l'établissement :
Vous pouvez également thématiser le sujet directement sur place (par exemple près des bouteilles de gaz, des détecteurs de CO_2) et discuter des moyens à prévoir.

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Prévoir du matériel ou des photos à montrer.



Amélioration (~ 2')

Slide 8

Que pouvons-nous changer et améliorer dans l'établissement ? Qu'allez-vous pouvoir changer et améliorer dans votre travail ?

Dans l'établissement :
Noter les questions en suspens (y répondre ou les reprendre plus tard).

Hors de l'établissement (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Pour les formateurs externes à l'établissement : préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si mon patron ne nous met pas l'équipement de protection à disposition ? ».

Suivi

Selon les problèmes identifiés, rechercher des solutions pour améliorer les conditions de travail des collaborateurs.
Si nécessaire, mettre en place des mesures.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être suspendue dans l'établissement.

Notes

Solariums



Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Accueil des participants. Présentation du thème. Information sur la durée du module : 20-30 minutes.

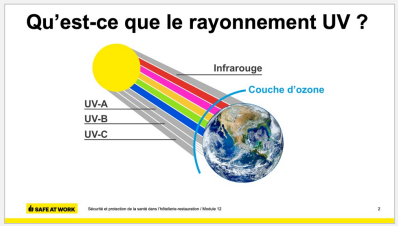
Quels sont les dangers principaux des solariums ?

Les dangers principaux sont :
– Maladies de la peau ou des yeux causées par les rayons UV
– Contact avec les produits de désinfection et de nettoyage
– Courant électrique

Nous allons maintenant aborder les risques représentés par les rayons UV seulement.

La manipulation de produits de désinfection et de nettoyage est décrite dans le module 5 « Manipulation de substances dangereuses » et la gestion du courant électrique est décrite dans le module 8 « Attention à l'électricité / au courant » de ce kit de formation.

Notes



Prise de conscience (~ 6’)

Slide 2

Les UV sont des rayons ultraviolets. Les rayons émis par le soleil sont composés de différents éléments :
– de la lumière visible dans les couleurs de l’arc-en-ciel du rouge au violet,
– de la lumière infrarouge invisible qui peut être ressentie comme un rayonnement thermique agréable
– et la lumière ultraviolette qui n’est ni visible, ni perceptible directement par nos sens.

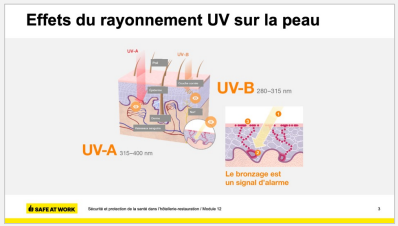
Ces différents types de rayons peuvent être caractérisés par leur longueur d’onde. Plus la longueur d’onde est faible, plus l’énergie contenue dans la lumière sera élevée. La lumière infrarouge a une longueur d’onde élevée. Dans la lumière visible à l’œil nu, la longueur d’onde devient de plus en plus courte, du rouge au violet. La lumière ultraviolette a une longueur d’onde courte et beaucoup d’énergie, ce qui fait qu’elle peut détruire certaines molécules chimiques.

Qui a déjà eu un coup de soleil ou une cécité des neiges (par exemple en allant faire du ski sans lunettes de soleil) ? Comment l’avez-vous vécu ?

Un coup de soleil ou une cécité des neiges se produit lorsque les rayons UV endommagent des cellules de la peau ou des yeux. Une inflammation apparaît alors. La peau ou les yeux rougissent à cause du flux sanguin accru.

Le rayonnement UV peut être distingué en rayons UV-A, UV-B et UV-C. Les rayons UV-C sont filtrés pratiquement entièrement par l’atmosphère et ne jouent donc pas un rôle important ici.

Notes



Traitement du thème (~ 4')

Slide 3

La peau est composée de différentes couches. L'épiderme est la couche extérieure de la peau. Il produit en continu de nouvelles cellules. Ces dernières meurent puis forment la couche cornée. Le derme est parcouru de vaisseaux sanguins et de nerfs. Il nourrit l'épiderme.

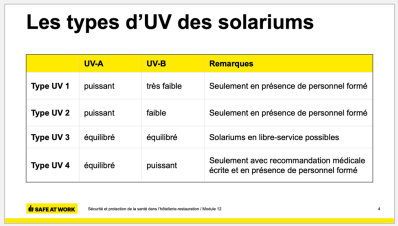
Les rayons UV-A sont peu chargés en énergie mais pénètrent jusque dans le derme. Ce sont ces rayons qui provoquent le vieillissement de la peau, les allergies au soleil et possiblement les cancers noirs de la peau.

Les rayons UV-B sont plus chargés en énergie et sont filtrés jusqu'à 95 % par l'atmosphère de la Terre selon l'état de la couche d'ozone. Les UV-B ne pénètrent que jusqu'à l'épiderme et mènent 1000 fois plus vite à un coup de soleil que les UV-A. Trop de rayons UV-B peuvent provoquer un cancer de la peau. Par ailleurs, une exposition aux UV-B est nécessaire à la production de vitamine D. Ne pas du tout s'exposer au soleil est donc également mauvais.

Le bronzage est un mécanisme de protection de la peau : stimulées par les rayons UV (1), des cellules spéciales appelées mélanocytes (2) produisent des pigments de couleur foncée (mélanine, 3). La mélanine est stockée dans la couche cornée et protège la peau des rayons UV, bien que de manière insuffisante.

Les rayons UV dans les solariums encouragent également le bronzage de la peau. Toutefois, comme les rayons du soleil, ces UV peuvent endommager la peau ou les yeux et provoquer un cancer.

Notes



Traitement du thème (~ 4')

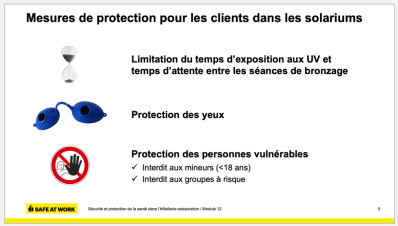
Slide 4

Selon les quantités d'UV-A et d'UV-B émises, les solariums sont répartis en différents types. Les types UV 1 et 2 ont des rayons UV-A importants et ne peuvent être exploités qu'en présence de personnel formé capable de conseiller les clients. Le type UV 3 a des rayons plus équilibrés et peut être exploité sans personnel. Mais ce type de solarium peut également être nocif pour la peau et les yeux en cas de mauvaise manipulation. Le type UV 4 a des rayons UV-B forts et ne peut être utilisé qu'avec une recommandation médicale écrite et en présence de personnel formé.

Les solariums doivent avoir la mention du type UV bien visible.

Montrez aux participants la mention du type UV sur les solariums disponibles.

Notes



Traitement du thème (~ 6')

Slide 5

Les mesures de sécurité principales pour les client(e)s peuvent être résumées comme suit

Limitation de la durée d'exposition aux rayons : la durée de la séance de bronzage doit être planifiée avec précision à chaque fois.

Temps d'attente entre les séances de bronzage : Un temps d'attente d'au moins 48 heures est nécessaire entre les séances de bronzage pour laisser à la peau le temps de se régénérer.

Montrez et expliquez aux participants l'affiche récapitulant les risques représentés par les rayons UV, les mesures pour se protéger contre ces derniers et les plannings de séance de bronzage personnalisés mis à disposition (selon la directive de l'OFSP, ces plans doivent être mis à disposition dans les solariums).

Protection des yeux : des lunettes de protection avec filtre anti-UV qui correspondent à des normes spécifiques doivent être portées.

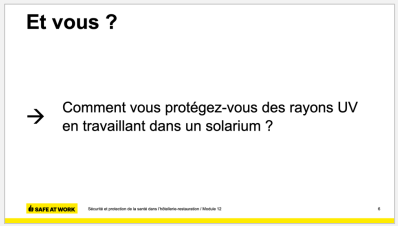
Montrez aux participants les lunettes de protection et le symbole de l'indice de protection sur les lunettes.

Protection des personnes vulnérables : Un rayonnement UV important nuit à la santé des jeunes. Les mineurs n'ont pas le droit d'utiliser les solariums. Les personnes souffrant ou ayant souffert d'un cancer de la peau, les personnes qui ont un risque de cancer accru ainsi que les personnes sensibles aux rayons UV ne doivent en aucun cas aller au solarium.

Montrez et expliquez aux participants l'affiche sur les groupes à risque (selon la directive de l'OFSP, elle doit être présente et utilisée dans les solariums).

Les modèles de panneaux explicatifs et de plannings de séance de bronzage sont en annexe à la directive de l'OFSP pour l'utilisation de solariums.
Vous trouverez des informations complémentaires sur les solariums sur le site de l'OFSP.

Notes



Application pratique (~ 4')

Slide 6

Comment se protéger des rayons UV en travaillant dans un solarium ?

Discutez avec les participants des mesures qui protègent le personnel des rayons UV. Montrez si nécessaire les mesures adaptées et laissez les participants vous faire la démonstration de leur mise en œuvre.

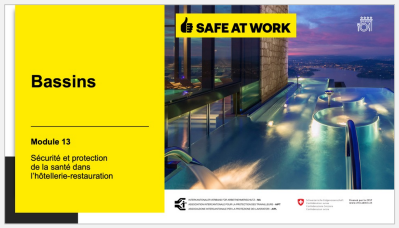
Suivi

Si des problèmes supplémentaires sont identifiés, recherchez des solutions pour améliorer les conditions de travail du personnel.
Si nécessaire, des mesures correctrices doivent être prises.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être accrochée dans l'établissement.

Notes

Bassins



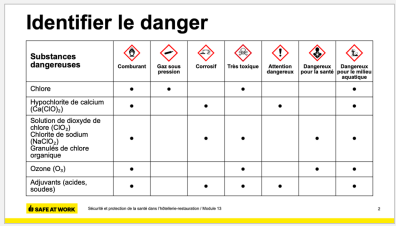
Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Accueil des participants. Présentation du thème. Durée du module : env. 20 à 40 minutes

Objectif : signaler les dangers et les comportements sécuritaires liés à la manipulation de produits chimiques pour la désinfection de l'eau de baignade et à l'utilisation des nettoyeurs haute pression.

Notes



Traitement du thème (~ 2')

Slide 2

Des produits chimiques dangereux interviennent dans la désinfection de l'eau de baignade. Les substances dangereuses suivantes sont utilisées en fonction de l'installation :
– Chlore
– Hypochlorite de calcium ($Ca(ClO)_2$)
– Solution de dioxyde de chlore (ClO_2), chlorite de sodium ($NaClO_2$), granulés de chlore organique
– Ozone (O_3)
– Additifs tels que des acides et des soudes

Ces substances représentent un danger pour les personnes et l'environnement.

Les principaux risques sont :

Comburant : la substance agit comme un oxydant et accélère fortement un incendie
Gaz sous pression : les gaz sont sous pression.
Corrosif : risque de brûlures des yeux, des muqueuses et de la peau

Très toxique : la substance provoque des empoisonnements

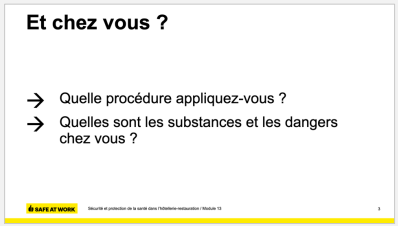
Nocif pour la santé
– Dangereux pour la santé : la substance endommage les organes (par ex. risque de cancer)
– Attention dangereux (irritant) : la substance endommage les voies respiratoires lorsqu'elle est inhalée

Nocif pour l'environnement : dégrade l'environnement (pas traité plus en détail)

Il est donc important de consulter les fiches de données de sécurité et de respecter les mesures de sécurité. Il s'agit entre autres d'entreposer les substances dangereuses de façon appropriée et de veiller à leur bonne manipulation.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Connaissez-vous la signalisation des substances dangereuses ?

Notes



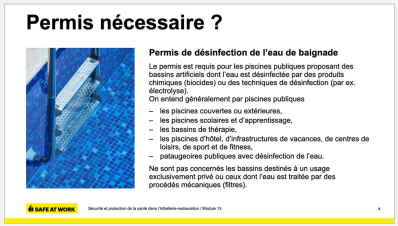
Prise de conscience (~ 3')

Slide 3

Maintenant que nous nous sommes familiarisés avec les risques, il est important d'évaluer dans quelle mesure nous sommes concernés.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
– Quelle procédure appliquons-nous ?
– Quelles sont les substances dangereuses présentes chez nous ?
– Qui travaille avec des substances dangereuses chez nous ?

Notes



Informations sur le permis (~ 2')

Slide 4

Comme nous l'avons vu, nous sommes aussi exposés aux risques.
Le permis est requis pour les piscines publiques proposant des bassins artificiels dont l'eau est désinfectée par des produits chimiques (biocides) ou des techniques de désinfection (par ex. électrolyse). On entend généralement par piscines publiques
– les piscines couvertes ou extérieures,
– les piscines scolaires et d'apprentissage,
– les bassins de thérapie,
– les piscines d'hôtel, d'infrastructures de vacances, de centres de loisirs, de sport et de fitness,
– pataugeoires publiques avec désinfection de l'eau.

Ne sont pas concernés les bassins destinés à un usage exclusivement privé ou ceux dont l'eau est traitée par des procédés mécaniques (filtres).
Le permis est délivré au terme d'une formation reconnue et d'un examen réussi.

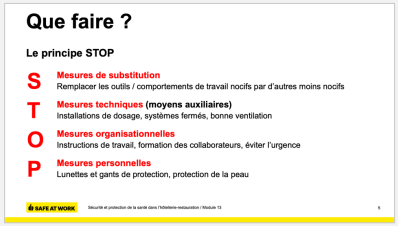
Nous ne sommes pas concernés : car...

Nous sommes concernés : _____ possède le permis chez nous. Notre spécialiste est présent au moins 1 x par semaine et est en charge des activités suivantes :
– Formation du personnel
– Contrôle de la sécurité / de l'environnement

Dans l'entreprise :
Clarifiez la situation au préalable. En tant que spécialiste, veuillez présenter votre permis le cas échéant et expliquer les tâches que vous accomplissez.

Voir :
– Ordonnance du DFI relative au permis pour l'emploi des désinfectants pour l'eau des piscines publiques (OPer-D), RS 814.812.31
– Notice A10 (https://www.chemsuisse.ch)

Notes



Application pratique (~ 3')

Slide 5

Le principe STOP peut être appliqué pour réduire les risques. Cet acronyme signifie

S = mesures de substitution : il convient de remplacer les substances dangereuses par d'autres moins dangereuses dans la mesure du possible. Vérifiez les possibilités par exemple avec votre fournisseur.

T = mesures techniques : voyez comment réduire les risques par des mesures techniques. Exemples : systèmes fermés, installations de dosage automatiques ou bonne ventilation des pièces.

O = mesures organisationnelles : voyez comment réduire les risques par des mesures organisationnelles. Exemples : instructions de travail précisant comment le travail doit être exécuté, formation des collaborateurs ou éviter tout empressement lors de la manipulation des produits dangereux.

P = mesures de protection individuelle : si des risques impossibles à diminuer subsistent, il reste la solution d'équiper les collaborateurs de lunettes de protection, gants de protection, etc. Il est essentiel que chacun respecte ces mesures ! Les collaborateurs devraient être impliqués dans le choix de l'équipement pour augmenter leur acceptation.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Prenons l'exemple du détergent acide. Comment appliquer le principe STOP chez nous ?

Dans l'entreprise :
Le sujet est également traité dans le chapitre Nettoyage. La diapositive peut éventuellement être laissée de côté ou vous pouvez la présenter à titre de répétition. Vous pouvez aborder le sujet directement sur le lieu de travail ou dans le stock et expliquer aux participants les mesures à prendre sur site.

Hors entreprise (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à présenter.

Notes

Notes



Slide 6

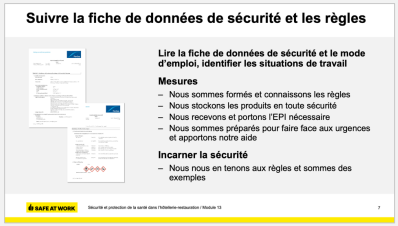
Retour à nos dangers. La connaissance des dangers et des règles de conduite applicables est importante pour nous.

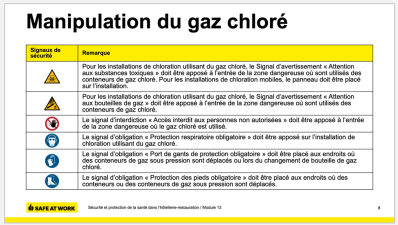
Ces pictogrammes signifient :

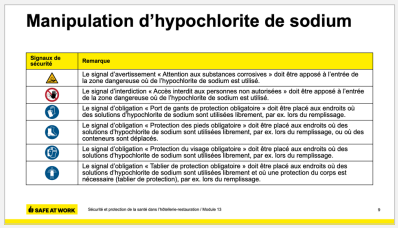
Danger	Interdictions	Obligations
Comburant		
Corrosif		
Très Toxique		
Nocif pour la santé		

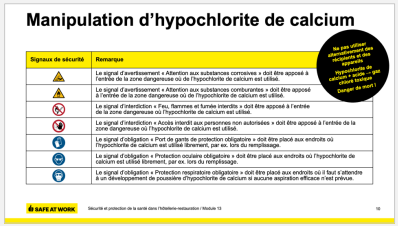
Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Qu'est-ce que cela signifie pour nous ?
Pouvons-nous encore optimiser quelque chose dans le domaine de l'EPI ? Les gants de protection conviennent-ils ou faut-il commander d'autres tailles ?

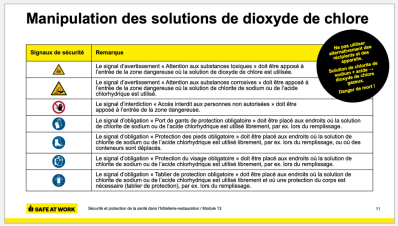
Dans l'entreprise :
Vous pouvez aussi aborder le sujet directement sur le lieu de travail ou dans le stock et expliquer aux participants les mesures à prendre sur site. Le cas échéant, chaque participant peut aussi essayer l'EPI.











Slides 7–11

Des règles de sécurité sont établies et mises en œuvre en fonction des dangers.

Elles se basent sur la fiche de données de sécurité délivrée par le fournisseur avec chaque produit chimique. La fiche de données de sécurité décrit tous les dangers et les mesures nécessaires.

Les mesures en vigueur importantes pour nous sont résumées dans le mode d’emploi.

Les mesures suivantes doivent être appliquées au quotidien :
– Nous sommes formés et connaissons les règles.
– Nous entreposons les produits en toute sécurité (plus d’informations ci-après).
– Nous recevons l’EPI nécessaire et le portons chaque fois que nous sommes en contact avec des substances dangereuses.
– Nous sommes préparés pour faire face aux urgences et apportons notre aide (plus d’informations ci-après).

Nous nous en tenons aux règles et sommes des exemples.

Sélectionnez parmi les Slides 8–11 celle correspondant à votre procédure et lisez les règles concrètes.

Préparez un mode d’emploi et discutez des règles de conduite y décrites.

Notes



Application pratique (~ 2')

Slide 12

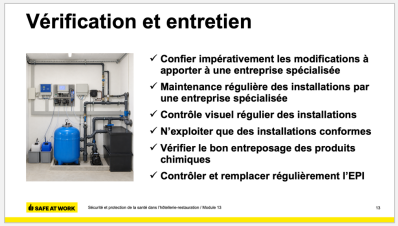
Il est important d'entreposer correctement les produits chimiques, comme déjà mentionné. Voici les principales règles.

– Le stockage se fait toujours dans les contenants d'origine. Nous ne transvasons jamais les produits chimiques dans d'autres contenants.
– Tous les produits chimiques sont stockés dans des locaux fermés uniquement accessibles aux personnes autorisées.
– Nous ne stockons que les quantités nécessaires afin de réduire le risque.
– Si nous stockons de plus grandes quantités, nous veillons à séparer les acides des soudes et des substances chlorées. Chaque groupe de substances est entreposé au-dessus de son propre bac de rétention d'une capacité au moins égale à celle du contenant (obligatoire à partir de 100 kg).

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Devons-nous modifier quelque chose ? Que pouvons-nous améliorer ?

Examinez vos fiches de données de sécurité et discutez des règles de stockage qui y sont décrites.

Notes



Application pratique (~ 2')

Slide 13

Pour une manipulation sûre, il est en outre important de prendre en compte les points suivants :

– Confier impérativement les modifications à apporter à une entreprise spécialisée. Il est interdit de modifier les installations soi-même. Les changements éventuels font l'objet de discussions et sont mis en œuvre par une société spécialisée.
– Les installations sont entretenues régulièrement par une société spécialisée.
– Effectuer régulièrement des contrôles visuels des installations. Contrôler régulièrement les points critiques tels que les tuyaux ou les éléments électriques.
– N'exploiter que des installations conformes.
– Une défaillance détectée doit être immédiatement signalée et réparée.
– Vérifier le bon entreposage des produits chimiques : Vérifier aussi le stockage lors de l'inspection visuelle (y a-t-il un écoulement ?...).
– Contrôler et remplacer régulièrement l'EPI : contrôler aussi l'EPI. Les gants, lunettes ou masques sales ou usés doivent être remplacés.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Que pouvons-nous améliorer ? Comment le remplacement de l'EPI se déroule-t-il chez nous ? Voulons-nous consigner les résultats des contrôles visuels ?

Dans l'entreprise :
Vous pouvez aussi aborder le sujet directement près des installations et dans le stock et expliquer aux participants les mesures à prendre sur site.

Hors entreprise (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez du matériel ou des photos à présenter.

Notes



Slide 14

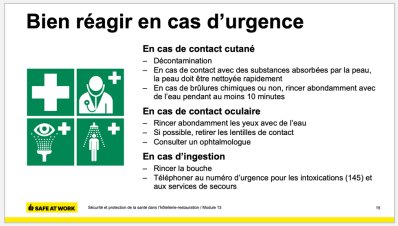
Les accidents liés à la manipulation des nettoyeurs haute pression et à mousse peuvent être évités…

… avant le début du nettoyage :
– Recouvrir les éléments électriques et sensibles
– Vérifier avant le travail : lance : le tuyau, les raccords, le dispositif de verrouillage sont-ils intacts ? nettoyeur haute pression : les parties électriques, les branchements, le frein sont-ils intacts ?
– Sélectionner la bonne buse

… pendant l'opération de nettoyage :
– Régler la pression d'utilisation aussi faible que possible (autant que nécessaire)
– Ne jamais diriger le jet vers des personnes / des pièces conductrices de courant
– Choisir un emplacement sûr
– Ne pas manipuler la poignée
– Ne pas tirer sur le tuyau des appareils mobiles
– Veiller à ce que les flexibles ne soient pas endommagés, coincés, écrasés sous la machine ni soumis à des forces de traction ou des flexions excessives
– Ne déposer les tuyaux et les lances qu'après avoir coupé l'alimentation en eau (protection contre les mouvements incontrôlables de ces éléments)
– Pendant le fonctionnement, vérifier l'état des flexibles, etc.
– Ne jamais bloquer les dispositifs d'activation du jet
– Ranger les lances et pistolets de manière à empêcher tout déclenchement impromptu du jet
– Porter un EPI adapté (lunettes de protection, protection auditive, gants, tablier, bottines, évent. protection respiratoire)

… après l'opération de nettoyage :
– Éteindre l'interrupteur principal, retirer la fiche électrique
– Déposer ou suspendre les tuyaux dans un endroit approprié après usage
– Éliminer la pression résiduelle conformément aux instructions du fabricant

Notes



Slide 15

En cas d'incident lors de la manipulation de produits chimiques, il est important de réagir rapidement et correctement. Principaux conseils :

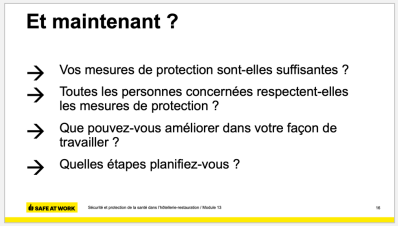
En cas de contact cutané :
– Décontamination
– En cas de contact avec des substances absorbées par la peau, la peau doit être nettoyée rapidement.
– En cas de brûlures chimiques ou non, la peau doit être rincée abondamment avec de l'eau pendant au moins 10 minutes.

En cas de contact oculaire
– Rincer abondamment les yeux avec de l'eau.
– Si possible, retirer les lentilles de contact.
– Consulter un ophtalmologue

En cas d'ingestion :
– Rincer immédiatement la bouche.
– Téléphoner au numéro d'urgence pour les intoxications (145) et aux services de secours

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Comment réalise-t-on un rinçage oculaire ? Avons-nous besoin d'un flacon de rinçage ? Où l'ophtalmologue le plus proche se trouve-t-il ? Avons-nous un plan d'urgence ?

Notes



Application pratique (~ 3')

Slide 16

Discutez des points suivants : Nos mesures de protection sont-elles suffisantes ? Toutes les personnes concernées respectent-elles les mesures de protection ? Que peut-on améliorer dans notre façon de travailler ? Quelles étapes planifions-nous ?

Dans l'entreprise :
Complétez éventuellement la liste de questions. Notez les réponses (pour les reprendre plus tard).

Hors entreprise (par ex. école professionnelle) :
Pour les formateurs externes à l'entreprise : Préparez-vous à répondre à des questions telles que « Que faire si les règles de sécurité ne sont pas respectées dans mon établissement ? ».

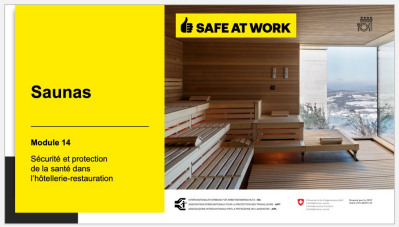
Suivi

Selon les problèmes identifiés, recherchez des solutions pour améliorer les conditions de travail des collaborateurs.
Si nécessaire, des mesures correctrices doivent être prises.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être accrochée dans l'atelier.

Notes

Saunas



Présentation du thème (~ 1')

Slide 1

Accueil des participants. Présentation du thème. Information sur la durée du module : 25-40 minutes.

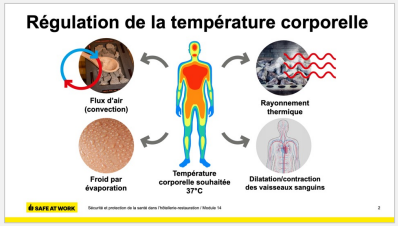
Quels sont les principaux dangers dans les saunas ?

Les principaux dangers sont
– les glissades, les trébuchements et les chutes
– les incidents impliquant des personnes (problèmes médicaux comme par ex. des troubles circulatoires)
– les risques d'incendie
– la manipulation de substances dangereuses

Nous allons voir ci-après avant tout les incidents médicaux provoqués par la surchauffe et, brièvement, les risques d'incendie.

Les « glissades, trébuchements et chutes » sont abordés dans le module 1 tandis que la « manipulation de substances dangereuses » est traitée dans le module 5 de ce kit de formation.

Notes



Prise de conscience (~ 4')

Slide 2

L'être humain a le sang chaud, comme d'autres mammifères et oiseaux. Ceux-ci régulent la température de leur corps à un niveau constant, indépendamment de la température ambiante. Chez l'homme, la température se situe à 37°C et cette régulation est très importante pour sa santé. Une température corporelle supérieure à 40°C peut mener à la mort et une température inférieure à 33°C à une hypothermie. L'homme se sent en bonne santé quand il a une température située entre 36,3 et 37,4°C – ce qui est une fourchette plutôt étroite !

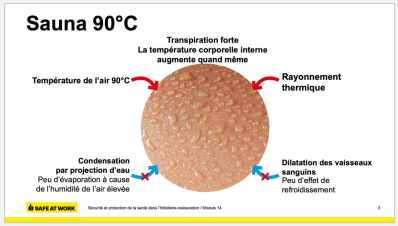
Qui a déjà eu une hypothermie, une température élevée ou de la fièvre ? Comment l'avez-vous vécu ?

Nous parlons de fièvre lorsque la température du corps est nettement élevée. Il convient de noter qu'il s'agit ici de la température interne du corps. Dans l'enveloppe du corps, la température peut être bien plus basse. Dans les doigts et les orteils, la température peut même descendre à 5°C pendant une courte période, sans qu'il n'y ait de dégâts durables.

Pour la régulation, donc le refroidissement mais aussi le réchauffement, les effets suivants jouent un rôle important.

– Flux d'air ou convection : la chaleur est dirigée vers la peau ou éloignée d'elle par l'air.
– Rayonnement thermique : ici, la chaleur est amenée ou évacuée par rayonnement. Par exemple, nous ressentons la chaleur des rayons du soleil même lorsque la température de l'air est basse. L'être humain peut également émettre de la chaleur, par exemple lorsqu'il est debout devant un mur froid ou une fenêtre froide – il ressentira comme un courant d'air, même si l'air ne circule pas.
– Froid par évaporation : l'eau qui s'évapore a besoin d'énergie, ce qui refroidit la surface sur laquelle elle se trouve. C'est également cet effet qui permet à l'être humain de réguler efficacement sa température interne lorsque la température ambiante est élevée. Lorsque les températures s'envolent, nous transpirons et notre peau devient humide. Si la température augmente plus légèrement, l'eau s'évapore de nos pores sans former de sueur.
– Dilatation/contraction des vaisseaux sanguins : grâce à la régulation des vaisseaux sanguins, le sang peut davantage circuler jusqu'aux extrémités, comme les bras et les jambes, et dégager de la chaleur. Toutefois, il peut aussi être retenu dans le centre du corps pour perdre moins de chaleur. Les mains et les pieds sont donc froids.

Notes



Traitement du thème (~ 2')

Slide 3

Au sauna, le corps est exposé à beaucoup de chaleur :
– L'air est très chaud, généralement à 90°C.
– Le poêle du sauna rayonne également de la chaleur supplémentaire.

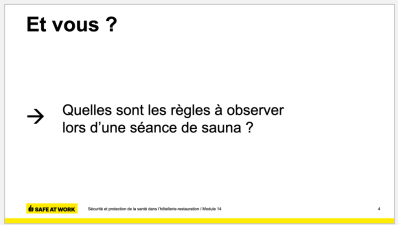
Afin de garder la température du corps basse, soit à 37°C si possible, nous commençons à transpirer. C'est l'objectif même d'une séance de sauna.

Les vaisseaux sanguins se dilatent pour que la chaleur puisse être bien transportée à la surface du corps.

Pour stimuler encore davantage le chaud, des projections d'eau sont parfois réalisées. L'eau s'évapore et l'humidité de l'air dans le sauna augmente. L'effet de refroidissement par évaporation est réduit.

De manière générale, le refroidissement n'est alors plus suffisant et la température corporelle commence à monter. Survient alors le risque d'une surchauffe !
– C'est pourquoi il est important de limiter la durée de ses séances de sauna.
– Et aussi de refroidir son corps après.

Notes

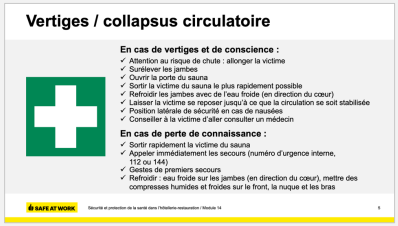


Application pratique (~ 4')

Slide 4

Quelles règles doivent être respectées lors d'une visite au sauna ?

Discutez des règles de saunas proposées avec les participants.



Notes

Slide 5

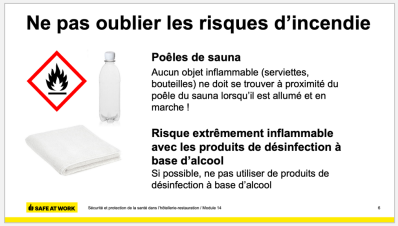
Une surchauffe ou un coup de chaleur arrivent très rarement au sauna. Il est plus fréquent d'avoir des problèmes de circulation.

La dilatation des vaisseaux sanguins peut fortement réduire la pression artérielle. Les symptômes suivants peuvent apparaître : faiblesse, vertiges, nausée, maux de tête et, en cas extrême, évanouissement.

Quand la personne est encore consciente, elle devrait s'allonger le plus rapidement possible pour ne pas vaciller, chuter ou se blesser. Garder les jambes surélevées aide à maintenir la pression artérielle équilibrée dans la tête. Ouvrir la porte permet de refroidir un peu le sauna. La personne devrait quitter la pièce avec l'aide de quelqu'un dès que possible et se rallonger. Refroidir les jambes avec de l'eau – des pieds vers les cuisses – aide à stabiliser la circulation. En cas de nausées, la personne doit se mettre en position latérale de sécurité afin de permettre au vomi de s'écouler. Conseillez à la personne d'aller consulter un médecin.

Si la personne est inconsciente, il faut réagir rapidement :
– Deux personnes doivent la sortir du sauna et
– Les premiers secours doivent être appelés immédiatement : la personne responsable des premiers secours dans l'établissement et les secours au numéro 144 ou 112.
– Selon l'état de la personne, les premiers secours doivent être dispensés : position latérale de sécurité, surveillance, év. faire un massage cardiaque, des insufflations, et utiliser le défibrillateur.
– Continuer à refroidir la personne : mettre de l'eau froide sur les jambes, des pieds vers les cuisses, mettre des compresses humides et fraîches sur le front, la nuque et les bras.

Montrez aux participants les dispositifs d'urgence comme le plan d'urgence et d'alarme ainsi que le bouton d'alarme.



Traitement du thème (~ 2')

Slide 6

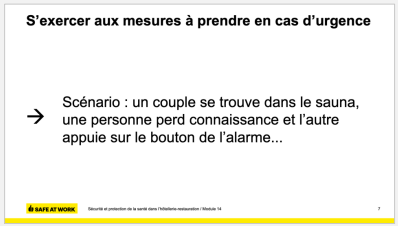
Un autre danger qu'il ne faut pas oublier est le risque d'incendie.

Lors de l'allumage et de l'utilisation du poêle du sauna, veillez à ce qu'aucun objet inflammable ne se trouve à proximité du four, par ex. des serviettes ou des bouteilles en plastique oubliées

À cause des températures élevées, l'alcool des produits de désinfection et de nettoyage peut s'évaporer. Un mélange explosif d'air et de vapeurs d'alcool risque de se créer. Évitez donc si possible d'utiliser des produits de désinfection et de nettoyage contenant de l'alcool dans les saunas.

Montrez aux participants quels produits de désinfection et de nettoyage peuvent être utilisés et lesquels sont à proscrire.

Notes



Application pratique (~ 10')

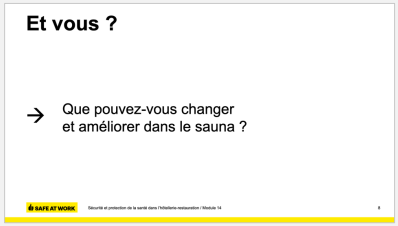
Slide 7

Effectuez un exercice d'urgence conformément à votre plan d'urgence. Par exemple basé sur le scénario suivant :

« Un couple se trouve dans le sauna, une personne perd connaissance, l'autre appuie sur le bouton d'alarme...»

Faites jouer le couple à deux participants et faites les gestes de premier secours de la manière la plus authentique possible.

Demandez à une participante ou un participant de chronométrer l'arrivée des premiers secours.



Application pratique (~ 4')

Slide 8

Débriefing : Discutez avec les participants de ce qui s'est bien passé pendant l'exercice et des problèmes qu'il y a eu.

Demandez également aux participants de relever d'autres problèmes qu'ils ont remarqués.

Discutez avec les participants des solutions possibles.

Suivi

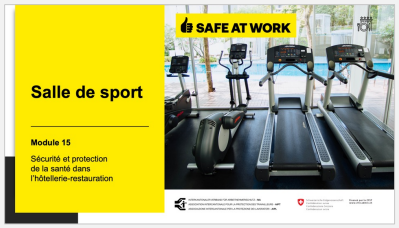
Si des problèmes supplémentaires sont identifiés, recherchez des solutions pour améliorer les conditions de travail du personnel.
Si nécessaire, des mesures correctrices doivent être prises.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être accrochée dans l'établissement.

Notes

Fiche pédagogique – Module 15

Salle de sport



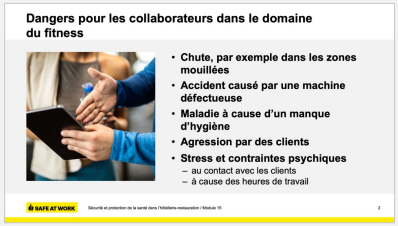
Présentation du thème (~ 1 min)

Slide 1

Accueil des participants. Présentation du thème. Durée du module : env. 20 minutes.

Objectif : enseigner sur les risques ainsi que les bonnes pratiques en matière de sécurité dans le domaine du fitness

Notes



Application pratique (~ 4')

Slide 2

Notre objectif est d'assurer une exploitation sûre des centres de fitness. Sûre pour nous et sûre pour nos clients. Selon une évaluation de la Suva, le nombre d'accidents a plus que doublé en dix ans – une raison d'examiner la situation de plus près.

Commençons avec notre propre sécurité. Quels sont les dangers ?

Chute, par exemple dans les zones mouillées

Accident causé par une machine défectueuse

Maladie à cause d'un manque d'hygiène

Agression par des clients

Stress et contraintes psychiques

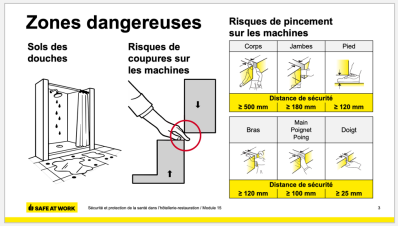
– au contact avec les clients

– à cause des heures de travail

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Où les dangers se situent-ils chez nous ? Des accidents sont-ils déjà arrivés chez nous et si oui, où ?

Au centre de fitness :
Discutez év. aussi des contraintes psychiques que vous subissez.

Notes



Informations (~ 3')

Slide 3

Observons les dangers typiques de plus près.

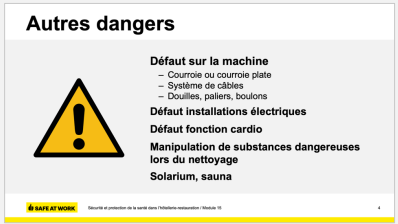
Sols des douches :
– La surface du sol offre-t-elle suffisamment de stabilité ?
– Y a-t-il des marches ? Sont-elles suffisamment bien signalées ?
– L'éclairage est-il suffisant ?

Il peut y avoir des endroits non protégés avec des risques de pincement et de coupures au niveau des machines :
– les pincements peuvent arriver lorsque deux éléments se rapprochent au point qu'ils peuvent pincer un membre.
– Les coupures peuvent arriver quand un élément (par ex. un poids) s'approche d'un autre élément et qu'il peut ainsi couper un membre.

Les questions suivantes peuvent être posées aux participants :
Quelle est la situation chez nous ? Quelles sont les zones dangereuses présentes chez nous ?

Dans la salle de sport :
Vous pouvez discuter du sujet (en incluant les diapos suivantes) avec les participants directement dans l'espace fitness et identifier les mesures à prendre sur place.

Notes



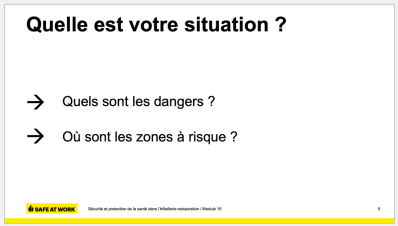
Informations (~ 2 min)

Slide 4

Selon les machines à disposition, il peut y avoir des dangers supplémentaires. Ils peuvent arriver pour les raisons suivantes :

– Défauts sur des machines : Des défauts dangereux peuvent apparaître sur les sangles, les cordes ou même dans les zones avec des boulons ou des douilles
– Pour les machines fonctionnant avec de l'électricité, les éléments électriques peuvent présenter des défaillances. Le risque d'électrocution ne doit donc pas être exclu.
– De plus, une machine avec fonction cardio défectueuse peut être dangereuse pour l'utilisateur. Cela peut entraîner des surmenages impromptus dangereux, surtout pour les personnes peu entraînées.
– La manipulation de substances dangereuses pendant le nettoyage peut également constituer un risque. Merci de tenir compte ici du module 5.
– Si le centre de fitness a un solarium ou un sauna à disposition, les dangers de ces derniers sont abordés dans les modules 12 et 14 respectivement.

Dans la salle de sport :
Clarifiez d'abord la situation et adaptez la diapositive à votre domaine.



Réflexions (~ 3 min)

Slide 5

Transposons ces dangers généraux à notre centre de fitness. Quels sont les dangers? Où sont les zones à risques ?

Dans la salle de sport :
Vous pouvez discuter du sujet directement dans la zone de fitness et identifier avec les participants les mesures à prendre sur place.

Hors de la salle de sport (par ex. école professionnelle, cours interentreprises) :
Préparez le matériel ou les photos que vous souhaitez présenter.

Notes



Application pratique (~ 2 min)

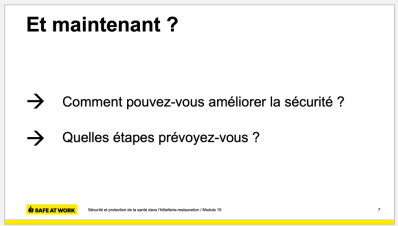
Slide 6

Maintenant que nous connaissons les dangers qui peuvent se présenter à nous, il s'agit de se demander comment les affronter.

En principe, il est important de contrôler régulièrement le bon fonctionnement de tous les éléments. C'est pourquoi nous prenons les mesures suivantes : Nous faisons tous les jours un contrôle visuel :
– Installations de communication et de sécurité
– Marquage / panneau d'avertissement sur les machines
– Distances
– Sécurité électrique
– Stabilité des machines
– Protection des endroits avec risques de pincement et de coupure
– Fonction cardio
De plus, un contrôle approfondi du fonctionnement des machines a lieu chaque mois et une inspection est réalisée chaque année par un spécialiste.

Dans la salle de sport :
Vous pouvez aborder le sujet directement dans l'espace fitness et effectuer les contrôles visuels sur place.

Notes



Amélioration (~ 5 min)

Slide 7

Et dans la pratique ? Discutez des points suivants : Comment pouvons-nous améliorer la sécurité ? Quelles étapes planifions-nous ?

Dans la salle de sport :
Complétez éventuellement les questions. Notez les réponses (pour les reprendre plus tard).

Suivi

Selon les problèmes identifiés, recherchez des solutions pour améliorer les conditions de travail du personnel.
Si nécessaire, des mesures correctrices doivent être prises.

Suite à la formation, l'affiche du thème traité peut être accrochée dans l'établissement.

Notes



Contacts / Liens

SAFE AT WORK est la marque de prévention des cantons pour plus de sécurité et de santé au travail. Elle est rattachée à l'Association intercantonale pour la protection des travailleurs (AIPT).

www.safeatwork.ch

Solution de branche « Sécurité au travail dans l'hôtellerie » :
arbeitssicherheit@hotelgastrosafety.ch
www.hotelgastrosafety.ch

Associations :

GastroSuisse
Blumenfeldstrasse 20, Case postale, 8046 Zürich
Tél: 0848 377 111
rechtsdienst@gastrosuisse.ch
www.gastrosuisse.ch

HotellerieSuisse
Monbijoustrasse 130, Case postale, 3001 Bern
Tél: 031 370 41 11
info@hotelleriesuisse.ch
www.hotelleriesuisse.ch

SCA Swiss Catering Association
Flüelastrasse 51, Case postale, 8047 Zürich
Tél: 044 388 35 35
info@swisscateringassociation.ch
www.swisscateringassociation.ch

CafetierSuisse
Bleicherweg 54, 8002 Zürich
Tél: 044 201 67 77
info@cafetier.ch
www.cafetier.ch

Télécharger le kit de formation :
safeatwork.ch – Kit de formation hôtellerie-restauration