

Pour en savoir plus

Réseau Information Jeunesse

www.ij-bretagne.com : rubrique S'informer / Prendre soin de soi / Mal-être / Adresses utiles par département

Fil Santé Jeunes

www.filsantejeunes.com
Tous les jours de 8h à minuit : 32 24 (d'un téléphone fixe – appel gratuit) ou 01 44 93 30 74

Drogues Info Service

www.drogues-info-service.fr : rubrique dialoguer // voir aussi rubrique adresses utiles

Carsat Bretagne

www.carsat-bretagne.fr : rubrique entreprises / risques professionnels / thèmes risques // voir aussi rubrique entreprise / risques professionnels / documentation

INRS

Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles
www.inrs.fr : rubrique risques // voir aussi rubrique démarches de prévention / ABC de la prévention / principes généraux

Cafés-Hôtels-Restaurants-Discothèques

www.chodevant.fr : rubrique Documents téléchargeables / Plaquette la bonne recette pour ma santé

Le CRIJ Bretagne (Centre Régional Information jeunesse) a pour mission l'information des jeunes sur tous les sujets qui les concernent.

La Carsat Bretagne (Caisse d'Assurance Retraite et de Santé au Travail) dont une des missions est la prévention des risques professionnels dans les entreprises.

Leur partenariat résulte d'une volonté partagée de sensibiliser les jeunes aux risques professionnels



CRIJ Bretagne
Le 4bis, cours des Alliés
35000 Rennes
02 99 31 47 48

contact@crij-bretagne.com
www.crij-bretagne.com



Carsat Bretagne
236 rue de Châteaugiron
35000 Rennes
02 99 26 74 63

drpcdi@carsat-bretagne.fr
www.carsat-bretagne.fr

Votre santé au travail

Les métiers de l'hôtellerie et de la restauration



Les bons réflexes pour s'informer

Dans l'hôtellerie-restauration, il existe une grande diversité de métiers : barman, concierge, plongeur, gérant ... Stagiaire, en formation, employé en extra, saisonnier ou salarié permanent, **vous êtes tous concernés par la prévention des risques professionnels.**

Le contrat de travail ou la convention de stage

Obligatoires quelle que soit la durée du travail ou du stage, ils situent légalement le cadre de votre poste professionnel, que vous soyez permanent, stagiaire...

Le règlement intérieur

Fixe obligatoirement les règles de vie au sein de l'entreprise (horaires, sanctions, hygiène et consignes de sécurité) et rappelle les droits et devoirs des salariés. Il est établi dans chaque structure, est accessible à tous.

Le Document Unique

Liste et hiérarchise les risques professionnels auxquels sont exposés les salariés et propose des solutions pour les éviter. Dans chaque entreprise il doit être rédigé par l'employeur, quels que soient les risques et le domaine d'activité. Vous pouvez y avoir accès librement.

Les bons réflexes pour se protéger

Être accompagné

Votre **référént** (tuteur, responsable, chef de salle...) est là pour vous accueillir, répondre à vos questions et vous expliquer les dangers des situations auxquelles vous pouvez être exposé.

L'employeur a l'**obligation d'informer et de former** ses salariés, notamment à votre arrivée dans l'entreprise.

Une visite médicale du travail est prévue à l'embauche en CDD ou CDI, puis périodiquement.

Pour connaître les règles de sécurité des métiers de l'hôtellerie et de la restauration, il faut être formé : en formation initiale ou continue.

Être acteur de prévention

Pour prendre soin de vous et de vos collègues :

- Bien manger, bien dormir, être vigilant sur le trajet domicile-travail sont les premiers bons réflexes.
- La consommation d'alcool, de tabac, de médicaments ou de drogues modifie le comportement, perturbe la concentration et fait relativiser les dangers.
- Porter des tenues adaptées à votre travail et éviter les bagues et les vêtements amples.
- Pendant les « coups de feu » être vigilant : la multiplicité des tâches vous rend moins prudent et il suffit que le sol soit glissant ou que les assiettes soient chaudes pour qu'un accident arrive.
- Adopter les bonnes postures, conseillées par votre référént, quand vous portez des charges.

Pertes d'équilibre et glissades sont les premières causes d'accident dans l'hôtellerie-restauration. Les conséquences peuvent être graves, d'une simple contusion à une fracture.

Les bons réflexes pour alerter

Partager ses interrogations avec :

- Votre **référént** (tuteur, chef de salle, chef d'équipe...), vos formateurs ou vos collègues,
- Votre **famille** et vos **amis** pour trouver du soutien,
- Un **PAEJ** (Point Accueil Ecoute Jeunes), où vous serez accueilli, écouté et conseillé par des professionnels sur votre santé au travail : mal être, souffrances, isolement ...
- Un **médecin** du travail ou votre médecin de famille dès les premiers symptômes de douleurs ou de mal-être,
- Le **délégué du personnel**, son rôle étant de représenter les salariés auprès de l'employeur et de faire part des réclamations individuelles et collectives en matière de droit du travail.



En dernier recours, si vous êtes confronté à un danger grave pour votre santé (incendie, intoxication...) vous pouvez faire valoir « le droit de retrait du salarié ». Vous avez le droit de quitter votre poste de travail pour vous mettre en sécurité et vous devez signaler cette situation à votre supérieur.