



Guide de l'employé

VOTRE EMPLOYEUR met la table!

..... **Au menu :**

Intégration, formation
et supervision en matière
de santé et de sécurité
du travail

.....

The logo for the Association des restaurateurs du Québec (ARQ) features the letters 'ARQ' in a stylized, handwritten font. The 'A' and 'R' are black, while the 'Q' is red. A red underline is positioned beneath the letters.

Association des restaurateurs du Québec

A large, vertical, grey silhouette of a fork is positioned on the right side of the page, extending from the bottom towards the middle.

TABLE DES MATIÈRES

Guide de l'employé.....	page 3
Identification de l'employé.....	page 3
Présentation de l'établissement.....	page 4
Mot de bienvenue	
1^{er} INGRÉDIENT : Le restaurant.....	page 5
La philosophie	
La clientèle	
Nos attentes	
2^e INGRÉDIENT : Le fonctionnement du restaurant.....	page 6
3^e INGRÉDIENT : Les méthodes de travail.....	page 8
VOUS ÊTES CUISINIER...	
Planification, organisation, supervision	page 8
Règles d'hygiène et de salubrité	page 10
Le service à la clientèle	page 11
VOUS ÊTES SERVEUR...	
Préparation à la tâche	page 12
Règles d'hygiène et de salubrité	page 14
Le service à la clientèle	page 14
4^e INGRÉDIENT : La santé et sécurité du travail.....	page 17
Droits et obligations du travailleur et de l'employeur	page 17
Procédure en cas d'accident	page 18
La santé et la sécurité du travail au sein de l'établissement	page 21
Formulaire d'engagement	page 23
Tableau de suivi.....	page 24
Documents de référence.....	page 25



Ce guide a été produit dans le cadre d'un programme de prévention des accidents du travail financé par la Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST).

Nous tenons à remercier M^{me} Chantal Brodeur, conseillère en santé et sécurité – Morneau Shepell – pour sa collaboration à la révision de la section «santé et sécurité du travail» de ce guide.



Guide de l'employé

Ce **Guide de l'employé** regroupe toutes les informations pratiques nécessaires pour faciliter votre intégration dans ce nouvel emploi et assurer votre bien-être et votre sécurité. N'hésitez pas à l'utiliser aussi souvent que nécessaire et à vous renseigner auprès de votre compagnon d'intégration pour toute question.

.....

.....

..... Votre supérieur immédiat est :

..... Date d'accueil :

..... Votre compagnon d'intégration est :



Bienvenue chez :

Nous sommes heureux de vous accueillir au sein de notre équipe de travail. Afin que votre arrivée se fasse dans les règles de l'art et en toute sécurité, nous vous proposons ce guide qui traitera des politiques de notre établissement, de la tâche que vous aurez à accomplir, des règles en santé et sécurité à suivre et des différents documents auxquels vous pourrez vous référer par la suite.

En tant que nouvel employé, vous avez l'obligation de lire ce guide, de vous conformer aux règles établies dans notre établissement et de remplir la grille d'évaluation qui vous est proposée à la fin. Un suivi sera effectué par _____ qui vous accompagnera et vous évaluera jusqu'à ce que vous ayez atteint votre pleine autonomie.



POURQUOI NOUS VOUS DEMANDONS D'Y ACCORDER AUTANT D'IMPORTANCE?

Tout comme on doit choisir les meilleurs ingrédients pour réaliser une recette, ces informations sont à la base d'une saine gestion du personnel et visent à assurer votre santé et sécurité au travail, mais aussi celle de vos collègues de travail et de la clientèle.

En compagnie de _____ vous aurez l'occasion de faire un retour sur les différents points abordés dans ce guide afin de lui démontrer que vous maîtrisez bien les notions transmises.

Débutons notre recette!

1^{ER} INGRÉDIENT



Le restaurant

Pour que vous puissiez bien vous intégrer à notre équipe et à notre mode de fonctionnement, voici quelques renseignements qui vous permettront de bien comprendre l'environnement de travail et les gens qui vous entourent.

- La philosophie du restaurant, c'est-à-dire ce que nous souhaitons que le client retienne de son expérience, est :

- La clientèle qui fréquente habituellement le restaurant a le profil suivant :

- Nos principales attentes envers vous sont :

2^E INGRÉDIENT



Le fonctionnement du restaurant

RIEN NE SERT
DE COURIR, IL FAUT
PARTIR À POINT!

Afin d'éviter toute confusion au sujet du fonctionnement de notre établissement, voici quelques réponses aux questions que vous vous posez probablement :



..... Quelles sont les heures d'ouverture?

- Comment les horaires de travail sont-ils établis?
- L'heure d'arrivée et de départ, ainsi que le nombre d'heures travaillées sont contrôlées de quelle façon?

..... Comment fonctionne ma rémunération?

- Votre salaire de départ sera de :
- Les pourboires sont gérés ainsi :

2^E INGRÉDIENT

----- Si je mange ici, au restaurant, à l'heure convenue pendant ma journée de travail, dois-je payer entièrement le repas commandé?

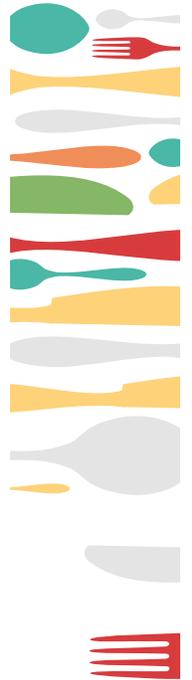
----- Je suis jumelé à un collègue pour faciliter mon intégration au travail, comment fonctionne ce jumelage et que fera cette personne pour m'aider?

- Si vous êtes cuisinier...

- Si vous êtes serveur...

----- Si je suis fumeur, est-ce que je peux sortir fumer pendant mon quart de travail et, si oui, à quel moment?

- Y a-t-il un endroit désigné pour les fumeurs à l'extérieur?
- Qu'en est-il de l'utilisation des cellulaires et de l'envoi de messages texte?



3^E INGRÉDIENT



Les méthodes de travail

ACCORDEZ UNE
ATTENTION
PARTICULIÈRE
À LA QUALITÉ DE
VOTRE TRAVAIL.

Que vous soyez cuisinier ou serveur, vous aurez des tâches à accomplir dans un ordre précis tout en appliquant une façon de faire conforme aux politiques de notre établissement. L'objectif commun à toute notre équipe est de satisfaire pleinement la clientèle et pour y contribuer, vous devrez exécuter votre travail de façon professionnelle en toute sécurité.



Si vous êtes cuisinier, vous trouverez ci-dessous les méthodes de travail particulières à votre fonction. Vous êtes serveur? Passez à la page 12 pour y trouver les méthodes qui vous concernent.



VOUS ÊTES CUISINIER...

Voici des réponses à vos interrogations sur les tâches à effectuer et d'autres éléments importants. Pour les tâches en lien avec la santé et sécurité du travail, vous trouverez plus de détails dans la section 4^e ingrédient : La santé et la sécurité du travail en page 17 :

Quelles sont les attentes de mon supérieur immédiat à mon égard?

Ma planification

- J'ai élaboré le menu du jour
- J'ai vérifié la disponibilité des ingrédients nécessaires à mon menu
- J'ai estimé la quantité des aliments nécessaires pour satisfaire la demande

3^E INGRÉDIENT

Mon organisation

- J'ai tous les outils nécessaires pour bien fonctionner
- Mes équipements de travail sont en bon état et propres
- Mon plan de travail est bien rangé et fonctionnel
- L'hygiène de mon plan de travail et de mon environnement est impeccable
- Mon environnement de travail est sécuritaire

Ma supervision dans la cuisine

- J'ai analysé et planifié le travail à faire
- J'ai préparé les aliments qui serviront aux recettes du jour
- J'ai contrôlé la qualité des plats avant leur sortie de cuisine

..... Quelle est la procédure de gestion de l'inventaire, des achats et de la réception des commandes?

..... Quelle méthode de travail est privilégiée pour sortir les commandes d'une même table en même temps?

..... Comment dois-je procéder pour assurer la sécurité d'un client souffrant d'allergies alimentaires?



3^E INGRÉDIENT



..... Quelles tâches dois-je effectuer avant la fin de mon quart de travail?

Que dois-je faire durant un temps mort?

- Nettoyer et désinfecter mon plan de travail
- Remettre mon plan de travail en ordre
- Faire un inventaire des ingrédients manquants et restants
- Ranger les aliments et ingrédients restants
- Nettoyer les équipements que j'ai utilisés
- Préparer certains aliments pour le prochain quart de travail
- Nettoyer ce qui me semble requis pour se conformer aux normes de salubrité

Rappelez-vous que l'entretien, l'hygiène et la salubrité de votre milieu de travail sont primordiaux pour le bien-être et la sécurité de tous.

..... Voici les principales règles d'hygiène personnelle à respecter :

- Porter un tablier propre et le changer lorsqu'il est sale
- Porter des souliers confortables, propres et sécuritaires
- Laver mes mains régulièrement entre chaque changement de manipulation d'un aliment à un autre
- Porter un filet sur ma tête et, s'il y a lieu, sur ma barbe
- Attacher mes cheveux s'ils sont longs
- Éviter de porter mes doigts à ma bouche
- Si je suis enrhumé, porter un masque

..... Quelle est la procédure pour la conservation des aliments?

..... Quelle est la routine d'entretien des cuisines?

3^E INGRÉDIENT

..... Quelle est la procédure pour l'entretien des équipements?

..... Certains équipements ont-ils des particularités inhabituelles que je dois connaître pour bien les utiliser?

La satisfaction des clients est votre priorité.

..... Comment dois-je traiter les demandes spéciales des clients?

..... Que dois-je faire lorsqu'un client retourne son assiette?

- Recueillir les commentaires du serveur
- Refaire sa commande ou son nouveau choix rapidement
- Faire part de ses commentaires au chef cuisinier ou au reste de l'équipe
- Valider si des changements doivent être apportés pour le prochain service

..... Que dois-je faire si je me sens très stressé?



3^E INGRÉDIENT

VOUS ÊTES SERVEUR...

Voici des réponses à vos interrogations sur les tâches à effectuer et d'autres éléments importants. Pour les tâches en lien avec la santé et la sécurité du travail, vous trouverez plus de détails dans la section 4^e ingrédient : La santé et la sécurité du travail en page 17 :

Je débute mon quart de travail. Comment dois-je me préparer?

C'est moi qui ouvre le restaurant...

Que dois-je faire pour préparer la salle avant l'arrivée des clients?

- Prendre connaissance des réservations et des cas spéciaux de la journée
- Prendre connaissance du menu et de ses spécificités
- M'assurer que je dispose du matériel pour monter ma salle ou ma section de travail
- Aménager la salle en fonction des réservations de la journée
- Dresser les tables et veiller à ce que tout soit propre
- Effectuer la mise en place dans les aires de service
- Procéder à l'ouverture de la caisse

Je débute mon quart de travail en cours de journée.

Que dois-je faire pour m'intégrer au rythme déjà en marche?

- Prendre connaissance du plan de salle établi
- Demander au responsable en place de m'indiquer la section dont j'aurai la responsabilité
- Lui demander de me résumer les informations nécessaires au bon fonctionnement de la salle
- Vérifier les réservations et les demandes spéciales
- Prendre connaissance du menu et de ses spécificités
- M'assurer que les tables soient bien montées et propres
- Voir à ce que les aires de service soient bien montées, propres et prêtes pour débiter mon service



3^E INGRÉDIENT

..... Comment puis-je prendre connaissance du menu du jour, des spéciaux de la semaine ou des spécialités du restaurant?

..... À qui puis-je me référer si j'ai des questions sur le menu, les vins ou les alcools?

Je fais la fermeture du restaurant à la fin de la journée.

..... **Quel est mon rôle?**

- Faire la mise en place de la salle selon les besoins du lendemain
- Monter les tables et m'assurer que tout soit propre
- Monter les aires de service et m'assurer que tout soit propre
- Balancer les factures et répartir les pourboires
- Faire un retour sur la journée pour analyser ce qui a bien et moins bien fonctionné
- Veiller à ce que l'environnement soit impeccable avant de fermer à clé

..... **Que dois-je faire pendant un temps mort?**

- Replacer la salle pour le prochain quart de travail
- Remettre en place les aires de service
- Veiller à ce que mon environnement soit propre et impeccable
- Donner un coup de main à un collègue qui en aurait besoin



3^E INGRÉDIENT

Rappelez-vous que l'entretien, l'hygiène et la salubrité de votre milieu de travail sont primordiaux pour le bien-être et la sécurité de tous.

..... Quelles règles d'hygiène personnelle dois-je respecter?

Je dois porter :

- Ma tenue vestimentaire doit toujours être impeccable
- Je dois porter des souliers confortables, propres et sécuritaires
- Je dois me laver les mains régulièrement
- Je dois attacher mes cheveux, s'ils sont longs
- Autres :

Un service à la clientèle impeccable est votre priorité.

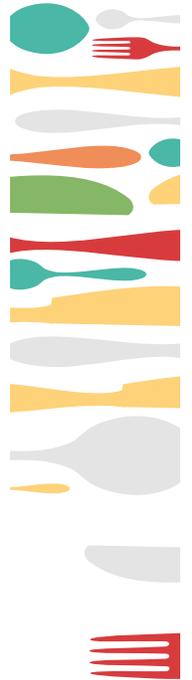
..... Comment dois-je prendre les réservations?

..... Que dois-je dire et faire spécifiquement lorsque j'accueille les clients?



3^E INGRÉDIENT

- Quelle technique dois-je adopter pour la prise de commande?
- Comment agir avec un client souffrant d'allergies alimentaires?
- Certains des ingrédients utilisés viennent-ils de la région (produits du terroir)? Comment dois-je les mettre en valeur auprès des clients?
- Est-ce possible de goûter aux plats du jour pour pouvoir en parler aux clients en toute connaissance de cause?
- Quelles questions puis-je poser au client pour vérifier s'il est satisfait?



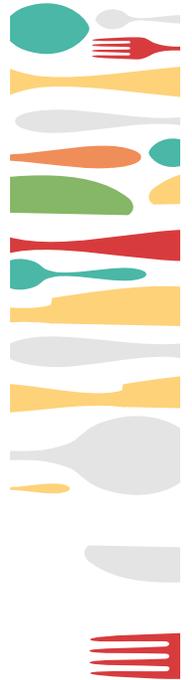
3^E INGRÉDIENT

..... Que dois-je faire s'il n'aime pas son plat, s'il est déçu, s'il émet de mauvais commentaires?

..... Quel rythme dois-je respecter dans le service au client?

..... Y a-t-il des particularités relatives à la facturation?

..... Que dois-je faire si je me sens très stressé?



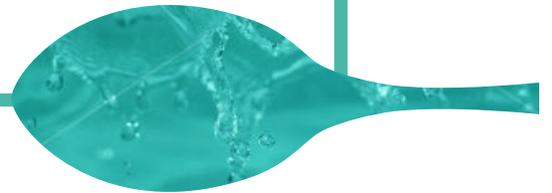
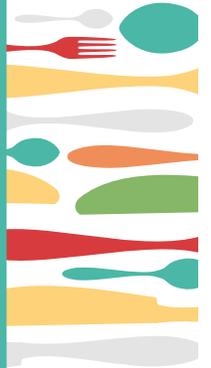
4^E INGRÉDIENT



UN EMPLOYÉ
AVERTI EN VAUT
DEUX!

La santé et la sécurité du travail

En restauration, les risques d'accidents sont variés et fréquents. Vous êtes donc responsable, tout comme vos collègues de travail et vos supérieurs, d'évoluer de façon sécuritaire dans votre tâche. Les renseignements contenus dans cette section vous aideront à réduire les risques d'accidents en cuisine et en salle à manger.



..... Quels sont mes droits et mes obligations d'employé, et ceux de mon employeur, concernant la santé et la sécurité du travail (SST)?

DROITS DU TRAVAILLEUR (articles 9 à 48, LSST) :

Conditions de travail qui respectent votre santé, votre sécurité et votre intégrité physique.

- Services de **formation, d'information et de conseil** en matière de santé et de sécurité du travail, particulièrement en relation avec son travail et son milieu de travail, et de recevoir la formation, l'entraînement et la supervision appropriés;
- **Droit de refus d'exécuter un travail** s'il a des motifs raisonnables de croire que l'exécution de ce travail l'expose à un danger pour sa santé, sa sécurité ou son intégrité physique ou peut avoir l'effet d'exposer une autre personne à un semblable danger;
- **Retrait préventif de la travailleuse enceinte** : Une travailleuse enceinte qui fournit à l'employeur un certificat attestant que les conditions de son travail comportent des dangers physiques pour l'enfant à naître ou, à cause de son état de grossesse, pour elle-même, peut demander d'être affectée à des tâches ne comportant pas de tels dangers et qu'elle est raisonnablement en mesure d'accomplir. De plus, une travailleuse qui fournit à l'employeur un certificat attestant que les conditions de son travail comportent des dangers pour l'enfant qu'elle allaite peut demander d'être affectée à des tâches ne comportant pas de tels dangers et qu'elle est raisonnablement en mesure d'accomplir.

OBLIGATIONS DU TRAVAILLEUR (article 49, LSST) :

- Prendre connaissance du programme de prévention qui lui est applicable;
- Prendre les mesures nécessaires pour protéger sa santé, sa sécurité ou son intégrité physique;
- Veiller à ne pas mettre en danger la santé, la sécurité ou l'intégrité physique des autres personnes qui se trouvent sur les lieux de travail ou à proximité des lieux de travail;
- Participer à l'identification et à l'élimination des risques d'accidents du travail et de maladies professionnelles sur le lieu de travail;
- Collaborer avec le comité de santé et de sécurité s'il y a lieu ainsi qu'avec toute personne chargée de l'application de la loi et des règlements.

DROITS DE L'EMPLOYEUR (article 50, LSST) :

- Services de **formation, d'information et de conseil** en matière de santé et de sécurité du travail.

4^E INGRÉDIENT

OBLIGATIONS DE L'EMPLOYEUR (article 51, LSST) :

L'employeur doit prendre les mesures nécessaires pour protéger la santé et assurer la sécurité et l'intégrité physique du travailleur. Il doit notamment :

- S'assurer que les établissements sur lesquels il a autorité sont équipés et aménagés de façon à assurer la protection du travailleur;
- Désigner des membres de son personnel chargés des questions de santé et de sécurité et en afficher les noms dans des endroits visibles et facilement accessibles au travailleur;
- S'assurer que l'organisation du travail et les méthodes et techniques utilisées pour l'accomplir sont sécuritaires et ne portent pas atteinte à la santé du travailleur;
- Contrôler la tenue des lieux de travail, fournir des installations sanitaires, l'eau potable, un éclairage, une aération et un chauffage convenable et faire en sorte que les repas pris sur les lieux de travail soient consommés dans des conditions hygiéniques;
- Utiliser les méthodes et techniques visant à identifier, contrôler et éliminer les risques pouvant affecter la santé et la sécurité du travailleur;
- Prendre les mesures de sécurité contre l'incendie prescrites par règlement;
- Fournir un matériel sécuritaire et assurer son maintien en bon état;
- S'assurer que l'émission d'un contaminant ou l'utilisation d'une matière dangereuse ne porte atteinte à la santé ou à la sécurité de quiconque sur un lieu de travail;

- Informer adéquatement le travailleur sur les risques reliés à son travail et lui assurer la formation, l'entraînement et la supervision appropriés afin de faire en sorte que le travailleur ait l'habileté et les connaissances requises pour accomplir de façon sécuritaire le travail qui lui est confié;
- Afficher, dans des endroits visibles et facilement accessibles aux travailleurs, les informations qui leur sont transmises par la Commission, l'agence et le médecin responsable, et mettre ces informations à la disposition des travailleurs, du comité de santé et de sécurité et de l'association accréditée;
- Fournir gratuitement au travailleur tous les moyens et équipements de protection individuels choisis par le comité de santé et de sécurité conformément au paragraphe 4° de l'article 78 ou, le cas échéant, les moyens et équipements de protection individuels ou collectifs déterminés par règlement et s'assurer que le travailleur, à l'occasion de son travail, utilise ces moyens et équipements;
- Permettre aux travailleurs de se soumettre aux examens de santé en cours d'emploi exigés pour l'application de la présente loi et des règlements;
- Communiquer aux travailleurs, au comité de santé et de sécurité, à l'association accréditée, au directeur de santé publique et à la Commission, la liste des matières dangereuses utilisées dans l'établissement et des contaminants qui peuvent y être émis;
- Collaborer avec le comité de santé et de sécurité s'il y a lieu ainsi qu'avec toute personne chargée de l'application de la loi et des règlements et leur fournir tous les renseignements nécessaires;
- Mettre à la disposition du comité de santé et de sécurité les équipements, les locaux et le personnel clérical nécessaires à l'accomplissement de leurs fonctions.

En cas d'accident, vous avez l'obligation de déclarer l'événement à votre supérieur immédiat, qu'il soit mineur ou majeur. Vous devez aussi déclarer toute menace à votre sécurité et à celle des autres.

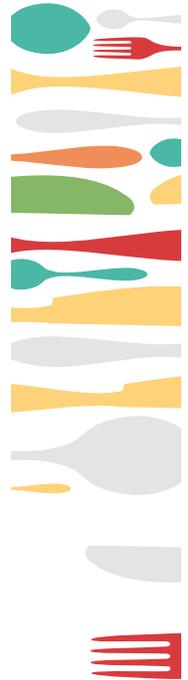
..... Voici la procédure à suivre en cas d'accident :

1 Déclarez rapidement l'événement

- Avisez votre supérieur immédiat en devoir, et ce, dès que **l'accident ou l'incident** se produit, afin de recevoir si nécessaire les premiers soins. Si vous n'êtes pas en mesure de le faire, une autre personne s'en chargera pour vous.
- Votre supérieur immédiat inscrira l'événement dans le registre d'accidents, des premiers soins et des premiers secours.
- Si votre état le permet, vous pouvez retourner à votre tâche.
- Si vous n'êtes plus en mesure de travailler, une consultation médicale sera alors nécessaire pour justifier votre état et établir les modalités de retour au travail.

2 Recevez les soins médicaux appropriés

- Consultez rapidement un médecin, si nécessaire.
- Demandez au médecin une attestation médicale. Vous en aurez besoin pour faire une réclamation à la CSST.
- Il est également possible d'affecter un travailleur à des fonctions provisoires en attendant qu'il soit de nouveau capable d'exercer son emploi ou un emploi équivalent en utilisant l'assignation temporaire.
- Remettez une copie de cette attestation à votre employeur, si vous n'êtes pas en mesure de retourner au travail après le jour de l'accident.
- Fournissez un rapport médical pour chacune des visites chez le médecin et rapportez-le immédiatement après la consultation afin de faire le suivi de l'évolution de votre lésion.
- Informez votre supérieur immédiat sans délai de la date de consolidation fixée par le médecin traitant.
- Demeurez disponible, car votre présence sera requise à certains moments afin de faire un suivi de votre dossier.



4^E INGRÉDIENT

Qu'est-ce que le registre des accidents, des premiers soins et des premiers secours?

- Ce registre est un outil d'information qui peut être utile tant à l'employeur qu'à l'employé ayant subi une blessure ou un malaise. On y consigne les différents détails liés à un incident ou à un accident (date, nature de l'événement, premiers soins dispensés, etc.)

Consignes générales

- Rappporter immédiatement à votre supérieur toute blessure ou tout malaise ressenti au travail.
- Signaler rapidement à votre supérieur toute menace à votre sécurité ou à celle des autres.

Interdictions

- Il est interdit de courir, de lancer des objets ou encore de se bousculer et se tirer avec ses collègues de travail.
- Il est interdit d'apporter ou de consommer sur les lieux de travail des boissons alcooliques et/ou de la drogue, sauf les médicaments prescrits; dans le cas de la prise d'un médicament prescrit qui pourrait altérer la vigilance lors d'opération d'équipements, il faut en aviser son supérieur.
- Il est strictement interdit de fumer dans l'entreprise.

Vous devez accorder une attention particulière aux risques d'accidents suivants :

Que vous travailliez en cuisine ou en salle à manger, les principaux accidents sont liés aux chutes, aux brûlures et aux coupures, à l'électrisation ou à l'électrocution ainsi qu'aux risques ergonomiques.

Quelles sont les principales règles à respecter en santé et sécurité du travail pour éviter ces principaux risques?

Risque de chutes – Mesures de prévention :

- Tenir les lieux de travail propres et en ordre.
- Maintenir les voies de circulation dégagées.
- Maintenir le plancher en bon état, propre et dégagé.
- Essuyer et ramasser immédiatement les flaques d'eau sur le sol et les aliments sur le plancher.
- Éviter le port de chaussure à talons hauts et favoriser l'achat de souliers plats à bouts fermés.

Risque de chutes d'objets – Mesures de prévention :

- Entreposer le matériel sur une base plane et stable.
- S'assurer qu'il n'y a pas de risque de chutes d'objets à cause de l'entreposage en hauteur.
- Veiller à ce que les étagères ne soient pas surchargées et entreposer les charges les plus lourdes vers le bas.
- Ne pas retenir un objet qui tombe.

Risque de contraintes thermiques/chaueur – Mesures de prévention :

- Boire, boire, boire! Avaler de petites quantités d'eau à la fois, même si l'on n'a pas soif.
- La soif indique que le phénomène de déshydratation est déjà commencé.
- Éviter l'alcool, qui contribue à la déshydratation.
- Redoubler de prudence si l'on souffre d'une maladie chronique ou si l'on prend des médicaments.

Risque de brûlures – Mesures de prévention :

- Utiliser les équipements de protection individuels et les outils fournis (mitaines) pour manipuler les aliments et les équipements chauds.
- Bien régler la température de l'eau pour les boissons chaudes (température maximale de 60 °C).

Risque de coupures ou d'amputations – Mesures de prévention :

- Respecter les procédures de sécurité des appareils (trancheuse à viande, hachoir, robot culinaire, mélangeur, etc.) avant de les mettre en marche et toujours les débrancher avant de les nettoyer et de les entretenir et respecter, s'il y a lieu, la procédure de cadenassage de l'établissement.
- S'assurer que les dispositifs de sécurité sont installés **en tout temps** sur les appareils; il est interdit d'enlever ou de court-circuiter un protecteur ou un dispositif de sécurité.
- Ramasser le verre cassé à l'aide d'un balai et d'un porte-poussière et le vider dans les bacs conçus à cet effet. Ensuite, vider le contenu des bacs directement dans le conteneur.
- Utiliser le gant de Kevlar® lors de la manipulation de la mandoline manuelle.

Risque d'électrisation ou d'électrocution – Mesures de prévention :

- Respecter les procédures de sécurité des appareils (trancheuse à viande, hachoir, robot culinaire, mélangeur, etc.) avant de les mettre en marche et toujours les débrancher avant de les nettoyer et de les entretenir et respecter, s'il y a lieu, la procédure de cadenassage de l'établissement.
- Toutes les déficiences des appareils doivent être rapportées immédiatement à votre supérieur.



4^E INGRÉDIENT

Risque d'incendie ou d'explosion – Mesures de prévention :

- Toujours utiliser les brûleurs à alcool et les réchauds froids. N'ajouter jamais d'alcool dans un brûleur chaud (qui s'éteint durant son emploi) sinon l'alcool risque de s'enflammer spontanément. Il est recommandé d'utiliser des allumettes plutôt qu'un briquet.
- S'assurer que les bonbonnes de gaz sont en bon état, solidement attachées et munies d'un protecteur de soupape, qu'elles soient pleines ou vides.
- Maintenir les bonbonnes de gaz à l'écart de toute source de chaleur.
- Déplacer les bonbonnes en évitant le frottement au sol.
- Faire en sorte que l'entreposage n'obstrue pas les passages, les sorties, les voies de circulation, les gicleurs et l'éclairage.

Protection contre les incendies

- Laisser les panneaux et les locaux électriques libres d'accès et d'entreposage en tout temps.
- Les extincteurs demeurent fixés au mur et accessibles en tout temps.
- Mémoriser l'emplacement des sorties d'urgence et des extincteurs.

Risques chimiques – Mesures de prévention :

- Lors du nettoyage de la plaque chauffante et du four avec le dégraissant à base d'acide, porter les lunettes de sécurité, les gants en caoutchouc ou néoprène et le demi-masque à cartouche contre les produits corrosifs.

Produits contrôlés SIMDUT

- Consulter les étiquettes et les fiches signalétiques lors de l'utilisation d'un produit contrôlé afin de connaître les mesures de prévention à adopter, les exigences d'entreposage de chaque produit, etc.
- Un produit transvasé dans un contenant doit être identifié à l'aide d'une étiquette indiquant les caractéristiques du produit.

Risques ergonomiques – Mesures de prévention :

Manutention de charges

Utiliser les moyens à votre disposition pour soulever et transporter des charges; si ceci doit être fait manuellement, utiliser une technique sécuritaire :

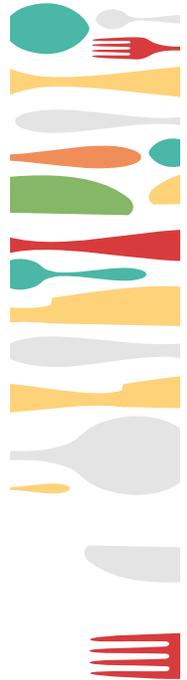
- Planifier le trajet.
- S'assurer que les voies sont bien dégagées, lors du déplacement.
- Se placer d'abord dans une position confortable.
- Soulever l'objet en douceur en maintenant la charge près du corps.
- Avoir un bon contrôle sur la charge.
- Éviter les torsions du corps pendant que l'objet est soulevé.
- Favoriser le travail en équipe.
- Demander de l'aide au besoin.

Troubles musculosquelettiques

- Utiliser les techniques sécuritaires de manutention des torpilles.
- Déterminer une quantité maximale de plats (assiettes) à transporter lors du service.
- Adopter une posture de travail adéquate pour chaque tâche afin d'éviter la fatigue musculaire.
- Ajuster les plans de travail en fonction des tâches à exécuter : pour une personne qui travaille debout, sans faire d'effort, la hauteur d'un plan de travail est de 5 à 10 cm au-dessous des coudes; pour une personne qui doit exercer une tâche exigeant une certaine force, le plan de travail doit être de 15 à 30 cm au-dessous du niveau des coudes.
- Éviter les tâches répétitives, favoriser la rotation des postes.

Demeurez vigilant en tout temps, et consultez la section dédiée à la santé et la sécurité du travail du site www.restaurateurs.ca pour trouver une foule de renseignements et de conseils qui vous aideront à travailler en toute sécurité en cuisine et en salle à manger dont :

- Des capsules vidéo;
- Deux formations en lignes simples et conviviales;
- Des fiches d'entretien des équipements;
- Divers guides et manuels;
- Et plus!



4^E INGRÉDIENT

Information en santé et sécurité du travail spécifique
à notre restaurant

..... La trousse des premiers soins et des premiers secours est située :

..... Le cartable des fiches signalétiques pour les produits contrôlés
(SIMDUT) est situé :

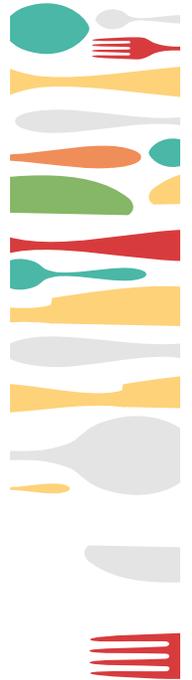
..... Les secouristes sur les lieux de travail sont :

..... Le plan d'action en prévention est disponible :

..... Plan d'intervention et procédure d'évacuation lors d'une situation
d'urgence

- Les sorties d'urgence sont situées :

- Le lieu de rassemblement en cas d'évacuation est situé :



..... Formulaire d'engagement à rapporter tout accident

OBLIGATIONS DU TRAVAILLEUR FACE À LA SANTÉ ET À LA SÉCURITÉ

L'employé au travail est tenu :

- D'utiliser le matériel, l'équipement, les dispositifs et les vêtements de sécurité que lui fournit son employeur ou que prévoient les règlements pour assurer sa protection;
- De se plier aux consignes réglementaires en matière de santé et de sécurité du travail;
- De prendre les mesures nécessaires pour assurer sa propre santé et sa propre sécurité, ainsi que celles de ses compagnons de travail et de quiconque risquant de subir les conséquences de ses actes ou omissions;
- De se conformer aux consignes de l'employeur en matière de santé et de sécurité du travail et au plan d'action en prévention de la mutuelle de prévention;
- De collaborer avec le comité de santé et de sécurité, s'il y a lieu;
- De signaler à son employeur tout objet ou toute circonstance qui, dans un lieu de travail, présente un risque pour sa santé ou sa sécurité ou pour celles de ses compagnons de travail ou des autres personnes à qui l'employeur en permet l'accès;
- De signaler, immédiatement, tout accident et/ou incident ayant causé, dans le cadre de son travail, une blessure à lui-même ou à une autre personne, à son superviseur immédiat;
- De se conformer aux instructions verbales ou écrites de l'inspecteur de la CSST;
- De signaler à son employeur toute situation qu'il croit de nature à constituer, de la part de tout compagnon de travail ou de toute autre personne – y compris l'employeur –, une contravention à la présente partie.

Nous comptons donc sur votre collaboration pour faire de
un lieu de travail où vous-même et vos collègues pourrez travailler en toute sécurité.

La santé et la sécurité, c'est l'affaire et la responsabilité de chacun!

Signature de l'employé

Date



Tableau de suivi

C'EST ICI QUE L'ON
VOIT SI LA RECETTE
EST RÉUSSIE!

Votre formation est terminée. Vous devez maintenant prendre le temps de faire une auto-évaluation qui vous permettra d'indiquer à quel point vous croyez avoir acquis les connaissances nécessaires à une intégration au travail harmonieuse et sécuritaire.

Pour chacun des points à évaluer, indiquez le degré de maîtrise que vous croyez avoir atteint. Dans la colonne *commentaires de l'employé*, expliquez ce qui justifie votre choix.

Lorsque vous aurez terminé, votre supérieur immédiat fera l'exercice avec vous et y ajoutera ses propres commentaires et observations. Vous pourrez ainsi constater vos forces et noter les acquis qui doivent être travaillés plus en profondeur.

Grille d'auto-évaluation de l'employé							
Nom de l'employé :				Fonction :			
Nom du superviseur :				Date d'embauche :			
Date de la rencontre d'évaluation :							
Acquis à évaluer	Degré de maîtrise de cet acquis					Commentaires de l'employé	Commentaires du superviseur
	Excellent	Satisfaisant	Moyen	Passable	Faible		
L'entreprise							
Philosophie							
Clientèle							
Attentes							
Fonctionnement de l'établissement							
Méthodes de travail							
Politique sur le tabac							
Procédure à suivre en cas d'accident							
Obligations de signaler une menace/déclarer l'accident							
Premiers soins/premiers secours							
Identité des secouristes							
Politiques et règlements en SST							

Voilà!

Avec toutes ces connaissances à votre actif, vous êtes maintenant en mesure d'accomplir votre travail dans le respect des normes de santé et de sécurité du travail.

Vous avez compris que la satisfaction de la clientèle passe d'abord et avant tout par vous et toute l'équipe qui vous entoure, car vous travaillez tous dans le même but : offrir des produits et un service qui sont dignes de vos compétences.



Documents de référence

POUR EN SAVOIR PLUS....

- Guide des législations en restauration de l'Association des restaurateurs du Québec
- Normes de la CSST :
www.csst.qc.ca/lois_reglements_normes_politiques/Pages/acces_lois_reglements.aspx
- Normes du travail : www.cnt.gouv.qc.ca
- SIMDUT
www.csst.qc.ca/prevention/reptox/simdut/Pages/quest-ce-que-cest.aspx
- Outils de prévention réalisés par l'ARQ : www.restaurateurs.ca
 - Capsules vidéo en cuisine
 - Capsules vidéo en salle à manger
 - Dépliant explicatif – L'assignation temporaire
 - Dépliant explicatif – Pour un plancher 5 étoiles
 - Étude – L'entretien des planchers pour la prévention des chutes par glissade
 - Formations en ligne
 - Guide de formation en sécurité du travail à l'intention des serveuses et serveurs
 - Jeu interactif – Attention! Plancher glissant
 - Jeu – La coupe et la friture des pommes de terre : cherchez l'erreur
 - L'utilisation sécuritaire des torpilles en restauration
 - Manuel de formation de la santé et sécurité du travail dans l'industrie de la restauration
 - Politiques et procédures en santé et sécurité du travail
 - Programme d'intégration à la tâche en matière de santé et de sécurité du travail (cuisinier et serveur)
 - Vidéo – La prudence, j'y pense!
 - Vidéo – Le service en salle : en toute sécurité
 - Vidéo – Prévention en duo
- Programme d'apprentissage en milieu de travail (cuisinier)
www.cqrht.qc.ca/apprentissage-en-milieu-de-travail



Association des restaurateurs du Québec

6880, Louis-H.-La Fontaine
Montréal (Québec) H1M 2T2
arqc@arqc.qc.ca

Montréal et les environs : 514 527-9801
De partout ailleurs au Québec (sans frais) : 1 800 463-4237
Télécopieur : 514 527-3066

