



CDG 38

CENTRE DE GESTION DE L'ISÈRE
FONCTION PUBLIQUE TERRITORIALE

RESTAURATION COLLECTIVE ET TMS

> **Contact** : prevention@cdg38.fr

Ingénieurs en prévention des risques professionnels
04.56.38.87.04

> **Pôle** : Prévention des risques professionnels

> **Date** : Août 2021

RESTAURATION COLLECTIVE ET TMS

Les agents de restauration sont exposés à de nombreuses contraintes, à l'origine de troubles musculosquelettiques : manutentions, gestes répétitifs, travail dans des atmosphères chaudes et humides, postures de travail, cadence. Afin de limiter les impacts sur la santé de ces métiers contraignants, une démarche de prévention globale intégrant les aspects organisationnels, humains et techniques est à mettre en place.

1. Les sources de TMS

a) Le port de charges

Les manutentions manuelles observées chez les agents de restauration sont de deux types :

- La manutention des matières premières et de la vaisselle : réception des denrées et repas, manipulation des ustensiles de cuisine, service des repas, manipulation de la vaisselle, etc.
- La manutention liée au nettoyage : port de seau d'eau, déplacement de meubles ou d'objets, montée et descente de chaises sur les tables, etc.

Les contraintes de ces ports de charges sont liées au poids des objets manipulés, à leur volume, à leur quantité ou encore à la fréquence de manipulation.

b) Les postures contraignantes

Certaines postures entraînent des contraintes spécifiques sur les articulations : élévation des bras au-dessus du niveau du cœur (épaule), buste penché en avant ou en torsion, port de charge à bout de bras, etc.

Il s'agit de postures régulièrement adoptées par les agents de restauration pour :

- la préparation des repas (réception des repas et découpe ou autres tâches réalisées pendant la préparation, mise en place de la table)
- le service des repas (manipulation des repas dans le four et les réfrigérateurs)
- le nettoyage (plonge, nettoyage de l'office et de la salle de restauration)

c) Les gestes répétitifs

Que la restauration soit organisée en self ou en service à table, l'activité entraîne une répétitivité de certains gestes, en particulier des membres supérieurs (mains, poignets, coudes, épaules) :

- Découpe du pain, des fruits, des légumes, du fromage
- Mise en place de la table (pour la restauration en service à table)
- Service des plats à l'assiette (pour la restauration en self)
- Plonge
- Rangement de la vaisselle
- Nettoyage des locaux

La répétitivité va aggraver les conséquences du port de charges et des postures contraignantes.

d) Les contraintes liées à l'organisation

Un lien est scientifiquement établi entre troubles musculosquelettiques et facteurs de risques psychosociaux. Ces derniers peuvent être des facteurs aggravants dans l'apparition des TMS.

Il est fréquent que les agents de restauration soient confrontés à des facteurs de risques psychosociaux :

- Cadence de la préparation, du service, de la plonge
- Relations avec les enfants
- Exposition au bruit
- Gestion de la quantité des repas et des régimes spéciaux
- Coordination et communication avec les animateurs du temps méridien

2. L'organisation du travail

L'activité des agents de restauration est fortement déterminée par l'organisation du travail ainsi que par les protocoles mis en place. Outre le respect des exigences de propreté des locaux et d'hygiène alimentaire, l'organisation du travail doit aussi, pour réduire l'apparition des TMS, prendre en compte :

- La répétitivité d'une activité ou d'un geste
- La monotonie du travail
- La cadence des tâches
- L'amplitude horaire de la journée de travail
- La durée des tâches contraignantes
- L'accessibilité des postes de travail (encombrement, emplacement, espace suffisant pour travailler, ...)
- L'état des équipements de travail (lave-vaisselle, robot, ...)
- Les temps de communication entre les professionnels
- Les éventuelles restrictions médicales
- Les échauffements à la prise de poste

Le manque de prise en compte de ces aspects organisationnels, peut avoir pour conséquence de solliciter toujours les mêmes articulations, de ne pas permettre une récupération suffisante, d'accentuer l'exposition des agents à des postures contraignantes, d'intensifier les efforts musculaires, ...

Les protocoles définissent les limites du poste et les exigences de la collectivité, notamment en terme d'hygiène : fréquence de nettoyage du mobilier de l'office, organisation du circuit propre / sale, gestion de la vaisselle propre, ...

Afin de s'assurer une bonne compréhension des protocoles par tous les agents, il est conseillé de réaliser des protocoles illustrés. Ceux-ci doivent être présentés et expliqués aux équipes puis affichés dans tous les sites d'intervention.

Un protocole est un outil pour définir et uniformiser les pratiques dans la collectivité. Des pratiques similaires d'un site à l'autre facilitent les changements d'affectation d'un agent (remplacement, réorganisation du service, etc.).

La présence de protocoles facilite la prise de poste d'un nouvel agent et peut servir de support lors de l'accueil et de la formation de celui-ci.

3. L'environnement du travail

Un éclairage défectueux ou insuffisant peut être source de chute de plain-pied ou d'incitation à l'adoption de mauvaises positions du fait d'une vision amoindrie des obstacles et de l'espace de travail.

Un environnement bruyant perturbe la communication et génère de la fatigue.



L'employeur devra veiller à prendre en compte ces facteurs dans sa démarche de prévention des TMS, dès la conception ou la rénovation des locaux, tout en favorisant par la suite l'aménagement et l'entretien des espaces de travail.

4. Formation

Le domaine de la restauration scolaire est parfois assimilé à une profession pouvant être exercée sans qualification. Cependant, il s'agit de métiers à risques pour lesquels les agents doivent être formés (TMS, hygiène alimentaire, utilisation de machines, ...).

Cette formation doit s'inscrire dans un processus d'anticipation de l'usure professionnelle et du vieillissement des personnels.

De par la quantité des repas et le type de matériel à disposition, les tâches de restauration collective demandent une technique / des gestes souvent bien différents de ceux pratiqués à titre domestique. Pour une pratique optimale et pour préserver la santé des agents, une formation régulièrement renouvelée aux techniques de restauration collective est nécessaire, tel que préconisé par la méthode HACCP (norme d'hygiène alimentaire).

En complément, l'employeur peut également organiser des formations relatives aux activités de manutention manuelle et de postures contraignantes. Pour être pertinente, cette formation PRAP (prévention des risques liés à l'activité physique) est organisée sur le lieu de travail habituel et prévoit des mises en pratiques avec le matériel utilisé quotidiennement par les agents.

5. Aménagements

L'aménagement des locaux et le choix du matériel sont des aspects importants à prendre en compte lors de la construction ou la rénovation d'un bâtiment. Plus ces éléments sont prévus en amont du projet, plus les possibilités d'adaptation du travail à l'agent existent.

Voici quelques exemples :

a) Local de réception des livraisons

Le local de réception des livraisons doit être dimensionné pour stocker les denrées livrées (à la semaine, au mois, ...).

Il peut être équipé d'une chambre froide.

Il doit être accessible avec un chariot, pour le livreur, mais aussi pour l'agent de restauration (dimensionnement adéquat, seuil de porte bas).

Un protocole de sécurité est mis en place pour l'ensemble des livraisons en sein de la collectivité (cf. fiche outil « Opération de chargement et de déchargement » sur www.cdg38.fr). Afin que les conditions de livraison définies dans ce protocole soient respectées (jour, horaires, conditionnement, lieu de décharge, ...), il est affiché et communiqué aux agents de restauration (permanents et remplaçants).

b) L'office de préparation des repas

L'office de préparation des repas doit être adapté et doit évoluer en fonction du degré de confection des repas :

- livraison des repas prêts à servir / confection des repas
- livraison en part individuelle / reconditionnement des entrées, fromages et desserts,
- liaison chaude / liaison froide
- livraison de pain tranché / tranchage du pain sur place
- ...

Quel que soit le choix effectué par la collectivité, les installations et temps de préparation doivent être réfléchis en conséquence.

Reconditionnement des entrées, fromages et desserts :

- ➔ Mécaniser au maximum l'activité (pour limiter les gestes répétitifs)



Découpe du pain :

- ➔ Privilégier la livraison de pain tranché ou à défaut, prévoir une trancheuse à pain horizontale

Hauteur et organisation des plans de travail

Dans l'office de restauration, les plans de travail sont utilisés pour les préparations des repas (reconditionnement, découpe, épluchage, ...), la réception des livraisons, la gestion de la vaisselle sale, le suivi administratif (comptage des repas relevé des températures, ...).

- ➔ Pour permettre un travail en position debout, les plans de travail sont installés à 90 cm de haut environ.
- ➔ Pour l'utilisation des robots, et pour avoir plus de force lors des opérations de découpe (fromage à pâte dure, fruits et légumes de gros gabarits : courges, ananas...) prévoir l'aménagement d'un plan de travail abaissé (à 80 cm environ).

Hauteurs de stockage

Dans les cuisines, l'espace est généralement limité. Les emplacements de stockage (vaisselle, ustensiles de cuisine, denrées, ...) sont par conséquent organisés verticalement (placards en dessous et au-dessus des plans de travail).

- Concevoir les espaces de travail pour éviter les stockages à moins de 40 cm du sol ou au-dessus de 140 cm de hauteur. Les éléments les plus lourds seront stockés entre 80 cm et 100 cm.

Four de réchauffage

- Utiliser un four avec support amovible (échelles) afin de faciliter la manipulation des barquettes et de limiter le risque de brûlures.
- Pour les structures recevant les plats à réchauffer en barquettes, préciser aux fournisseurs la hauteur maximale des barquettes (écarts entre les grilles).
- Si la capacité des fours ne permet pas la réchauffe simultanée de l'ensemble des plats, utiliser un caisson de maintien en température accessible aux agents en salle.



c) La salle de restauration en service à table

Gestion de la vaisselle propre

- Privilégier le rangement de la vaisselle propre sur chariots munis de housses de protection afin de limiter la manipulation des piles de vaisselles.



Mise en place de la table

- ➔ Favoriser la participation des enfants au dressage et débarrassage des tables :
 - disposer des piles de vaisselle sur chaque table,
 - préparer de manière anticipée des piles de vaisselle pour le second service,
 - mettre à disposition un chariot pour la vaisselle propre ainsi que des poubelles.

Service des plats en salle

- ➔ Limiter le travail des agents sur les tables à hauteur d'enfant :
 - soit en service par les enfants (chaque enfant se sert à partir d'un plat posé au centre de la table).
 - soit en permettant la circulation d'un chariot entre les tables pour que l'agent remplisse les assiettes de chaque enfant depuis son chariot.
 - en maternelle, les enfants sont installés sur les chaises « hautes ».



d) La salle de restauration en self

Mise à disposition des entrées / fromages / desserts :

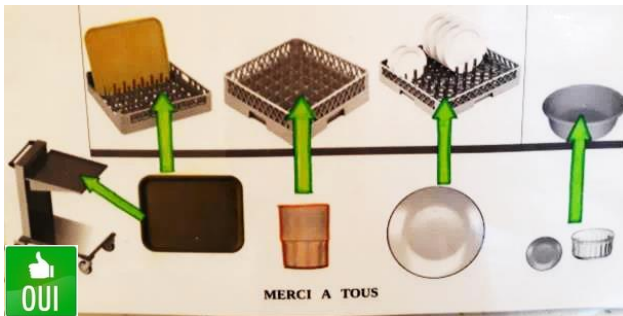
- ➔ Choisir du mobilier à hauteur d'adulte
- ➔ Présenter les entrées, salade de fruits, ... en saladier et non en portion individuelle (afin de limiter les gestes répétitifs des agents)



Débarrassage des plateaux

Que le service soit organisé à table ou en self, le débarrassage entraîne un nombre important de gestes répétitifs pour les agents. L'objectif d'une démarche de prévention consiste à limiter la quantité, la cadence ou l'amplitude de ces gestes.

- ➔ Encourager et organiser la participation des enfants au débarrassage :
 - désignation d'un référent de table chaque jour,
 - chariot ou zone de débarrassage à disposition des enfants,
 - poubelle de tri à disposition des enfants,
 - affichage clair pour guider les enfants dans le débarrassage des plateaux,
 - ...



- ➔ Privilégier les supports de poubelles permettant de retirer le sac plein par les bas et munis de roulettes pour faciliter le transport des sacs pleins.

e) L'office de plonge

Zone de prélavage

Il est recommandé de prélever la vaisselle avant de la passer au lave-vaisselle.

Afin de supprimer le prélavage manuel, il est possible de mettre en place des bacs de prétrempage pour les couverts et d'utiliser des douchettes pour le reste de la vaisselle. Il existe 2 systèmes de déclenchement des douchettes :

- Par pression de la poignée (solicitation de la main),
- Par traction de la poignée (solicitation de l'épaule).

- ➔ Mettre en place des bacs de trempage pour les couverts lors du débarrassage des tables ou plateaux réalisés par les enfants.
- ➔ Installer des rehausses dans les éviers afin de limiter leur profondeur.



Choix du lave-vaisselle

Le poste de plonge d'une restauration collective est source de sollicitations des membres supérieurs en raison de la quantité de vaisselle manipulée (gestes répétitifs, port de charge). Il est primordial de mener une réflexion sur ces postes afin de limiter le port de charge (paniers ou piles de vaisselle) et limiter les gestes répétitifs (positionnement de la vaisselle sale dans les paniers, ouverture et fermeture du capot du lave-vaisselle, déplacement des paniers de vaisselle dans le sens de la marche).

- ➔ Mettre en place un plan de plonge droit (sans angle) avec un lave-vaisselle à avancement automatique, un espace de prélavage en amont et un espace d'égouttage en aval. Cela permet d'éviter les efforts de port de charge avec une torsion du tronc pour déplacer un panier plein de vaisselle,

- ➔ S'assurer du niveau constant du plan de plonge afin que les paniers puissent glisser d'un bout à l'autre sans être soulevés,
- ➔ Installer des tables à rouleaux afin de faciliter le déplacement latéral des paniers,
- ➔ Privilégier les lave-vaisselle à ouverture verticale pour éviter la manutention en cas d'ouverture frontale,
- ➔ Privilégier les lave-vaisselle à ouverture automatique pour éviter la sollicitation des épaules lors de l'ouverture et la fermeture,
- ➔ ...



Crédit photo : istockphoto.com

f) Le local poubelle

Transport des poubelles entre le local et le lieu de collecte.

A la fin d'un service, les poubelles peuvent peser une dizaine de kilogrammes. Il est important de prendre en compte cette manutention lors de la conception du local poubelle ou la définition du point de collecte des déchets aux abords du bâtiment.

- ➔ Privilégier le transfert des poubelles sur chariot et assurer un acheminement permettant de le faire rouler de l'office de restauration au point de collecte des déchets.

Dans le local poubelle, nous pouvons également y retrouver le matériel d'entretien des locaux.

Se référer à la fiche « Entretien des locaux et TMS » pour les caractéristiques du local et du matériel adapté à cette activité (autolaveuse, balai, technique de lavage des sols, centrale de dilution, ...).

g) Autres points de vigilance

- ➔ Intégration de l'aspect découpe dans l'organisation des menus (nombre d'éléments à couper / jour)
- ➔ Prise en compte de la complexité pour le service de proposer un trop grand nombre de plats différents (pour répondre aux régimes alimentaires particuliers)
- ➔ Rotation journalière sur les postes de travail
- ➔ Réflexion sur le bruit dans les salles : installation de panneaux absorbants (plafonds, et murs), de revêtements anti-bruit sur les tables, cloisons entre l'office et la salle.