TRAININGCENTERIN - PRODUCTION VIDÉO

SÉCURITÉ AU TRAVAIL ET PRÉVENTION DES RISQUES

Script & Storyboard Pédagogique (Support Vidéo)

Module de Formation: **Valet de Chambre (Équipier d'Étage)**

PARCOURS D'EXCELLENCE

Santé, Ergonomie et Sécurité Physique

Document Confidentiel - Propriété de trainingcenterin

Plan de la Vidéo (Storyline)

INDICATION VIDÉO (MONTEUR)

Afficher un sommaire dynamique avec des panneaux de signalisation de sécurité jaunes et noirs. Les mots-clés "Ergonomie", "Protection" et "Incendie" apparaissent. Musique rythmée et alerte.

Découpage des Séquences (15 Pages):

1. **Séquence 1:** Introduction - Votre corps est votre outil de travail
2. **Séquence 2:** L'Ergonomie et les TMS (Troubles Musculo-Squelettiques)
3. **Séquence 3:** Schéma - Les bonnes postures (Faire le lit)
4. **Séquence 4:** Étude de Cas N°1 - Le levage de charge lourde
5. **Séquence 5:** Sécurité des sols (Glissades, trébuchements, chutes)
6. **Séquence 6:** Schéma - Le balisage de sécurité (Sol mouillé)
7. **Séquence 7:** Les Risques Chimiques et Brûlures
8. **Séquence 8:** Étude de Cas N°2 - L'éclaboussure de produit toxique
9. **Séquence 9:** Sécurité Incendie - Les portes coupe-feu
10. **Séquence 10:** Schéma - La Procédure d'Évacuation (La méthode P.A.C.E.)
11. **Séquence 11:** Sécurité Personnelle et Intrusion
12. **Séquence 12:** La règle du chariot barrage
13. **Séquence 13:** Étude de Cas N°3 - Le client menaçant ou non identifié
14. **Séquence 14:** Les Dispositifs d'Alerte pour Travailleurs Isolés (DATI)
15. **Séquence 15:** Conclusion et Grille d'Évaluation (Checklist Sécurité)

Séquence 1: Votre corps, votre outil principal

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

B-Roll d'un valet de chambre en action rapide : il tire un chariot lourd, soulève un matelas, marche d'un pas décidé. L'image se met au ralenti pour montrer l'impact physique des gestes.

Voix-off (Narration) :

"Le métier de Valet de Chambre ou d'Équipier est l'un des plus exigeants physiquement dans l'hôtellerie. Vous soulevez, vous tirez, vous vous baissez et vous marchez plusieurs kilomètres par jour. Votre corps est votre outil de travail le plus précieux. Une carrière longue et épanouie dans ce secteur n'est possible que si vous apprenez à vous protéger. La sécurité au travail n'est pas une option, c'est une discipline quotidienne."

Les 3 familles de risques

- **Les Risques Physiques :** Maux de dos, chutes, blessures articulaires (Ergonomie).
- **Les Risques Chimiques :** Brûlures, allergies, inhalation de vapeurs toxiques.
- **Les Risques Environnementaux :** Incendie, intrusion, agressions ou vols dans l'établissement.

Séquence 2: Ergonomie et TMS

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Apparition d'une silhouette humaine en rayons X. Des zones rouges clignotent sur le bas du dos (lombaires), les poignets et les genoux.

Les TMS (Troubles Musculo-Squelettiques) sont la première cause d'arrêt maladie dans l'hôtellerie. Ils résultent de la répétition de mauvais gestes et du port de charges lourdes.

Zone Affectée	Action Dangereuse	Conséquence / TMS
Le Bas du Dos (Lombaires)	Se pencher en gardant les jambes tendues pour faire le lit ou ramasser un objet.	Lumbago, hernie discale, sciatique. (Douleur invalidante).
Les Épaules & Cou	Laver des vitres ou des miroirs au-dessus du niveau des yeux avec un bras tendu.	Tendinite de la coiffe des rotateurs, tensions cervicales.
Les Poignets	Essorer manuellement des serpillières avec force, soulever des matelas à une main.	Syndrome du canal carpien, douleurs articulaires chroniques.
Les Genoux	Se mettre à genoux directement sur le carrelage dur pour nettoyer.	Hygroma du genou (inflammation de l'articulation).

Séquence 3: Schéma - Les Bonnes Postures

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Animation Split-Screen. À gauche, un personnage se brise le dos (croix rouge). À droite, un personnage plie les jambes, le dos droit (coche verte).

Faire un lit nécessite de border des draps sous un matelas lourd. Si vous utilisez les muscles de votre dos au lieu de ceux de vos cuisses, vous vous blesserez.

LE GESTE TUEUR (✗)

- Jambes raides et tendues.
- Dos courbé en arc de cercle.
- Soulever le matelas à bout de bras, loin du corps.

Toute la pression pèse sur une seule vertèbre.

LA POSTURE SÉCURE (✓)

- Poser un genou au sol (ou plier les deux jambes en fente).
- Garder le dos droit et aligné.
- Soulever le matelas en poussant avec la force des cuisses.

Le poids est réparti sur les jambes.

Le principe absolu : Approchez-vous de la charge, pliez les genoux, gardez le dos droit.

Séquence 4: Étude de Cas N°1

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Reconstitution. Un valet bourre un grand sac de linge sale (stripping de 4 lits d'un coup). Le sac est énorme. Il essaie de le soulever et bascule en arrière sous le poids.

Le Levage de Charge (Le Sac de Linge)

La Situation : Lors d'un nettoyage de départ intensif, vous avez rempli un sac de linge sale à ras bord avec des serviettes humides et des draps lourds. Vous devez le sortir de la chambre.

L'Erreur Fréquente :
Surcharger le sac pour "gagner du temps" et faire moins d'allers-retours, puis le soulever en faisant une torsion du dos pour le jeter sur le chariot.

La Résolution (Prévention) :

- **Règle de remplissage :** Ne remplissez jamais un sac de linge à plus de 75% de sa capacité. Le linge humide est extrêmement lourd.
- **L'aide mécanique :** Poussez le sac au sol jusqu'à la porte (s'il est lourd) au lieu de le porter, ou apportez le chariot au plus près de l'entrée.
- **Pas de torsion :** Ne tournez jamais le buste pendant que vous portez une charge. Vos pieds doivent pivoter en même temps que vos épaules.

Séquence 5: Sécurité des Sols (Chutes)

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Montage rapide de 3 risques : un câble d'aspirateur tendu en travers du couloir, une flaque d'eau dans une salle de bain, un chariot de ménage mal garé.

Voix-off (Narration) :

"Les glissades, trébuchements et chutes sont la deuxième cause d'accident du travail. Le danger vient souvent d'un environnement mal organisé. Vous êtes responsable de la sécurité de votre zone de travail, tant pour vous que pour les clients qui y circulent."

Les 3 pièges de l'étage :

- **Le Câble Tendu :** Le câble de votre aspirateur ne doit jamais traverser le couloir de part en part. Branchez-le toujours dans la chambre, au plus près de votre zone de travail.
- **L'Eau au Sol :** Lavez le sol de la salle de bain en reculant vers la sortie, pour ne jamais avoir à marcher sur le sol mouillé que vous venez de traiter.
- **Le Chariot Obstacle :** Le chariot d'étage doit être garé le long du mur (du même côté que la porte de la chambre), laissant toujours un passage dégagé d'au moins 90 cm pour les clients ou les évacuations.

Séquence 6: Schéma - Le Balisage de Sécurité

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Animation. Un client a renversé un plateau avec du liquide dans le couloir. Le processus de sécurisation s'affiche étape par étape. Un panneau jaune "Attention Sol Glissant" se déploie.

Si un liquide est renversé dans une zone publique (couloir, lobby) ou si vous lavez le sol d'un espace de passage, la signalisation est une obligation légale.

1

SÉCURISER (Le Balisage)

Ne laissez jamais la flaque sans surveillance. Placez immédiatement un panneau jaune "Sol Glissant" (Wet Floor) **avant** d'aller chercher la serpillière.

2

ABSORBER

Épongez le liquide avec du matériel sec pour supprimer le danger de glissade immédiat, puis nettoyez la zone.

3

MAINTENIR LE BALISAGE

Le panneau jaune doit rester en place **jusqu'au séchage complet** du sol. Une fois sec, retirez le panneau pour qu'il ne perde pas son impact dissuasif.

Séquence 7: Les Risques Chimiques

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Plans sur différents pictogrammes de danger internationaux (Corrosif, Inflammable, Toxique). La caméra zoome sur un valet portant obligatoirement des gants pour pulvériser un détartrant.

L'hôtellerie utilise des produits chimiques puissants (acides détartrants, dégraissants, eau de javel). Une mauvaise utilisation peut entraîner des brûlures chimiques graves ou des troubles respiratoires.

Interdiction de transvaser (Étiquetage)

Il est strictement interdit de mettre un produit chimique dans une bouteille non prévue à cet effet (comme une bouteille d'eau minérale vide). Le risque d'ingestion accidentelle par un collègue ou un client est mortel. L'étiquette originale est obligatoire.

Le port des EPI (Équipements)

Le port de gants de protection est **obligatoire** dès que vous manipulez des produits détergents ou désinfectants purs. Protégez vos yeux lors de l'utilisation de sprays volatils (pulvérisez près de la surface, pas en hauteur).

Ne Jamais Mélanger

Rappel de survie : Le mélange d'eau de Javel avec un produit acide (comme un détartrant WC) crée instantanément un nuage de gaz toxique (chlore) qui attaque les poumons et peut être fatal.

Séquence 8: Étude de Cas N°2

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Reconstitution (POV). Une goutte de produit nettoyant rebondit d'un miroir et atteint l'œil du valet. Il lâche la bouteille. Le processus de premiers secours s'affiche étape par étape.

L'Éclaboussure de Produit Chimique

La Situation : En pulvérisant un dégraissant sur les parois de la douche, un retour de spray vous projette du produit directement dans l'œil ou sur le bras.

Le Mauvais Réflexe :
Se frotter l'œil frénétiquement avec sa main gantée (ce qui aggrave la brûlure et étale le produit), ou attendre que "ça passe".

La Procédure d'Urgence :

- **Action immédiate :** Rincer abondamment à l'eau claire (tiède/froide) sous le lavabo ou la douche pendant **au moins 15 minutes**, l'œil grand ouvert.
- **Alerter :** Appeler immédiatement la Gouvernante ou la Sécurité.
- **La Fiche de Données de Sécurité (FDS) :** Gardez la bouteille du produit en question à disposition. L'équipe médicale aura besoin du nom du produit chimique pour adapter les soins hospitaliers.

Séquence 9: Sécurité Incendie

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Gros plan sur une lourde porte coupe-feu dans le couloir bloquée par une cale en bois. Une croix rouge s'affiche. La cale est retirée, la porte se ferme, coche verte.

Voix-off (Narration) :

"En cas d'incendie, un hôtel peut se transformer en piège mortel en quelques minutes. Le personnel d'étage, présent partout dans les couloirs, a une responsabilité majeure dans la prévention et l'évacuation."

Les Règles Vitales de Prévention :

- **Les Portes Coupe-Feu :** Il est strictement interdit de bloquer les lourdes portes des couloirs en position ouverte avec des cales ou des extincteurs. Elles doivent pouvoir se fermer seules pour bloquer les fumées mortelles.
- **Les Issues de Secours :** Votre chariot de ménage, les sacs poubelles ou de linge sale ne doivent **jamais** obstruer l'accès aux escaliers de secours ou réduire la largeur des couloirs.
- **Le Matériel Électrique :** Signalez immédiatement toute prise défectueuse, fil dénudé ou ampoule brûlée dans une chambre.

Séquence 10: Schéma - L'Évacuation (P.A.C.E.)

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Déclenchement d'une alarme sonore (bruitage). Le schéma de la méthode internationale d'intervention s'affiche avec des flèches dynamiques.

Si vous découvrez un départ de feu dans une chambre ou un office, appliquez le protocole d'urgence **P.A.C.E.** (adaptation de la méthode internationale RACE).

P

PROTÉGER / SAUVER

Mettez-vous en sécurité. Évacuez les personnes en danger immédiat (sortir le client de la chambre en feu) si cela ne risque pas votre vie.

A

ALERTER

Brisez la vitre du déclencheur manuel rouge le plus proche dans le couloir, ou appelez le poste de sécurité (numéro d'urgence interne).

C

CONFINER

Fermez la porte de la chambre en feu derrière vous et les fenêtres pour étouffer le feu et empêcher la fumée d'envahir le couloir. **Ne verrouillez pas la porte.**

E

ÉVACUER / ÉTEINDRE

Si le feu est de la taille d'une corbeille, utilisez l'extincteur adapté. Sinon, évacuez par les escaliers de secours (jamais l'ascenseur).

Séquences 11 & 12: Sécurité Personnelle

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Le valet nettoie la chambre. La porte est grande ouverte, et son lourd chariot est placé en travers de l'encadrement de la porte, bloquant partiellement l'accès depuis le couloir.

Le travail en étage est un travail isolé. Bien que les hôtels soient surveillés, vous devez appliquer des mesures pour garantir votre propre sécurité physique (vols, intrusions, agressions).

La Porte Ouverte (Règle d'or)

Ne nettoyez **jamais** une chambre avec la porte fermée (sauf si le client est présent et demande explicitement à rester enfermé avec vous, ce qui est rare). La porte ouverte garantit qu'on vous entend et qu'on vous voit.

Le Chariot Barrage

Garez votre chariot d'étage juste devant l'encadrement de la porte de la chambre que vous nettoyez. Il sert de barrière physique empêchant un intrus d'entrer discrètement, tout en vous laissant la place de sortir rapidement.

Les DATI (Dispositifs d'Alerte)

Si votre établissement vous fournit un bipeur ou un bouton d'alarme "Bouton Panique" (DATI/PTI), portez-le toujours sur vous, clippé à votre uniforme, jamais oublié sur le chariot.

Séquence 13: Étude de Cas N°3

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Reconstitution. Un inconnu se présente à la porte de la chambre en nettoyage : "Je suis le client, j'ai oublié ma clé, laissez-moi entrer." Le valet refuse poliment mais fermement.

L'Intrusion en Chambre (Demande de clé)

La Situation : Vous nettoyez une chambre avec la porte ouverte. Une personne arrive et veut entrer en affirmant : *"C'est ma chambre, ma femme a pris la carte, je viens chercher mon manteau."*

Le Danger Absolu :
Le laisser entrer par gentillesse. Les voleurs ciblent spécifiquement les femmes/valets de chambre pendant le nettoyage pour vider les coffres-forts ou dérober les affaires du véritable client.

La Procédure de Protection :

- **Refus Courtois :** Restez au niveau de la porte (le chariot fait barrage). *"Bonjour Monsieur, pour votre sécurité, pouvez-vous me montrer la clé de la chambre ou votre carte d'identité ?"*
- **Si pas de preuve :** *"Je suis navré, nos procédures m'interdisent de vous laisser entrer. Je vous invite à passer à la Réception qui vous refera une carte immédiatement."*
- S'il s'énerve, n'insistez pas, reculez, et alertez la Sécurité avec votre radio.

Séquences 14 & 15: Grille d'Évaluation

INDICATION VIDÉO (VISUEL)

Affichage de la "Checklist Zéro Accident". Le texte défile doucement vers le haut. Le logo de l'académie apparaît au centre pour clore la vidéo sur une note sérieuse et protectrice.

Grille d'Évaluation (Sécurité) :

- [ ] Je plie les genoux et garde le dos droit pour soulever des charges.
- [ ] Je ne remplis jamais les sacs de linge sale à ras bord.
- [ ] Je signale tout sol mouillé avec un panneau jaune.
- [ ] Je porte mes EPI (gants) et je ne mélange jamais les produits chimiques.
- [ ] Je ne bloque jamais une porte coupe-feu avec un objet.
- [ ] Je ne laisse jamais entrer un inconnu sans preuve dans une chambre.

Le Mot de la Fin

La sécurité n'est pas une perte de temps, c'est ce qui vous garantit de rentrer chez vous en bonne santé à la fin de votre service. Protégez votre dos, respectez les produits que vous manipulez, et gardez l'œil ouvert. Dans un hôtel, le premier garant de votre propre sécurité, c'est vous-même.

Fin du Script d'Animation Vidéo

Conçu pour le module Prévention des Risques - Valets et Équipiers.