SÉCURITÉ AU TRAVAIL ET PRÉVENTION DES RISQUES

Script & Storyboard Pédagogique (Support Vidéo)

Document Confidentiel - Propriété de trainingcenterin

Module de Formation : Équipier d'Étage en Hôtellerie

PARCOURS D'EXCELLENCE

Formation Initiale : Équipier d'Étage

Plan de la Vidéo (Storyline)

> 🎬 **Indication Vidéo (Monteur) :** Afficher un sommaire dynamique. Les mots clés "Prévention", "Ergonomie" et "Vigilance" apparaissent en surbrillance. Musique de fond sérieuse, marquant l'importance et l'attention (rythme structuré et rassurant).

Découpage des Séquences (15 Pages) :

1. **Séquence 1** : Introduction - La Santé, Votre Premier Capital
2. **Séquence 2** : Schéma Explicatif - La Cartographie des 4 Risques Majeurs
3. **Séquence 3** : Les Troubles Musculosquelettiques (TMS) : Le danger invisible
4. **Séquence 4** : Schéma Explicatif - L'Ergonomie du Mouvement (Lever et Pousser)
5. **Séquence 5** : Le Risque Chimique (Brûlures, Inhalations, Réactions)
6. **Séquence 6** : Schéma Explicatif - Lire les Pictogrammes de Danger
7. **Séquence 7** : La Prévention des Chutes et Glissades (Sols et Câbles)
8. **Séquence 8** : Le Risque Électrique (Eau, câbles dénudés et multiprises)
9. **Séquence 9** : La Gestion des Déchets Dangereux (Lames, verre, seringues)
10. **Séquence 10** : La Sécurité Incendie (Le rôle de l'équipier au quotidien)
11. **Séquence 11** : L'Équipement de Protection Individuelle (E.P.I.)
12. **Séquence 12** : Étude de Cas N°1 - Le Lumbago (Blocage du dos) avec un sac de linge
13. **Séquence 13** : Étude de Cas N°2 - La Réaction Chimique dans l'office (Mélange toxique)
14. **Séquence 14** : Étude de Cas N°3 - La Seringue (ou lame) trouvée dans une poubelle
15. **Séquence 15** : Conclusion et Grille de Prévention (Checklist Sécurité)

Séquence 1: La Santé, Votre Premier Capital

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** B-Roll. Un Équipier soulève une lourde charge avec le dos courbé (écran rouge, buzzer). La scène rembobine, il plie les genoux et garde le dos droit (écran vert, cloche de validation).

Voix-off (Narration) :

"Le métier d'Équipier d'étage est l'un des plus physiques de l'hôtellerie. Vous soulevez des charges, vous marchez des kilomètres, et vous manipulez des produits puissants. Dans cette course quotidienne, le plus grand danger n'est pas de mal faire votre travail, mais de détruire votre outil principal : votre corps. Un accident du travail ou une maladie professionnelle (mal de dos chronique) peut briser une carrière. La sécurité n'est pas une contrainte imposée par la direction, c'est votre assurance vie professionnelle. Travailler vite, c'est bien. Travailler en sécurité, c'est pouvoir le faire jusqu'à la retraite."

La Règle d'Or de la Prévention :

- **S'arrêter pour réfléchir :** 5 secondes d'analyse avant d'agir évitent 5 semaines d'arrêt maladie.
- **Signaler :** Un risque non signalé (une roue de chariot bloquée) est un accident qui va arriver.
- **Refuser le danger :** On ne vous demandera jamais de mettre votre santé en danger pour gagner du temps.

Séquence 2: Schéma - Cartographie des Risques

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Animation. Un équipier virtuel est au centre. Des flèches pointent vers les 4 grands dangers qui le menacent dans l'hôtel.

Voix-off (Narration) :

"L'hôtel est un environnement contrôlé pour le client, mais un terrain d'obstacles pour vous. Identifions vos 4 grands ennemis."

Les 4 Menaces Quotidiennes (À animer) :

1. LE RISQUE POSTURAL (TMS)

Charges lourdes (linge), mouvements répétitifs, mauvaises postures. (Cible: Dos, Épaules, Genoux).

2. LE RISQUE CHIMIQUE

Manipulation de détergents, acides, inhalations toxiques, projections dans les yeux.

3. LE RISQUE MÉCANIQUE / CHUTE

Sols glissants, câbles d'aspirateurs, objets coupants (verre brisé dans les poubelles).

4. LE RISQUE ÉLECTRIQUE & FEU

Eau + Électricité, prises défectueuses, blocage des portes coupe-feu par les chariots.

Séquence 3: Les TMS (L'Ennemi N°1)

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Gros plan sur la colonne vertébrale (en modélisation 3D) d'un équipier qui se penche en avant pour tirer un chariot. Les disques vertébraux deviennent rouges d'inflammation.

Voix-off (Narration) :

"Les Troubles Musculosquelettiques (TMS) sont la première cause d'arrêt de travail en hôtellerie. Ils n'arrivent pas d'un seul coup, ils détruisent vos articulations jour après jour, en silence."

La Mécanique Humaine :

- **Le Mythe de la Force :** Soulever un sac de 20kg avec le dos courbé multiplie la pression sur vos lombaires par 5 (soit 100kg de pression sur votre colonne vertébrale).
- **L'Effet Cumulatif :** Ce n'est pas le sac lourd d'aujourd'hui qui va vous bloquer, c'est la répétition du même mauvais geste 50 fois par jour pendant 5 ans.
- **L'Échauffement :** Le métier d'équipier est physique. Un muscle froid se déchire plus vite. Étirez-vous légèrement avant la prise de poste, surtout le dos et les épaules.

Séquence 4: Schéma - Ergonomie du Mouvement

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Animation comparative. Pousser un chariot vs Tirer un chariot. Soulever un carton avec les genoux vs avec le dos.

Voix-off (Narration) :

"Votre corps est une grue parfaite, à condition de l'utiliser avec les bons leviers. Adoptez les gestes barrières de l'ergonomie."

Les Lois de l'Ergonomie (À animer) :

1. LE LEVAGE (Ascenseur)

Descendez en pliant les genoux. Gardez le dos droit. Collez la charge contre votre ventre (centre de gravité). **Poussez sur vos cuisses** pour remonter. Jamais sur votre dos.

2. LA MANUTENTION (Chariots)

Ne **tirez jamais** un chariot lourd, vous risquez de vous tordre l'épaule et d'écraser vos talons. **Poussez-le** toujours devant vous. Utilisez le poids de votre corps pour le lancer, pas seulement vos bras.

Séquence 5: Le Risque Chimique

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Un Équipier mélange deux produits dans un seau. Une fumée verte s'échappe, il tousse. Écran rouge "DANGER".

Voix-off (Narration) :

"L'office d'étage est un mini-laboratoire. Vous manipulez des produits ultra-concentrés. Une erreur d'inattention peut brûler votre peau, vos yeux, ou vos poumons."

Les Règles de Survie Chimique :

La Sécurité absolue :

- **Le Mélange Mortel :** Ne mélangez **JAMAIS** deux produits chimiques (sauf avec de l'eau). Le mélange Javel + Détartrant (Acide) crée du Gaz Moutarde (chlore toxique) qui peut être mortel par inhalation en espace clos (SDB).
- **L'Ordre de Dilution :** Versez **toujours l'eau en premier** dans le seau, puis le produit chimique. Si vous versez l'eau sur le produit, le choc provoque des éclaboussures d'acide concentré dans vos yeux.
- **Le Transvasement :** Ne mettez jamais un produit chimique dans une bouteille d'eau minérale. Le risque d'ingestion accidentelle est gravissime.

Séquence 6: Schéma - Pictogrammes de Danger

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Apparition des losanges rouges mondiaux (CLP/SGH). Une étiquette de produit d'entretien est zoomée pour décrypter son danger.

Voix-off (Narration) :

"Savoir lire une étiquette est une compétence obligatoire. Ces symboles universels vous dictent comment vous protéger avant même d'ouvrir le flacon."

Décrypter l'Étiquette (À animer) :



CORROSIF (Acides)

Ronge la peau et les métaux. (Détartrants puissants). Port de gants et lunettes **obligatoire**.



INFLAMMABLE

Prend feu facilement. (Certains aérosols, solvants). Stocker loin de la chaleur.



IRRITANT / NOCIF

Irrite les yeux, la peau, les voies respiratoires. (Détergents forts). Aérer la pièce.

Séquence 7: Prévention des Chutes et Glissades

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** L'Équipier passe l'aspirateur. Le câble traverse le couloir. Un client trébuche. Temps d'arrêt. Retour en arrière : l'Équipier branche l'aspirateur du même côté du mur.

Voix-off (Narration) :

"La chute de plain-pied est l'accident le plus fréquent pour le personnel et les clients. Vos propres outils sont souvent la cause du danger."

Sécuriser l'Espace :

- **Le Câble de l'Aspirateur :** Il ne doit **jamais** être tendu en travers du couloir. Longez toujours les plinthes. Gardez l'excédent de fil dans une main ou sur votre épaule.
- **Le Sol Mouillé (Marbre/Carrelage) :** Ne lavez jamais un sol sans poser le panneau jaune "Attention Sol Glissant" (Wet Floor). Lavez toujours une moitié du couloir à la fois pour laisser un passage sec aux clients.
- **Les Chaussures :** Portez les chaussures de sécurité (ou antidérapantes) fournies par l'hôtel. Des baskets lisses sur un sol lavé sont de véritables patins à glace.

Séquence 8: Risque Électrique & Incendie

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** L'Équipier veut débrancher l'aspirateur. Au lieu de tirer sur le câble (Croix rouge), il s'avance, saisit la fiche plastique et la retire (Coche verte).

Voix-off (Narration) :

"Électricité, eau, et moquette font un très mauvais mélange. L'Équipier doit être le garant de la sécurité technique de base."

La Prudence Électrique et Feu :

Les Bons Réflexes :

- **Le Débranchement :** Tirez sur la fiche, **jamais sur le câble**. Un câble arraché de l'intérieur provoque des courts-circuits, voire l'électrocution.
- **L'Eau et les Prises :** Ne nettoyez jamais une prise électrique ou un interrupteur avec une microfibre trempée. Utilisez un chiffon presque sec.
- **Portes Coupe-feu :** Il est formellement interdit de bloquer une lourde porte coupe-feu ouverte (avec une cale ou un chariot de ménage). En cas d'incendie, elle ne pourra pas bloquer la fumée. C'est une faute grave.

Séquence 9: La Gestion des Déchets Dangereux

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** L'Équipier vide une poubelle de chambre. Il ne met jamais ses mains nues à l'intérieur. Il prend le bord du sac, le noue, et le soulève par le haut.

Voix-off (Narration) :

"La poubelle d'un client est un mystère aveugle. Elle peut contenir des lames de rasoir, du verre brisé ou pire, des seringues médicales. Votre méthode de collecte doit vous protéger des coupures."

Le Protocole de Sécurité (Déchets) :

- **Le Tassement Interdit :** Ne mettez **JAMAIS** vos mains (ou votre pied) dans une poubelle pour tasser les déchets afin de gagner de la place. Si du verre brisé y est caché, il transpercera votre gant et votre main.
- **Le Port du Sac :** Fermez le sac avant de le sortir. Portez-le éloigné de votre corps (pas collé contre votre jambe). Si une aiguille dépasse, elle ne vous piquera pas la cuisse.
- **Le Verre Brisé :** Ne ramassez jamais du verre avec les doigts (même gantés). Utilisez une balayette et une pelle, ou du papier journal épais mouillé pour agglomérer les éclats.

Séquence 10: Les Équipements de Protection (EPI)

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** L'Équipier s'équipe avant une tâche lourde. Chaussures antidérapantes, gants en nitrile adaptés, et parfois lunettes pour la chimie.

Voix-off (Narration) :

"L'Équipement de Protection Individuelle (E.P.I.) n'est pas une suggestion, c'est une obligation légale. Travailler sans gants pour 'aller plus vite' est un très mauvais calcul."

L'Armure de l'Équipier :

- **Les Gants de Ménage :** Indispensables pour le nettoyage des sanitaires publics et la manipulation de produits chimiques. Changez-les dès qu'ils sont poreux.
- **Les Chaussures :** Elles doivent être fermées (pour protéger des chutes d'objets) et posséder des semelles crantées (anti-glisse). Les talons ou sandales sont suicidaires dans ce métier.
- **Le Masque / Lunettes :** Si vous utilisez une centrale de dilution ou pulvérisez un décapant en hauteur, protégez vos voies respiratoires et vos yeux des micro-gouttelettes acides.

Séquences 11 & 12: Le Lumbago (Cas 1)

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Icône "Cas Pratique 1". L'Équipier est pressé. Il tire violemment un sac de linge trempé posé au sol depuis 2 heures. Il se bloque le dos.

Le Coût de la Vitesse Aveugle

Le lumbago (blocage aigu du bas du dos) survient souvent en fin de service, quand la fatigue empêche la vigilance. Une seule seconde d'inattention, un geste fait "en torsion" (tourner le buste tout en soulevant), et c'est la blessure. La perte de temps pour l'hôtel (et pour votre santé) est infiniment supérieure aux 2 secondes que vous pensiez gagner.

Cas Pratique N°1 : Le Sac Bloqué

Le Problème : Un grand sac de linge (rempli de serviettes mouillées) est très lourd et difficile à attraper au fond de l'office.
La Réaction Sécurisée : Ne tirez pas le sac en vous penchant au-dessus des autres matériels. 1. Dégagez l'espace autour du sac. 2. Approchez-vous au plus près. 3. Pliez les genoux. 4. Prenez le sac à deux mains, plaquez-le contre votre poitrine. 5. Levez-vous avec la force de vos cuisses. Si le sac est vraiment trop lourd, demandez de l'aide à un collègue.

Séquences 13 & 14: Études de Cas 2 & 3

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Icônes "Cas Pratique". Apparition des problèmes en rouge, résolutions en vert avec des explications de prévention.

Cas Pratique N°2 : La Réaction Chimique

Le Problème : Le siphon du vidoir est bouché. L'Équipier y verse un litre de Javel. Une heure plus tard, ça ne coule toujours pas, il y ajoute du détartrant puissant.
La Conséquence : Dégagement immédiat d'un gaz jaune verdâtre très toxique. Brûlures pulmonaires graves.
La Règle de Survie : Ne mélangez jamais de produits. Si un produit A ne fonctionne pas, rincez abondamment à l'eau pure, aérez la pièce, et appelez la maintenance. On ne joue pas aux apprentis chimistes.

Cas Pratique N°3 : La Seringue (Biohazard)

Le Problème : En vidant la poubelle de la salle de bain (chambre VIP), l'Équipier remarque une seringue usagée (insuline ou autre) dépassant du sac.
Le Protocole : Danger infectieux majeur (Hépatite, VIH). Ne touchez pas la seringue, même avec vos gants. 1. Bloquez le sac poubelle dans la chambre. 2. Appelez immédiatement la Sécurité ou la Gouvernante. 3. L'hôtel dispose d'une pince spéciale et d'une "boîte jaune" rigide spécifique pour les DASRI (Déchets d'Activités de Soins à Risques Infectieux) pour jeter l'aiguille en toute sécurité.

Séquence 15: Conclusion & Grille d'Évaluation

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Affichage de la "Checklist de la Sécurité Vitale". Défilement du texte vers le haut. Musique d'accomplissement et de sérénité (Corporate).

Grille d'Évaluation (Prévention des Risques) :

- [ ] Je soulève toujours les charges (Linge, poubelles) avec la force de mes jambes.
- [ ] Je porte mes E.P.I (Gants) dès que je manipule des déchets ou de la chimie.
- [ ] Je mets **toujours l'eau en premier** avant d'ajouter un produit chimique pur.
- [ ] Je ne tasse jamais l'intérieur d'un sac poubelle avec mes mains ou mes pieds.
- [ ] Je signale immédiatement tout matériel défectueux (câble arraché, roue bloquée).

Le Mot de la Fin

Dans un hôtel, le luxe absolu pour un employé, c'est de rentrer chez lui en bonne santé. Votre professionnalisme ne se mesure pas seulement à la vitesse de votre logistique ou à la propreté de vos couloirs. Il se mesure à votre capacité à protéger votre corps et celui de vos collègues. En appliquant l'ergonomie, la prudence chimique et la vigilance, vous bâtissez une carrière durable et garantissez l'excellence sans aucun compromis.

Fin du Script d'Animation Vidéo

Conçu pour la formation initiale et continue des Équipiers d'Étage.