PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Script & Storyboard Pédagogique (Support Vidéo)

Document Confidentiel - Propriété de trainingcenterin

Module de Formation : La Lingère en Hôtellerie

PARCOURS D'EXCELLENCE

Formation Initiale : Lingerie

Plan de la Vidéo (Storyline)

> 🎬 **Indication Vidéo (Monteur) :** Afficher un sommaire dynamique. Les mots clés "Sécurité", "TMS" et "Prévention" apparaissent en surbrillance. Musique de fond structurée et sérieuse, évoquant la rigueur industrielle et la protection.

Découpage des Séquences (15 Pages) :

1. **Séquence 1** : Introduction - L'Industrie Cachée de l'Hôtel
2. **Séquence 2** : Schéma Explicatif - La Cartographie des Dangers en Lingerie
3. **Séquence 3** : Les Risques Mécaniques (Happement et Écrasement)
4. **Séquence 4** : Schéma Explicatif - La Règle du Bouton d'Arrêt d'Urgence
5. **Séquence 5** : Les Risques Thermiques (La brûlure de la Calandre et de la Vapeur)
6. **Séquence 6** : Les Troubles Musculosquelettiques (TMS) - Le dos et les épaules
7. **Séquence 7** : Schéma Explicatif - Les Bonnes Postures de Manutention (Lever de charge)
8. **Séquence 8** : Les Risques Liés à l'Environnement (Bruit et Température)
9. **Séquence 9** : Les Chutes de Plain-Pied (Glissades et encombrement)
10. **Séquence 10** : Les Risques Incendie (La Bourre de coton et l'électricité)
11. **Séquence 11** : Le Comportement en Cas d'Accident (Protéger, Alerter, Secourir)
12. **Séquence 12** : Étude de Cas N°1 - Le Foulard dans la Calandre (Happement)
13. **Séquence 13** : Étude de Cas N°2 - La Douleur Lombaire Chronique (Mauvais chariot)
14. **Séquence 14** : Étude de Cas N°3 - La Flaque d'Eau au Sol (La chute)
15. **Séquence 15** : Conclusion et Grille d'Évaluation (La Sécurité, c'est l'Affaire de Tous)

Séquence 1: L'Industrie Cachée

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** B-Roll. Contraste entre le calme du lobby de l'hôtel (avec un piano) et le bruit sourd, la vapeur et les mouvements rapides de la Lingerie au sous-sol.

Voix-off (Narration) :

"L'hôtel vend du rêve, du calme et du repos. Mais pour produire ce rêve, le sous-sol abrite une véritable industrie lourde : la Lingerie. Vous travaillez au milieu de machines qui pèsent des tonnes, qui chauffent à 180 degrés, et qui tournent à une vitesse vertigineuse. Vous manipulez des centaines de kilos de linge par jour, dans une atmosphère souvent bruyante, chaude et humide. Dans cet environnement, la santé et la sécurité ne sont pas des options, ce sont des nécessités absolues. Un accident en lingerie n'est jamais anodin : il peut entraîner des brûlures graves, des amputations, ou détruire votre dos à vie. La prévention des risques professionnels (PRP) est la première compétence d'une Lingère d'excellence. Avant de savoir repasser, il faut savoir se protéger."

Les 3 Devoirs de Prévention :

- **Vigilance Permanente :** Ne jamais devenir trop confiant face à une machine.
- **Ergonomie :** Travailler en économisant son corps.
- **Alerte :** Signaler immédiatement tout danger (fuite, câble dénudé, machine bruyante).

Séquence 2: Schéma - Cartographie des Dangers

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Animation. Un plan de la Lingerie vue de haut. Différentes icônes de danger clignotent sur des zones spécifiques.

Voix-off (Narration) :

"Le danger n'est pas partout le même. Chaque zone de la blanchisserie présente un risque spécifique qu'il faut savoir identifier d'un seul coup d'œil."

Le Radar des Risques (À animer) :

ZONE DE TRI & LAVAGE



Risques : Troubles Musculosquelettiques (poids des sacs mouillés), Risque Biologique (Coupure avec seringue cachée).

ZONE DE FINITION (Calandre)



Risques : Brûlures thermiques de contact, Happement (mains avalées par les rouleaux).

LE LOCAL ET LES SOLS



Risques : Chute de plain-pied (eau au sol, chariot mal garé), Risque incendie (Filtre de séchoir bouché).

Séquence 3: Les Risques Mécaniques

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Gros plan sur les sangles d'entraînement de la calandre qui tournent à grande vitesse. Une image barrée d'une croix rouge montre une lingère portant un grand collier et des manches larges.

Voix-off (Narration) :

"Les machines industrielles n'ont pas de capteurs pour reconnaître la chair humaine. L'entraînement mécanique (le happement) est le risque le plus traumatisant en blanchisserie."

Prévenir le Happement et l'Écrasement :

- **Le Code Vestimentaire :** Les vêtements amples, les manches ballonnantes, les écharpes, foulards, et les cravates sont **strictement interdits** près des machines. Si le tissu est pris dans un rouleau, votre corps sera tiré avec lui.
- **Le "Zéro Bijou" et Cheveux Longs :** Pas de bagues, de bracelets ou de longs colliers. Les cheveux longs doivent **obligatoirement** être attachés en chignon ou recouverts d'une charlotte.
- **Ne jamais forcer :** Si un drap est coincé dans la calandre ou la plieuse, n'essayez **JAMAIS** de tirer dessus pendant que la machine tourne. Arrêtez la machine d'abord.

Séquence 4: Schéma - L'Arrêt d'Urgence

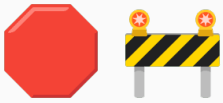
> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Animation. Un gros plan sur un bouton "Coup de Poing" rouge, et sur la barre rouge qui court le long de la calandre.

Voix-off (Narration) :

"En cas d'accident mécanique, chaque dixième de seconde compte. Vous devez connaître les organes de sécurité de vos machines les yeux fermés."

Le Réflexe de Survie (À animer) :

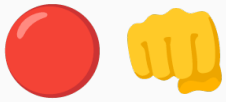
LA BARRE ANTI-PANIQUE



Située juste devant les mains à l'entrée de la calandre. **Comment l'utiliser :** Si vos doigts s'approchent trop, poussez cette barre avec le corps ou la main. Elle stoppe la machine instantanément et relève le cylindre brûlant.

➕

LE COUP DE POING (A.U.)



Présent sur toutes les Laveuses et Séchoirs. **Comment l'utiliser :** Frappez-le fort pour couper toute l'énergie de la machine en cas de balourd extrême (vibrations), d'incendie, ou d'accident d'un collègue.

Séquence 5: Les Risques Thermiques

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Une Lingère utilise le pistolet à vapeur de la table à détacher. La vapeur brûlante frôle sa main non protégée (mauvais exemple).

Voix-off (Narration) :

"Le repassage et la finition exigent des températures de l'ordre de 180°C. À cette température, le contact avec la peau provoque des brûlures instantanées du 2ème et 3ème degré."

Le Feu Invisible (La Vapeur) :

- **La Calandreuse :** Ne touchez jamais le rouleau d'acier. Attendez toujours que la machine soit totalement refroidie avant de faire l'entretien (nettoyage des bandes, cirage).
- **La Brûlure de Vapeur :** La vapeur d'eau pressurisée (Pressing, Fer industriel, Table à détacher) est plus dangereuse que l'eau bouillante. Ne dirigez **jamais** un jet de vapeur vers vous ou vers un collègue.
- **Le Piège du Linge Chaud :** Du linge éponge qui sort du séchoir sans avoir fait de "Cool-Down" (cycle de refroidissement) peut emmagasiner assez de chaleur pour vous brûler les avant-bras lors du pliage, ou s'auto-enflammer dans le bac.

Séquence 6: Les TMS (Troubles Musculosquelettiques)

🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Une Lingère se penche au fond d'un chariot de linge très profond en pliant le dos pour attraper des draps mouillés lourds. Son dos s'affiche en rouge (Zone de douleur).

Voix-off (Narration) :

"Le danger en lingerie n'est pas toujours spectaculaire. Souvent, il est lent et silencieux. Les TMS (Troubles Musculosquelettiques) détruisent le dos, les épaules et les poignets des lingères sur le long terme."

L'Usure du Corps Humain :

Les 3 Causes Majeures de TMS :

- **La Répétitivité :** Engager 500 draps par jour demande le même mouvement des épaules des milliers de fois. Les tendons s'enflamment (Tendinite).
- **L'Effort Physique (Poids) :** Le linge mouillé est extrêmement lourd. Une couette sortant de la machine à laver pèse une tonne. La tirer seule est une hérésie biomécanique.
- **Les Mauvaises Postures :** Se plier en deux au-dessus de la table de pliage, ou s'accroupir de travers pour charger une machine en bas, pince les disques de la colonne vertébrale (Hernie discale).

Séquence 7: Schéma - Les Bonnes Postures

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Animation ergonomique. "La technique de l'Haltérophile". L'écran montre comment soulever une charge du sol.

Voix-off (Narration) :

"Pour ne pas briser votre dos, vous devez utiliser les muscles les plus puissants de votre corps : vos cuisses."

Le Lever de Charge Sécurisé (À animer) :

LA POSTURE QUI TUE LE DOS



Jambes tendues, dos courbé en avant. **Le poids de la charge est multiplié par 5 sur les lombaires.** C'est la garantie du "Tour de reins" (Lumbago).

LA POSTURE DE SÉCURITÉ



Garder le **dos bien droit**, plier les **genoux**, s'approcher au maximum de la charge, et pousser sur ses jambes pour se relever. **Le dos ne force pas.**

Séquence 8: Environnement (Bruit et Température)

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Vue générale de la blanchisserie. Des ondes sonores rouges sortent des machines à l'essorage. Un thermomètre mural affiche 35°C.

Voix-off (Narration) :

"Le bruit et la chaleur sont des agresseurs invisibles qui augmentent la fatigue, diminuent la concentration et favorisent les accidents graves."

Gérer l'Ambiance de Travail :

- **Le Bruit (Surdité Professionnelle) :** Lors de l'essorage multiple des laveuses industrielles, le niveau sonore dépasse souvent les 85 Décibels. Le port de protections auditives (bouchons moulés ou casques anti-bruit fournis par l'hôtel) est fortement recommandé, voire obligatoire selon la législation.
- **Le Stress Thermique :** Près de la calandre, la chaleur rayonnante est accablante. La prévention exige :
  - De boire de l'eau fraîche très régulièrement (avant d'avoir soif).
  - De porter des vêtements en coton léger et respirant.
  - De s'assurer que l'extraction d'air de la pièce fonctionne à plein régime.

Séquence 9: Les Chutes de Plain-Pied

🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Une flaque d'eau s'écoule d'une machine. La Lingère marche dedans et glisse dangereusement. Le plan suivant montre la Lingère essuyant immédiatement l'eau et plaçant un panneau jaune "Attention Sol Glissant".

Voix-off (Narration) :

"Étonnamment, la majorité des accidents de travail en hôtellerie ne vient pas des machines, mais d'une simple glissade sur le sol. C'est l'accident bête par excellence."

Maîtriser le Sol de la Lingerie :

La Règle du "Propre et Dégagé" :

- **L'Eau, c'est l'ennemi :** Une fuite d'eau savonneuse sur un carrelage industriel devient une véritable patinoire. **Toute flaque doit être épongée instantanément.** Ne laissez jamais "pour plus tard".
- **L'Encombrement (L'Obstacle) :** Un chariot vide laissé au milieu du passage, ou un carton de lessive abandonné par terre. Quand vous portez une pile de linge propre, vous ne voyez pas vos pieds. **Rangez toujours les chariots dans leurs zones de garage délimitées au sol.**
- **Les Chaussures :** Port obligatoire de chaussures de sécurité fermées avec semelles **antidérapantes** homologuées.

Séquence 10: Les Risques Incendie

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Une étincelle part d'un boîtier électrique et tombe dans un amas de "bourre" (poussière de coton) près d'un séchoir. La bourre prend feu immédiatement.

Voix-off (Narration) :

"La Lingerie réunit les 3 éléments du triangle du feu : la chaleur (les machines thermiques), le carburant (le coton et la poussière de textile), et l'oxygène (les ventilations)."

Prévenir le Brasier :

- **L'Ennemi N°1 (La Bourre) :** La "Lint" (poussière de coton) est hautement inflammable. Le nettoyage des filtres des séchoirs (Tumblers) n'est pas une tâche de propreté, c'est une tâche vitale de prévention incendie. Un filtre bouché = un incendie.
- **Le Linge Gras / Huilé :** Les serviettes du Spa ou les torchons de cuisine imbibés de graisse ne doivent **jamais** être entassés chauds au fond d'un bac après le séchage (Risque de combustion spontanée par oxydation de l'huile au cœur de la pile).
- **Le Risque Électrique :** Ne jamais manipuler une prise ou une commande de machine avec les mains mouillées. Si un câble est dénudé, arrêtez la machine et appelez la maintenance.

Séquences 11 & 12: Accident & Cas 1

> 🎬 **Indication Vidéo (Visuel) :** Icône "Cas Pratique 1". Le schéma classique de l'action de secours : P.A.S. (Protéger, Alerter, Secourir).

Le Comportement en Cas d'Accident (P.A.S.)

Si un drame survient, la panique est interdite. Appliquez le P.A.S.
1. PROTÉGER : Ne vous jetez pas sur la victime. Coupez d'abord la machine (Arrêt d'urgence) ou le courant pour ne pas être électrisé à votre tour.
2. ALERTER : Appelez la sécurité de l'hôtel (Le 1 ou le 9) ou les urgences externes, en précisant le lieu exact et la nature de la blessure.
3. SECOURIR : Faites les gestes de premiers secours si vous êtes formés (SST). Sinon, parlez à la victime sans la déplacer.

Cas Pratique N°1 : Le Foulard dans la Calandre

Le Problème : C'est l'hiver. Une jeune lingère intérimaire garde son écharpe en laine pour engager les draps dans la calandre. L'écharpe frôle la bande transporteuse et est happée. La jeune femme est tirée vers le rouleau à 180°C.
La Réaction Vitale : 1. Sa collègue hurle et **frappe immédiatement la barre anti-panique** rouge située devant la machine. 2. La calandre s'arrête instantanément et le rouleau se lève. 3. Elle dégage la collègue. Si la barre n'avait pas été frappée dans la seconde, c'était l'étranglement ou la brûlure de la face au 3ème degré. **Prévention : L'intérimaire n'aurait jamais dû être autorisée à prendre son poste avec une écharpe.**

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 d'ergonomie et de sécurité.

Cas Pratique N°2 : La Douleur Lombaire Chronique

Le Problème : Une lingère expérimentée se plaint de terribles maux de dos chaque soir. La Chef Lingère analyse son poste de travail : elle utilise de profonds chariots en plastique rigide pour décharger la machine à laver.
La Correction Ergonomique : Le chariot plastique rigide l'oblige à se pencher à 90 degrés, bras tendus, pour attraper les 5 derniers kilos de draps mouillés au fond (Pire posture possible). **Action : La Chef Lingère remplace définitivement ces chariots par des "Bacs à fond constant" (sur ressorts).** Le fond remonte tout seul, le linge est toujours à hauteur de taille. La douleur de la lingère disparaît en quelques semaines.

Cas Pratique N°3 : La Flaque d'Eau (La Chute)

Le Problème : Lors de la vidange d'une machine, de l'eau savonneuse déborde sur le carrelage. La Lingère se dit "Je vais finir de plier cette pile et je nettoierai après". Un Équipier entre en courant pour chercher du propre, glisse sur la flaque et se fracture le poignet.
L'Erreur Fatale : La remise à plus tard d'une action de sécurité. Le danger n'attend pas. **Le Protocole correct :** Dès que l'eau coule, la Lingère **arrête tout**. Elle place le panneau "Attention Sol Glissant" devant la flaque, prend sa serpillière (ou appelle le service nettoyage), et assèche le sol immédiatement. La production passe après la sécurité.

Séquence 15: Conclusion & Grille d'Évaluation

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

Grille d'Évaluation (Prévention des Risques) :

- [ ] Je prends mon poste sans **aucun bijou**, cheveux attachés, et sans vêtements flottants.
- [ ] Je connais l'emplacement et le fonctionnement de **tous** les boutons d'arrêt d'urgence.
- [ ] Je soulève les charges lourdes en pliant les genoux et en gardant le dos droit.
- [ ] J'essuie **immédiatement** toute fuite d'eau ou flaque sur le sol de la blanchisserie.
- [ ] Je nettoie le filtre à bourre des séchoirs très régulièrement pour prévenir le risque d'incendie.

Le Mot de la Fin

La Lingerie est une force de la nature au sein de l'hôtel. L'eau, la chaleur, l'électricité et la mécanique y règnent en maîtres. Face à ces forces, votre corps est fragile. La prévention des risques professionnels n'est pas un règlement administratif fait pour vous ennuyer, c'est un bouclier conçu pour vous permettre de rentrer chez vous, chaque soir, en parfaite santé. En adoptant les bonnes postures, en respectant les machines et en restant vigilant pour vos collègues, vous faites de la blanchisserie non pas un lieu de danger, mais un pôle d'excellence industriel maîtrisé. Protégez-vous pour mieux protéger l'hôtel.

Fin du Script d'Animation Vidéo

Conçu pour la formation initiale des Lingères et Lingiers en Hôtellerie.