



Les règles d'or du travail en cuisine

PROPRETE

1. Je veille rigoureusement à ma propreté corporelle

Toilette très soignée comportant des cheveux propres et attachés, des ongles courts et des dents maintenues en bon état.

2. Je porte une tenue propre réservée au travail

- * Pantalon, tablier, blouse, ...
- * Toque ou coiffe, éviter montre et bijoux.
- * Equipements de protection individuelle : chaussures fermées, propres et antidérapantes, vêtements chauds pour le travail en chambres froides, gants isolants thermiques. Ces équipements seront nettoyés régulièrement.

3. J'applique strictement les procédures d'hygiène professionnelle

Personnelles :

- * Je me lave systématiquement les mains et les avant-bras à chaque changement de tâches, après passage aux toilettes, et entre deux opérations contaminantes.
- * Je retiens qu'il vaut mieux des mains bien lavées que des gants mal utilisés.
- * Je soigne et protège toute lésion sur la peau et prends un avis médical si besoin.

Alimentaires :

- * Je respecte les normes d'hygiène alimentaire, les consignes techniques de la chaîne du froid et du chaud, la « marche en avant » pour la confection des repas et l'élimination des déchets.

Des locaux :

- * Je mets systématiquement en marche les hottes destinées à aspirer les vapeurs et les fumées.
- * Je maintiens la propreté des lieux de travail, des ustensiles et des appareils de cuisine conformément au plan de nettoyage et de désinfection.

HYGIENE

4. Je respecte les principes de sécurité et évite le risque d'accident

- * En veillant à ce que les allées de circulation soient dégagées, les sols propres et non glissants, le matériel rangé.
- * En respectant la sécurité liée aux matériels utilisés (risque de coupures, brûlures, blessures, ...) et aux produits d'entretien (risque de toxicité).
- * En étant sensibilisé aux gestes et postures adaptés lors de la manutention de charges lourdes.
- * En connaissant les gestes de premiers secours en cas de brûlures, de coupures et de contusions.
- * En participant aux formations sécurité incendie.

SECURITE

5. J'informe mon employeur de tout accident du travail

6. Je me rends à mes visites de médecine du travail

à l'embauche, puis de façon périodique, également lors d'une reprise après accident du travail avec un arrêt d'au moins 8 jours, après maladie avec arrêt d'au moins 21 jours, après congé maternité. Je peux passer une visite à ma demande si besoin.

