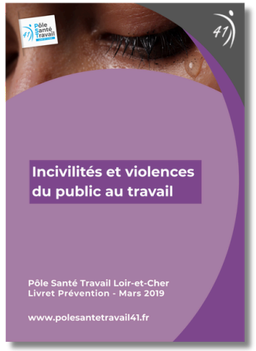
Autres conseils

- **Je fais de courtes pauses** quand les gestes sont répétitifs, intenses et j'essaie d'alterner mes tâches.
- **J'évite le soulèvement des charges** et je privilégie si possible le glissement avec appui.
- **Je prends le temps de dormir,** je fais la sieste durant mes coupures si j'en ressens le besoin.
- **J'échange,** partage et soutiens mes collègues si besoin.
- **Je signale à mon responsable** tout dysfonctionnement ainsi que toute difficulté dans l'exécution de mes tâches (temps de réalisation de mon travail, contraintes personnelles...).

Vous pouvez également consulter sur www.polesantetravail41.fr nos autres feuillets prévention.

Portons nos EPI

Faire des pauses «actives»



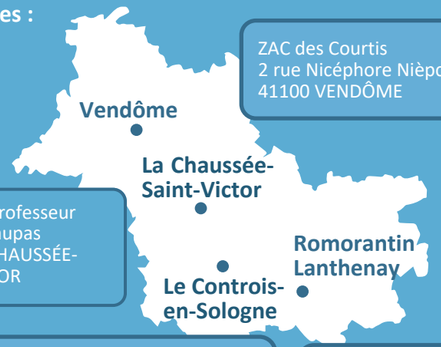
Incivilités et violences du public au travail

Créée le 7 octobre 1947, Pôle Santé Travail Loir-et-Cher est constituée sous la forme d'une association (loi 1901) à but non lucratif.

Elle est mandatée par les entreprises adhérentes pour assurer l'organisation, le fonctionnement et la gestion du Service de Prévention et de Santé au Travail Interentreprises (SPSTI) dans le cadre des dispositions législatives et réglementaires en vigueur.

Titulaire d'un agrément délivré pour cinq ans par la DREETS, l'association suit près de 60 000 salariés et couvre l'ensemble des secteurs d'activité des entreprises du département, à l'exception des secteurs agricole et du bâtiment/travaux publics.

Nos centres :



ZAC des Courtis
2 rue Nicéphore Nièpce
41100 VENDÔME

6b rue du Professeur Philippe Maupas
41260 LA CHAUSSÉE-SAINT-VICTOR

15 E rue des Entrepreneurs
41700 LE CONTROIS-EN-SOLOGNE

52 avenue de Paris
Angle allée de Gombault
41200 ROMORANTIN LANTHENAY

Suivez-nous sur

Pôle Santé Travail Loir-et-Cher
- Service de Prévention et Santé au Travail

Version mise à jour 2026

Métier : serveur

Pôle Santé Travail Loir-et-Cher
Livret Prévention

www.polesantetravail41.fr

Métier : serveur

Dans le secteur de la restauration, les risques professionnels les plus fréquents sont liés aux chutes, aux coupures avec du verre cassé par exemple, aux manutentions manuelles et aux postures contraignantes. Il existe également des dangers liés au stress du «coup de feu» et aux relations avec certains clients.

Conseils de prévention

Dressage des tables

- Je mets en application les techniques de dressage apprises en formation, je demande conseil à mes collègues si besoin.
- J'utilise, si possible, les chariots pour porter la vaisselle nécessaire au dressage des tables.
- Je n'hésite pas à faire plusieurs trajets si le nombre de couverts à dresser est important.
- Je suis vigilant avec les outils coupants, tranchants et morceaux de vaisselle cassée.

Service

- J'utilise les techniques de service apprises en formation.
- Je porte des vêtements et des chaussures adaptés (la hauteur des talons est limitée à 3 cm environ).
- Je veille à laisser des espaces de circulation dégagés (sac à main, animal,...).
- Je prends appui sur la rampe de l'escalier en cas de service sur plusieurs niveaux et je ne cours pas.
- J'informe mon responsable en cas de comportement anormal d'un client (gestes et/ou propos déplacés, aggressivité verbal ou physique).
- Si je les connais, j'emploie les techniques de gestion de conflits en cas de client mécontent.

Nettoyage et rangement de la salle

- Je porte des gants si j'utilise des produits ménagers, stockés dans un rangement adapté, dédié et fermé.
- Je lis les étiquettes et j'évite les mélanges.
- En cas de reconditionnement, j'étiquette à l'identique.
- Pour le nettoyage du sol, je préfère le balai à franges à la serpillère et j'évite l'essorage manuel en utilisant le balai à franges ou plat avec microfibre.

- Je règle le manche télescopique à ma morphologie.
- Je signale le sol glissant à mes collègues et suis vigilant.
- J'applique les consignes d'utilisation des machines (aspirateur, shampouineuse,...).
- Je ne débranche pas l'aspirateur en tirant sur le cordon d'alimentation électrique.
- Je procède aux changements d'ampoules uniquement si je bénéficie d'une habilitation électrique.
- Pour le travail en hauteur, j'utilise un escabeau de 2 marches en bon état.
- Je me fais aider, si possible, pour le port de charges lourdes.
- Je limite le niveau sonore de la musique ou de la radio d'ambiance.

Quels Equipements de Protection Individuelle ?

Je me protège des taches et des projections.

J'évite le risque de glissade, de chute, de douleurs veineuses et dorsales en portant des chaussures confortables et adaptées et des chaussettes et bas de contentions.

Ces mesures contribuent à la réduction du risque d'accident du travail et de contamination et concourent au respect des normes d'hygiène imposées par la réglementation pour les entreprises du secteur de l'hôtellerie/restauration.

Pour plus d'informations, contactez votre médecin du travail !