



Grille d'analyse des exigences physiques

Titre d'emploi : Préposé ou préposée au service alimentaire

À L'ATTENTION DE L'ÉVALUATEUR

SECTION 1 - INSTRUCTIONS POUR COMPLÉTER LA GRILLE D'ANALYSE

1. Veuillez remplir la section *Identification de l'évaluateur (Santé et sécurité du travail)*.
2. Veuillez remplir la section *Renseignements sur la personne salariée ou le candidat en pré-emploi*.
3. Dans l'encadré prévu à cet effet au début de chaque section, veuillez inscrire les limitations fonctionnelles applicables, le cas échéant.
4. Analysez chaque exigence/tâche selon les limitations de la personne et cochez selon la situation : Oui (compatible) ou Non (incompatible).
5. Reportez les limitations et les résultats dans le tableau de synthèse à la page 10. Pour chaque limitation, indiquez Oui si la tâche est compatible avec la limitation fonctionnelle ou Non si elle ne l'est pas. Si Non, précisez la tâche non compatible et les solutions/recommandations, au besoin.
6. Finalisez le formulaire en cochant la conclusion appropriée en fonction de votre analyse. Vous pouvez ajouter des notes additionnelles, au besoin. Veuillez initialer et dater chaque page de la grille, de même que dater et signer la conclusion.

À noter que les informations contenues dans la présente grille ne peuvent être modifiées sous aucun prétexte. Pour toute question relative à la présente grille, veuillez nous écrire à info.sst.gma.cpnsss@ssss.gouv.qc.ca.

SECTION 2 - DESCRIPTION GÉNÉRALE DE PRÉPOSÉ OU PRÉPOSÉE AU SERVICE ALIMENTAIRE

Titre d'emploi : 6386 prévu à la [Nomenclature des titres d'emploi, des libellés, des taux et des échelles de salaire du réseau de la santé et des services sociaux](#).

Personne qui travaille au service alimentaire ou liée au service et à la préparation des repas. Elle peut préparer, vérifier et distribuer certains menus spéciaux préalablement établis.

SECTION 3 - PARAMÈTRES OBSERVÉS POUR DÉTERMINER LA GRILLE D'ANALYSE

Horaire de travail, repas et pauses¹ :	Horaire de travail : habituellement 7,75 heures/jour. Repas : 45 minutes. Pauses : 2 pauses de 15 minutes.
Particularité :	Multiples postes en centres hospitaliers et CHSLD.
Méthode de cueillette d'information :	Vidéos captées en situation réelle de travail et lors de simulations auprès des personnes de taille moyenne (5 pi 2 po à 5 pi 6 po).

¹ Il s'agit des heures travaillées observées dans le cadre des travaux aux fins de l'élaboration de la présente grille. Toutefois, nous souhaitons rappeler que les heures de travail du poste sont celles prévues à la Nomenclature pour le titre d'emploi concerné.

Description des tâches essentielles de travail

1. Remplir les réfrigérateurs, la station de la courroie, le bar à salade, les panes d'aliments, etc.
2. Récupérer les légumes dans le réfrigérateur et les couper.
3. Préparer des portions de desserts, blanc-manger, etc.
4. Participer au montage des plateaux alimentaires : courroie.
5. Effectuer la livraison des chariots sur les étages.
6. Laverie.
7. Nettoyer les chariots.
8. Vider les poubelles.
9. Servir à la cafétéria (montage des assiettes devant le client).
10. Faire payer les clients (caisse).
11. Ranger les commandes de produits et d'articles divers (peut différer selon les établissements).
12. Entretenir les aires de travail et la cafétéria (laver les tables, etc.).

Équipements liés au travail

Chariot alimentaire, échelle, panne de nourriture, panier pour vaisselle et ustensiles, chariot, plateau alimentaire, écran d'ordinateur et caisse, banc de dessinateur, chaudrons, mélangeur, etc.

Champ d'application

Il s'agit des exigences physiques globales pour le travail de préposé ou préposée au service alimentaire dans les centres hospitaliers et les centres d'hébergement de soins de longue durée du Québec.

Limite de l'outil

Certains endroits impliquent des exigences différentes selon l'emplacement et la disposition des équipements et le nombre de personnes qu'ils desservent. Sans être exhaustives et sans s'y limiter, certaines situations exigeront des questionnements supplémentaires et/ou une analyse spécifique et détaillée, selon le contexte, les limitations fonctionnelles, les équipements, le profil du préposé ou préposée au service alimentaire, etc.

SECTION 4 - IDENTIFICATION DE L'ÉVALUATEUR DU SERVICE DE SANTÉ ET SÉCURITÉ DU TRAVAIL

Nom et prénom : _____

Titre d'emploi : _____

Date de l'évaluation : ____/____/____

SECTION 5 - RENSEIGNEMENTS SUR LA PERSONNE SALARIÉE OU LE CANDIDAT EN PRÉ-EMPLOI

Nom et prénom :	
Lieu du travail :	secteur d'activité :
Horaire (jour/soir/nuit) :	
Motif/ type de dossier : ☐ Assurance salaire ☐ Nouvelle embauche ☐ CNESST	
Taille : _____ cm	poids : _____ kg
Dominance main : ☐ droite ☐ gauche ☐ ambidextre	
Limitations fonctionnelles : ☐ temporaires ☐ permanentes	

SECTION 6 - GRILLES DES EXIGENCES PHYSIQUES

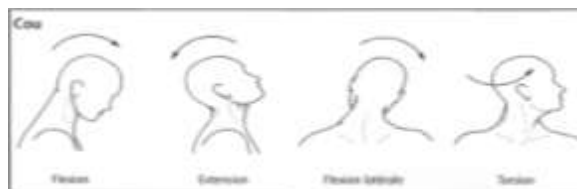
a) Exigences liées aux efforts (limitations)

Inscrire la ou les limitation(s) fonctionnelle(s), si applicable :									
Légende fréquence d'exécution (par jour) : É - Éviter (alternative possible), O - Occasionnel (1 à 32), F - Fréquent (33 à 200) et R - Répétitif (+ 200)									
Exigences	N° de la tâche	Effort (kg)		Fréquence				Recommandations/ Particularités	Limitations respectées, le cas échéant
		Moyen	Maximum	É	O	F	R		
Soulever	1 et 2	2 à 15 kg				X		Possibilité de fractionner les quantités.	☐ Oui ☐ Non
			15 à 22,7 kg		X				☐ Oui ☐ Non
	3 et 4	1 à 5 kg	7 kg			X		☐ Oui ☐ Non	
	6	1 à 8 kg	12 kg			X		☐ Oui ☐ Non	
	8	3 à 7 kg	10 kg		X			☐ Oui ☐ Non	
	9	1 kg	2 kg			X		☐ Oui ☐ Non	
	11	5 à 15 kg				X		Le fractionnement des quantités est impossible. Tâche réalisée par le magasinier dans certains établissements.	☐ Oui ☐ Non
			22,7 kg		X				☐ Oui ☐ Non
Pousser/ tirer	1 et 4	1 à 5 kg	8 kg			X		☐ Oui ☐ Non	
	5, 6 et 7	1 à 10 kg	14 kg			X		☐ Oui ☐ Non	
	9, 10 et 12	1 kg	2 kg			X	Excluant le lavage des planchers.	☐ Oui ☐ Non	

Initiales de l'évaluateur : _____

Date : _____

b) Exigences liées aux mouvements articulaires de la colonne cervicale ou dorsale supérieure

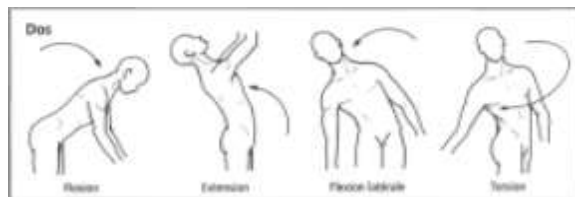


Inscrire la ou les limitation(s) fonctionnelle(s), si applicable :

Légende fréquence d'exécution (par jour) :
A - Absent, É - Éviter (1 à 6 %), O - Occasionnel (0 à 33 %), F - Fréquent (34 à 66 %) et R - Répétitif (67 % et +)

Exigences physiques	N° de la tâche	Fréquence					Recommandations/ Particularités	Limitations respectées, le cas échéant
		A	É	O	F	R		
Mouvements cervicaux d'amplitude légère à modérée	1 à 12				X			☐ Oui ☐ Non
Mouvements cervicaux d'amplitude extrême	1 à 12			X			Peuvent être évités en adoptant des modes opératoires spécifiques.	☐ Oui ☐ Non
Mouvements cervicaux soutenus ou prolongés	2 à 4, 6, 9 et 12			X			Mouvements d'amplitude légère, en flexion et rotation.	☐ Oui ☐ Non

c) Exigences liées aux mouvements articulaires de la colonne lombo-sacrée (dorsale inférieure) ou dorsale supérieure



Inscrire la ou les limitation(s) fonctionnelle(s), si applicable :

Légende fréquence d'exécution (par jour) :
A - Absent, É - Éviter (1 à 6 %), O - Occasionnel (0 à 33 %), F - Fréquent (34 à 66 %) et R - Répétitif (67 % et +)

Exigences physiques	N° de la tâche	Fréquence					Recommandations/ Particularités	Limitations respectées, le cas échéant
		A	É	O	F	R		
Mouvements lombaires d'amplitude légère à modérée	1 à 9, 11 et 12				X		En flexion et rotation.	☐ Oui ☐ Non
Mouvements lombaires d'amplitude extrême	1 à 4, 7 et 11			X			Peuvent être évités en adoptant des modes opératoires spécifiques et en utilisant les équipements appropriés.	☐ Oui ☐ Non
Mouvements lombaires soutenus ou prolongés	6 et 12			X			Mouvements d'amplitude légère et en flexion.	☐ Oui ☐ Non

Initiales de l'évaluateur : _____

Date : _____

d) Exigences liées aux positions

Inscrire la ou les limitation(s) fonctionnelle(s), si applicable :								
Légende fréquence d'exécution (par jour) : A - Absent, É - Éviter (1 à 6 %), O - Occasionnel (0 à 33 %), F - Fréquent (34 à 66 %) et R - Répétitif (67 % et +)								
Positions	N° de la tâche	Fréquence					Recommandations/ Particularités	Limitations respectées, le cas échéant
		A	É	O	F	R		
Position debout statique	2, 3, 4, 6, 9 et 10				X		Un banc pourrait être utilisé pour certaines tâches, selon l'aménagement des lieux.	☐ Oui ☐ Non
Position debout dynamique	1, 5, 7, 8, 11 et 12				X		Sur de courtes distances.	☐ Oui ☐ Non
Position accroupie	1, 2, 7, 11 et 12			X			Peut être évitée en déposant un genou au sol ou la position du chevalier servant.	☐ Oui ☐ Non
Position à genoux	1, 2, 7, 11 et 12			X			Peut être évitée pour un genou/position du chevalier servant.	☐ Oui ☐ Non
Position assise	10			X			Pour certains établissements seulement.	☐ Oui ☐ Non
Position instable		X						☐ Oui ☐ Non

Initiales de l'évaluateur : _____

Date : _____

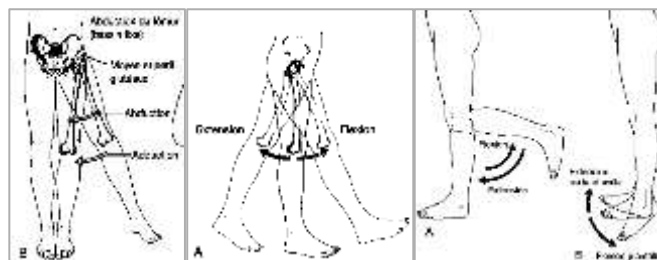
e) Exigences variées

Inscrire la ou les limitation(s) fonctionnelle(s), si applicable :								
Légende fréquence d'exécution (par jour) : A - Absent, É - Éviter (1 à 6 %), O - Occasionnel (0 à 33 %), F - Fréquent (34 à 66 %) et R - Répétitif (67 % et +)								
Exigences variées	N° de la tâche	Fréquence					Recommandations/ Particularités	Limitations respectées, le cas échéant
		A	É	O	F	R		
Ramper		X						☐ Oui ☐ Non
Grimper		X						☐ Oui ☐ Non
Vibrations basse fréquence		X						☐ Oui ☐ Non
Contrecoups à la colonne vertébrale		X						☐ Oui ☐ Non
Monter des escaliers		X						☐ Oui ☐ Non
Descendre des escaliers		X						☐ Oui ☐ Non
Marche prolongée		X					Marche sur de courtes distances, en alternance avec des micropauses.	☐ Oui ☐ Non
Marcher en terrain accidenté ou glissant		X						☐ Oui ☐ Non

Initiales de l'évaluateur : _____

Date : _____

f) Exigences liées aux mouvements articulaires des membres inférieurs : hanche, genou et cheville



Inscrire la ou les limitation(s) fonctionnelle(s), si applicable :

Légende fréquence d'exécution (par jour) :

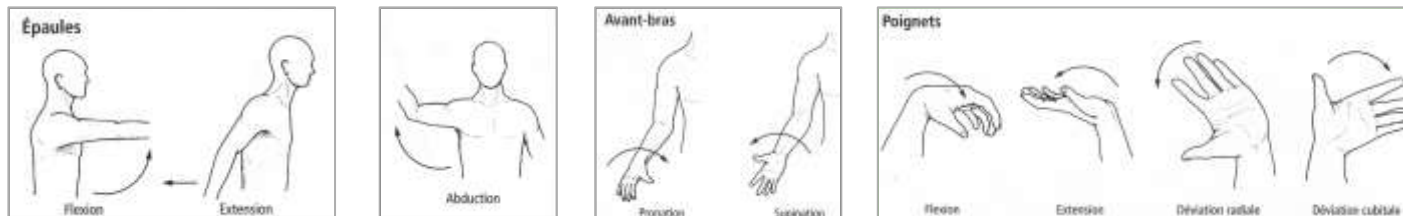
A - Absent, É - Éviter (1 à 6 %), O - Occasionnel (0 à 33 %), F - Fréquent (34 à 66 %) et R - Répétitif (67 % et +)

Exigences physiques	N° de la tâche	Fréquence					Recommandations/ Particularités	Limitations respectées, le cas échéant
		A	É	O	F	R		
Mouvements de faibles amplitudes	1, 2, 4 à 8, 11 et 12				X		Debout dynamique (marche).	☐ Oui ☐ Non
Mouvements d'amplitudes extrêmes	1, 2, 7, 11 et 12			X			En flexion, lors de l'adoption de la position accroupie. Peuvent être évités : chevalier servant, à genoux ou un petit banc.	☐ Oui ☐ Non
Pivoter sur le membre inférieur	1, 5, 11 et 12			X			Éviter en adoptant des modes opératoires appropriés.	☐ Oui ☐ Non
Mouvements fréquents ou répétitifs avec effort de l'articulation en cause	1, 2, 4 à 8, 11 et 12				X		Comme lors de la marche, s'accroupir, etc.	☐ Oui ☐ Non
Rester debout ou garder l'articulation en cause dans la même position plus de 30 à 60 minutes	1 à 12				X		Fait référence à la classe 3 de l'échelle de restriction de l'IRSST (restriction sévère).	☐ Oui ☐ Non
Mouvements répétitifs ou fréquents, même sans effort, de l'articulation en cause	1, 2, 4 à 8, 11 et 12				X		Fait référence à la classe 3 de l'échelle de restriction de l'IRSST (restriction sévère).	☐ Oui ☐ Non

Initiales de l'évaluateur : _____

Date : _____

g) Exigences liées aux mouvements articulaires des membres supérieurs



Inscrire la ou les limitation(s) fonctionnelle(s), si applicable :

Légende fréquence d'exécution (par jour) :

A - Absent, É - Éviter (1 à 6 %), O - Occasionnel (0 à 33 %), F - Fréquent (34 à 66 %) et R - Répétitif (67 % et +)

Exigences physiques	N° de la tâche	Fréquence					Recommandations/ Particularités	Limitations respectées, le cas échéant
		A	É	O	F	R		
Mouvements au-delà de la hauteur des épaules	1, 2, 6, 7, 9 et 11				X		Une épaule sur deux peut limiter cette position (occasionnelle). Limiter la hauteur d'entreposage des articles dans le réfrigérateur.	☐ Oui ☐ Non
Mouvements au-delà de l'horizontal	1, 2, 6, 7, 9 et 11				X		Une épaule sur deux peut limiter cette position (occasionnelle). Limiter la hauteur d'entreposage des articles dans le réfrigérateur.	☐ Oui ☐ Non
Garder le bras en position statique, même inférieur à 90°	2, 5 et 6			X			Peut s'appliquer à un membre supérieur seulement.	☐ Oui ☐ Non
Mouvements de rotation de l'épaule	1 à 12				X			☐ Oui ☐ Non
Mouvements répétitifs			X				En raison de l'alternance des tâches de travail dans chaque poste.	☐ Oui ☐ Non
Fléchir complètement le coude		X						☐ Oui ☐ Non
Étendre complètement le coude (bout de bras)	1, 4, 6, 7, 9, 10 à 12				X		Un coude sur deux peut limiter cette position (occasionnelle).	☐ Oui ☐ Non
Visser/dévisser ou pro-supination	3, 4 et 12			X			Pour un membre sur deux (membre dominant).	☐ Oui ☐ Non
Mouvements extrêmes ou complets du poignet	1 à 12			X				☐ Oui ☐ Non

Initiales de l'évaluateur : _____

Date : _____

h) Autres exigences des membres supérieurs

Inscrire la ou les limitation(s) fonctionnelle(s), si applicable :								
Légende fréquence d'exécution (par jour) : A - Absent, É - Éviter (1 à 6 %), O - Occasionnel (0 à 33 %), F - Fréquent (34 à 66 %) et R - Répétitif (67 % et +)								
Exigences variées	N° de la tâche	Fréquence					Recommandations/ Particularités	Limitations respectées, le cas échéant
		A	É	O	F	R		
Vibrations de haute fréquence	7		X				Arrosoir de jardin pour laver les échelles.	☐ Oui ☐ Non
Contrecoups		X						☐ Oui ☐ Non
Travail au froid	1, 2 et 11			X			Se rendre dans les congélateurs et réfrigérateurs.	☐ Oui ☐ Non
Sentir et apprécier les textures	10			X			Manipuler les billets de banque et la monnaie.	☐ Oui ☐ Non
Travail de précision	2, 3, 4, 9 et 10				X			☐ Oui ☐ Non
Dextérité manuelle fine	2, 3, 4, 9 et 10				X			☐ Oui ☐ Non
Mouvements rapides des doigts		X						☐ Oui ☐ Non
Préhension en force	1, 2, 5, 8 et 11				X		Selon la composition des postes, cette exigence peut être occasionnelle.	☐ Oui ☐ Non
Préhension soutenue	2, 5, 9 et 12				X		Selon la composition des postes, cette exigence peut être occasionnelle.	☐ Oui ☐ Non
S'accrocher et s'agripper		X						☐ Oui ☐ Non
Lancer		X						☐ Oui ☐ Non
Port de gants					X			☐ Oui ☐ Non

Initiales de l'évaluateur : _____

Date : _____

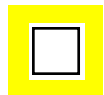
SECTION 7 - ANALYSE COMPLÈTE DU TRAVAIL EN FONCTION DES LIMITATIONS FONCTIONNELLES APPLICABLES

Limitations fonctionnelles	Limitation respectée	Si non, tâches non compatibles	Solutions adaptatives
	☐ Oui ☐ Non		
	☐ Oui ☐ Non		
	☐ Oui ☐ Non		
	☐ Oui ☐ Non		
	☐ Oui ☐ Non		
	☐ Oui ☐ Non		

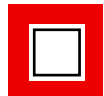
SECTION 8 - CONCLUSION DE L'ÉVALUATEUR



L'emploi de préposé ou préposée au service alimentaire respecte l'ensemble des limitations fonctionnelles du travailleur.



L'emploi de préposé ou préposée au service alimentaire respecte l'ensemble des limitations fonctionnelles du travailleur, si les recommandations suivantes sont appliquées : (décrire les recommandations dans la case ci-dessous).



L'emploi de préposé ou préposée au service alimentaire ne respecte pas l'ensemble des limitations fonctionnelles du travailleur. Aucun accommodement possible, sans dénaturer l'emploi.

Notes additionnelles de l'évaluateur, au besoin.

Signature de l'évaluateur : _____

Date : _____

Les informations de ce document proviennent de l'expertise, de l'expérience de travail et de multiples analyses de postes de travail en présentiel pour le compte d'employeurs des établissements du réseau de la santé et des services sociaux (CHSLD, centres hospitaliers, CLSC, etc.) et de mandats de la CNESST depuis les 30 dernières années.
Jannick Brassard, ergonomiste, membre ACE #75703.

© 2026 CPNSSS. Tous droits réservés.