

Soulever les enfants de façon sécuritaire

RISQUES DANS LES LOCAUX ET LES AIRES OUVERTES

ÉDITION 2019



Mutuelle
de prévention
des CPE

Objectifs de la capsule

Connaitre les **principes de base**
pour **soulever les enfants**
de façon sécuritaire

Soutenir votre réflexion dans
l'organisation de votre travail, afin d'utiliser
des **méthodes de travail sécuritaires**

Savoir

Soulever des enfants est une action qui fait partie intégrante du quotidien du personnel éducateur en CPE. Une éducatrice ayant en charge cinq poupons soulèvera plus de 1 600 livres quotidiennement, l'équivalent de plus d'une demie-tonne, pour les tâches de routine (sieste, changement de couches et diner)!

Sans surprise, soulever des enfants fréquemment est la principale cause des blessures au dos et aux membres supérieurs en SGÉ. Cette action comporte plusieurs facteurs de risques : la fréquence, la durée et l'effort dans des postures contraignantes, notamment être en torsion, être penchée longtemps ou être à bout de bras. S'ajoutent à ces facteurs l'environnement de travail (espace, fonctionnalité) et les habitudes de travail qui peuvent avoir une influence sur la posture. D'où l'importance à accorder à la prévention.

Soulever des enfants fréquemment est la principale cause des blessures au dos et aux membres supérieurs en SGÉ

L'organisation sécuritaire de votre travail encourage le développement global des enfants tout en vous protégeant

Toutefois, cela ne veut pas dire qu'il est suggéré d'éviter de soulever ou de prendre les enfants dans vos bras. Il est possible de cultiver un lien d'attachement significatif, basé sur des interactions sensibles et chaleureuses, tout en limitant le nombre de fois que vous soulevez un enfant et en vous assurant que votre pratique est sécuritaire.

Par ailleurs, l'organisation sécuritaire de votre travail encourage le développement global des enfants tout en vous protégeant. En effet, solliciter la collaboration de l'enfant fait généralement partie de la solution, car réfléchir à la capacité de l'enfant à accomplir certaines tâches pourrait vous éviter de le soulever. Aussi, vous favoriserez son développement moteur en soutenant le renforcement de son tonus, de sa force musculaire, de sa coordination... tout en consolidant sa confiance en ses capacités et son autonomie.

Prévention

Dans tous les cas, l'organisation est synonyme de prévention!



Les trois règles d'or lorsque vous soulevez un enfant:

- Évitez les torsions**
- Rapprochez-vous avant de soulever**
- Prenez appui**

Appliquez les techniques sécuritaires
(les trois règles d'or)

Éliminez les postures contraignantes : à **bout de bras**, **posture penchée prolongée**, **torsion**, etc.

Évaluez l'autonomie de l'enfant et **demandez sa collaboration**

Utilisez les équipements disponibles pour **limiter** les **soulèvements d'enfants** : les **marches de table à langer**, le **banc sur roulettes**, le **marchepied**, **abaisser les chaises hautes**, etc.

Renforcez les muscles de vos **abdominaux** et de vos **cuisse**s en étant physiquement active.

Savoir-faire

LES PRATIQUES SÉCURITAIRES POUR SOULEVER UN ENFANT

1.1 L'ENFANT EST CAPABLE DE SE TENIR DEBOUT :

Lorsque l'éducatrice est debout :

- Assurez-vous que l'enfant est debout
- Déposez un genou au sol
- Tout en gardant le dos bien droit, forcez à l'aide des cuisses pour vous relever en conservant l'enfant près de votre thorax

Pour déposer l'enfant au sol :

- Faites glisser l'enfant sur votre cuisse afin de réduire l'effort demandé à votre dos



1.2 L'ENFANT EST CAPABLE DE SE TENIR DEBOUT :

Lorsque l'éducatrice est assise :

Évitez de soulever un enfant en position assise, plutôt :

- Utilisez un banc ou une chaise pour laisser l'enfant grimper par lui-même
- Utilisez les muscles de vos jambes pour aider l'enfant à grimper sur vous

Pour déposer l'enfant au sol :

- Faites glisser l'enfant sur votre cuisse jusqu'à ce qu'il touche le sol

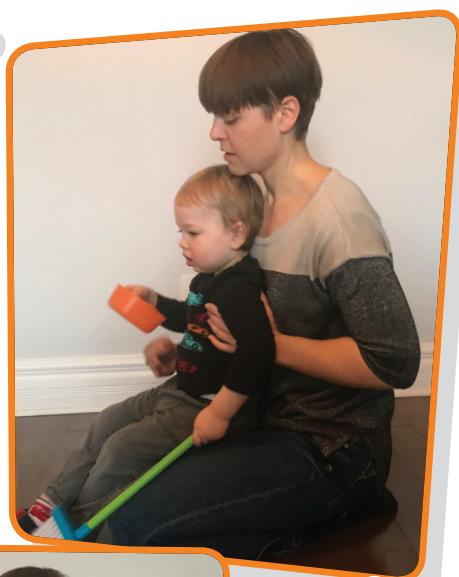


Savoir-faire

LES PRATIQUES SÉCURITAIRES POUR SOULEVER UN ENFANT

2. LORSQUE L'ENFANT N'EST PAS EN MESURE DE SE TENIR DÉBOUT PAR LUI-MÊME (EX: UN POUPOON)

- Positionnez-vous à genoux au sol
- Ramenez l'enfant sur l'une de vos cuisses
- Relevez-vous en gardant le dos bien droit et en forçant avec les cuisses tout en tenant l'enfant près de votre thorax, le dos de l'enfant contre soi



Mutuelle
de prévention
des CPE

Marche à suivre

POUR AMÉLIORER LES SITUATIONS OU LES POSTURES À RISQUE

1. OBSERVER

Répertoriez les activités ou les situations dans lesquelles vous soulevez un enfant et leur contexte. Par exemple :

- Les changements de couches
- Les dîners (ex. : utilisation ou non de chaise haute)
- À l'accueil
- Lorsqu'un enfant : s'est fait mal, pleure, a peur, etc.
- La présence ou non de douleurs ou d'inconforts ressentis lorsque vous soulevez l'enfant

2. ANALYSER

Identifier les situations ou postures à risque en nommant les principales difficultés rencontrées lors d'un soulèvement d'enfant (postures, effort, d'organisation). Par exemple :

- Le manque de temps, vouloir aller rapidement
- Utilisation d'un équipement inadéquat pour la situation (ex : ne pas abaisser le côté du lit de bébé)
- Une posture à risque dans la position que vous adoptez (assise, penchée, à bout de bras, en torsion)
- Évaluation du degré d'autonomie des enfants

Questionnez-vous : est-il possible de faire cette action sans soulever l'enfant? Quel équipement pouvez-vous utiliser? Comment pouvez-vous solliciter la collaboration de l'enfant et favoriser son autonomie?

3. PLANIFIER

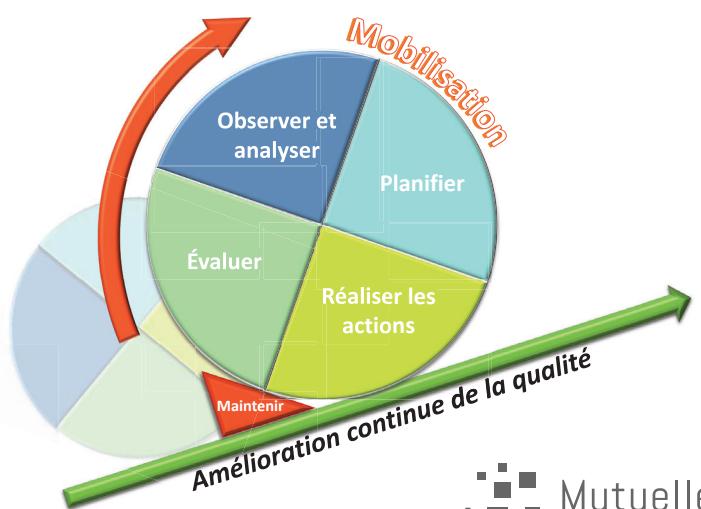
Une fois les problèmes identifiés et analysés, trouvez des solutions. Planifiez vos tâches et activités en fonction de la situation et du développement de l'enfant, de l'équipement disponible et de l'environnement physique. Lorsque le facteur temps représente un obstacle, rappelez-vous que vous avez la possibilité de revoir l'organisation de vos tâches pour vous permettre plus de latitude dans les activités. Une réflexion en équipe peut être pertinente pour chercher à s'organiser autrement.

4. RÉALISER

Mettez en application vos solutions pendant une période de temps suffisante.

5. ÉVALUER

Évaluez si vous avez travaillé de façon sécuritaire tout en ayant atteint vos objectifs éducatifs auprès des enfants.



Quizz



Vrai ou faux :

Ces photos représentent des techniques sécuritaires pour soulever un enfant.

1. _____ 2. _____ 3. _____

4. _____ 5. _____ 6. _____

Dans les cas où la technique n'est pas sécuritaire, quels changements pourraient être apportés pour que les pratiques soient sécuritaires?

Réponses possibles : reprocéder l'enfant, plier les genoux ou mettre un genou à terre, garder le dos droit, placer l'enfant face à soi, ne pas le soulever en position assise, ne pas soulever en étant en torsion, laisser l'enfant grimper sur soi, l'enfant peut monter sur un marchepied

1 : faux 2 : vrai 3 : faux 4 : vrai 5 : vrai 6 : vrai

[Réponses au quizz](#)

Réflexion

M'arrive-t-il de **soulever les enfants** pour que ce soit **plus rapide pour faire la tâche ou l'activité?**
Comment puis-je m'organiser différemment pour **permettre aux enfants de faire des apprentissages tout en assurant ma sécurité?**



Est-ce que je comprends bien les techniques pour soulever un enfant qui peut se tenir debout? Pour soulever un enfant qui n'est pas capable de se tenir debout? **Comment puis-je maîtriser ces techniques?**



Quels sont les **équipements à ma disposition** qui me permettent **d'éviter de soulever un enfant?** Est-ce que je les utilise? Si la réponse est non, **quelles sont les raisons qui font que je ne les utilise pas?** Qu'est-ce qui pourrait faire en sorte que je les utilise?



À la suite de l'observation de mes pratiques, **qu'est-ce que je choisis d'améliorer dans mes façons de faire?**





Mutuelle
de prévention
des CPE

Mutuelle de prévention des CPE
7245, rue Clark, bureau 401, Montréal (Québec) H2R 2Y4

Par téléphone, sans frais : 1 888 326-8008, poste 305
Par courriel : mutuelle@aqcpe.com