

# L'habillement des enfants

RISQUES DANS LES LOCAUX ET LES AIRES OUVERTES

ÉDITION 2018



Mutuelle  
de prévention  
des CPE

# Objectifs de la capsule

Connaitre les **situations à risque**  
**pour le dos** lors de l'habillage  
des enfants

**Reconnaitre votre pouvoir**  
**d'agir** face à ces situations

# Savoir

L'habillage est une activité qui occupe près des deux tiers de l'année dans le quotidien d'un service de garde éducatif (SGÉ). Selon le programme éducatif [Accueillir la petite enfance](#) et le cadre de référence [Gazelle et Potiron](#), les enfants devraient jouer dehors tous les jours, plusieurs fois par jour, et ce, en toute saison. L'habillage devient une occasion d'apprentissage pour l'enfant. En se pratiquant, il augmente ses habiletés, son autonomie et sa confiance en lui.

Il est donc essentiel d'acquérir de bonnes postures de travail, même si l'aménagement n'est pas optimal.

**vidéo Dis-moi Pourquoi  
laisser l'enfant s'habiller seul.**



**De petits changements  
dans les méthodes de  
travail et une bonne  
organisation des  
tâches peuvent faire  
une grande différence.**

Ils permettent de concilier la santé et la sécurité des éducatrices tout en stimulant les apprentissages des tout-petits.

Pour le personnel éducateur, l'habillage peut néanmoins impliquer des postures contraignantes qui éprouvent le dos, par exemple être en torsion, être penché longtemps ou être à bout de bras. Cela peut mener à des blessures, surtout lorsqu'elles sont jumelées à des facteurs qui influencent la posture, tels que l'environnement de travail (espace, fonctionnalité), l'utilisation ou non d'un banc et les habitudes de travail.

# Prévention

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



**Identifiez et rassemblez** tous les vêtements à la même place pour **sauver du temps**



**Établissez une routine** claire et simple pour les enfants



**Valorisez l'autonomie des enfants et sollicitez la collaboration** des enfants plus autonomes pour aider ceux en apprentissage



## POUPONS

Habillez les poupons sur la **table à langer** pour **être à la bonne hauteur** ou **habiliez-les par terre**, en plaçant le dos de l'enfant contre votre poitrine

## ENFANTS

**Assoyez-vous en utilisant un banc adapté** et placez l'enfant face à vous, **le plus près possible**



# Savoir – Faire

## PLANIFIER ET ORGANISER L'HABILLAGE DES ENFANTS POUR UNE ACTIVITÉ AGRÉABLE POUR VOUS ET ENRICHISANTE POUR LES ENFANTS

### PLANIFIER

- Identifiez et rassemblez tous les vêtements à la même place pour sauver du temps.
- Établissez une routine claire et simple pour les enfants.
- Prévoyez des activités simples pour les enfants qui s'habillent rapidement, afin de les faire patienter.

### ORGANISER

- Valorisez l'autonomie des enfants et accompagnez-les dans le développement de leurs habiletés à s'habiller seul, en les aidant au besoin.
- Diminuez le temps d'attente des enfants en travaillant en collaboration avec vos collègues. Par exemple, les plus rapides sortent en premier et ils ont la liberté de s'occuper entre eux.
- Favorisez leur apprentissage par l'entremise d'activités ou de jeux. Par exemple, les jeux de déguisement sont des occasions amusantes de pratiquer et développer leurs habiletés.
- Sollicitez la collaboration des enfants plus autonomes pour aider ceux qui sont en apprentissage.
- Débutez l'habillage dans le local et terminez-le au vestiaire, pour faciliter la gestion du groupe.



# Savoir-faire

## ÉVITER LES POSTURES CONTRAIGNANTES

ÉVITER D'ÊTRE PENCHÉE TROP LONGTEMPS, D'ÊTRE À BOUT DE BRAS ET D'EFFECTUER DES MOUVEMENTS DE TORSION.

### POUPONS

- Habillez les poupons sur la table à langer pour être à votre hauteur. Portez une attention particulière lorsque vous soulevez l'enfant (genoux fléchis, dos penché légèrement et droit, sans torsion).
- Habillez les poupons par terre. Assoyez-le sur vous, son dos contre votre poitrine. Assurez-vous que votre dos est appuyé.



### ENFANTS

- Assoyez-vous plutôt que d'être penchée ou accroupie longtemps.



- Utilisez un banc ou un tabouret adapté à votre taille et ajustez-le pour être au niveau de l'enfant.
- Positionnez-vous face à l'enfant et placez-le plus près possible de vous.
- En position assise, si vous devez vous pencher, prenez appui sur vos cuisses.

# Marche à suivre

## POUR AMÉLIORER LES SITUATIONS OU LES POSTURES À RISQUE :

### 1. OBSERVER

Décrire étape par étape le déroulement de l'habillage des enfants. Par exemple :

- Présence ou non de routines
- Degré d'autonomie des enfants
- Endroit où s'effectue l'habillage (vestiaire, local)
- Position adoptée généralement (assise, agenouillée, debout, penchée)
- Présence ou non de torsions, douleurs ou inconforts ressentis

### 2. ANALYSER

Identifier les problèmes en nommant les principales difficultés rencontrées lors des séances d'habillage (postures, effort, d'organisation). Par exemple :

- Difficulté à enfiler les bottes
- Difficulté à gérer les multiples demandes
- Difficulté à maintenir le calme

### 3. PLANIFIER

Une fois les problèmes identifiés, trouver des solutions. Par exemple :

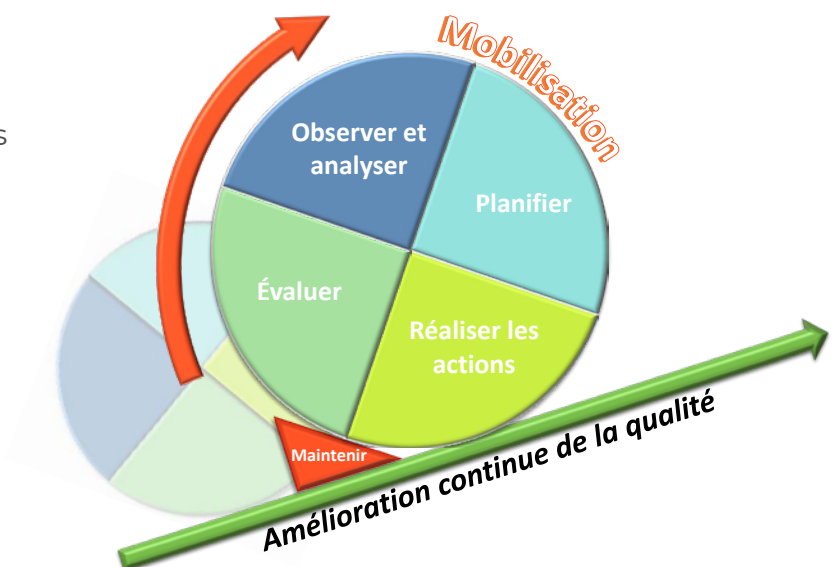
- Point à l'ordre du jour d'une réunion d'équipe, partager les problèmes identifiés, échanger vos « trucs » entre collègues, échanger sur les manières de faire

### 4. RÉALISER



Procéder aux changements pendant une période de temps suffisante

### 5. ÉVALUER

Quels impacts ont eu ces changements? Avez-vous atteint vos objectifs?



# Réflexion



Est-ce que j'aime les **périodes d'habillement**? Pourquoi? Comment puis-je **profiter davantage de ce moment passé avec les enfants**?

J'évalue la fréquence des tâches qui sont **source d'inconfort, de douleur** ou qui amènent une **posture contraignante**.

Est-ce que **ma tâche ou ma posture** peut se faire autrement?

**Quelles astuces**, énumérées plus haut, puis-je **mettre en pratique dans mon environnement de travail**?

Est-ce que je connais des stratégies particulières qui **faciliteraient l'habillement et sauveraient temps et efforts**?



**Qui peut m'aider à trouver des solutions?**