



Isabelle Guilbault
asstsas

Prêtes pour le grand rangement ?

Les éducatrices savent ce que signifie le mot « rangement ». Ramasser les pièces de casse-tête, mettre en place les matelas et les doudous pour la sieste, ranger le matériel de bricolage, sortir les gros jouets, etc., autant de gestes qu'elles effectuent de façon routinière.

Pourtant, ces activités comportent des risques de trouble musculosquelettique (TMS). Des espaces mal conçus, du rangement mal effectué, des méthodes de travail inadéquates engendrent très souvent des postures contraignantes pour les éducatrices, ce qui augmente les risques de blessure.

Heureusement, il existe des solutions pour améliorer la qualité de vie au travail. Toutefois, certaines nécessitent quelques modifications des façons de travailler. Éducatrices, êtes-vous prêtes pour le grand rangement ?

Ramasser tout en s'amusant !

Aider les enfants à ramasser les jouets peut devenir fatigant pour les éducatrices qui doivent se pencher et se relever à plusieurs reprises.

Voici quelques solutions simples et efficaces pour rendre cette tâche plus agréable, autant pour les éducatrices que pour les enfants.



Des rangements encombrés ou trop hauts contribuent aux risques de TMS pour les éducatrices.

Des espaces mal conçus, du rangement mal effectué, des méthodes de travail inadéquates engendrent très souvent des postures contraignantes pour les éducatrices.

❖ Délimiter les zones de jeu afin d'éviter l'éparpillement des jouets en utilisant un tapis lavable, par exemple. Cette solution fait d'une pierre deux coups en réduisant considérablement le bruit des jouets sur le sol.

❖ Solliciter la collaboration des enfants afin qu'ils s'habituent à ramasser les jouets qu'ils utilisent. Ainsi, ils effectuent le travail tout en apprenant des valeurs essentielles telles l'entraide, la coopération et l'autonomie.

❖ Utiliser des bacs que les enfants rangent ensuite eux-mêmes sur les tablettes sans l'aide des éducatrices.

❖ Balayer les jouets pour les rassembler



PRÉVENTION



Limiter l'éparpillement des jouets en utilisant un tapis comme zone de jeu.



Ramasser les jouets, ça fait partie du jeu !

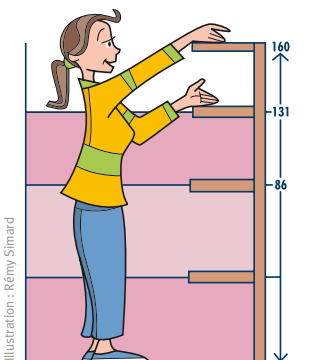
plutôt que se pencher pour ramasser un jouet à la fois.

❖ Limiter la quantité de matériel disponible au même moment. En plus de réduire le temps de ramassage, cela montre aux enfants qu'ils ne peuvent pas tout avoir en même temps et qu'il ne sert à rien de sortir des jouets s'ils ne sont pas utilisés.

Bien organiser l'espace pour mieux travailler

Certaines règles ont été établies dans le but d'éliminer les postures contraignantes. Ainsi, comme le montre le schéma, il existe des critères à respecter en ce qui concerne les hauteurs de rangement. De plus, pour maximiser l'espace, il faut également tenir compte des dimensions, du poids et de la fréquence d'utilisation du matériel.

LES HAUTEURS DE RANGEMENT



Plus haut que les épaules : matériel rarement utilisé, sauf matériel lourd

Épaules : matériel léger et de petit format

Taille : matériel lourd et utilisé régulièrement

Genoux : matériel accessible aux enfants et matériel rarement utilisé

Un bon rangement nécessite un espace libre devant d'environ 76 cm pour permettre de se placer directement face aux tablettes et éviter le travail en torsion. Des tablettes de 30 à 40 cm de profondeur évitent de s'étirer pour atteindre le matériel rangé au fond. Ne pas empiler les contenants afin d'accéder facilement à tout le matériel sans soulever la pile pour récupérer la boîte du dessous.

Malgré tout, il reste toujours des rangements trop hauts. Dans de tels cas, ou au besoin, l'utilisation d'un escabeau s'impose. En tout temps, il faut éviter de travailler à bout de bras.

L'escabeau doit être stable, solide et assez haut pour atteindre le matériel sans étirer les bras. Des marches larges et recouvertes d'une surface antidérapante assurent une meilleure

Ces trucs ne coûtent pratiquement rien, sauf quelques réaménagements qui, eux, en valent le coût.

stabilité. Le nombre de marches nécessaire dépend de la hauteur des rangements. L'idéal est d'opter pour un modèle pliant, facile à ranger et prenant peu de place. L'important est de l'avoir toujours sous la main.

Finalement, ces trucs ne coûtent pratiquement rien, sauf quelques réaménagements qui, eux, en valent le coût. À vous de les essayer et de constater les bénéfices qu'ils rapportent au quotidien ! ●

POUR EN SAVOIR PLUS !

Consultez le numéro spécial « Travailler est-ce trop dur ? », *Sans pépins*, vol. 6, n° 4. Il contenait un DVD et un guide d'animation d'une démarche de prévention. Le site de l'ASSTSAS (www.asstsas.qc.ca) est aussi une bonne source d'information.

La prévention, ça commence par l'action !