**SIESTE - MATELAS**

**Consignes.** Le visionnement des capsules vidéos *À VOUS DE JOUER* est recommandé avant l’utilisation de cette grille.

Pour chaque tâche, estimez le nombre de répétitions dans une journée et cochez les postures contraignantes adoptées. Une fois le tableau complété, déterminez les tâches à améliorer en tenant compte des répétitions et des postures contraignantes. Établissez ensuite l’ordre des priorités d’action.

**NOM DE L’ÉDUCATRICE :**

**GROUPE D’ÂGE :**  **NOM DU GROUPE :**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TÂCHES** | **Nombre de répétitions par jour** | **POSTURES ET MOUVEMENTS CONTRAIGNANTS** | **Priorités d’action** |
| **Dos penché** | **Dos en torsion** | **Posture assise sans appui** | **Posture asymétrique** | **Étirement à bout de bras** | **Coudes écartés du corps** | **Posture à genoux****sans protection** | **Posture accroupie** | **Soulèvement de charges/d’enfants** |
| Déplacer un meuble |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Prendre un matelas  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Donner un matelas à un enfant |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Installer un matelas au sol |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Donner une couverture |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Endormir un enfant |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Surveiller les enfants |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Reprendre un matelas |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ranger un matelas |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Replacer un meuble |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Mettre un drap |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Retirer un drap |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nettoyer un matelas |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nettoyer l’armoire à matelas |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Autres : |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**SIESTE - COUCHETTES**

**Consignes.** Le visionnement des capsules vidéos *À VOUS DE JOUER* est recommandé avant l’utilisation de cette grille.

Pour chaque tâche, estimez le nombre de répétitions dans une journée et cochez les postures contraignantes adoptées. Une fois le tableau complété, déterminez les tâches à améliorer en tenant compte des répétitions et des postures contraignantes. Établissez ensuite l’ordre des priorités d’action.

**NOM DE L’ÉDUCATRICE :** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**GROUPE D’ÂGE :** **NOM DU GROUPE :**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TÂCHES** | **Nombre de répétitions par jour** | **POSTURES ET MOUVEMENTS CONTRAIGNANTS**  | **Priorités d’action** |
| **Dos penché** | **Dos en torsion** | **Posture assise sans appui** | **Posture asymétrique** | **Étirement à bout de bras** | **Coudes écartés du corps** | **Posture à genoux****sans protection** | **Posture accroupie** | **Soulèvement de charges/d’enfants** |
| Prendre un enfant pour le porter vers la couchette |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Déposer un enfant dans la couchette |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Endormir (rassurer) un enfant dans la couchette |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Surveiller un enfant |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Reprendre un enfant de la couchette |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Déposer un enfant au sol |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Déplacer une couchette |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Sortir/remettre un matelas |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nettoyer un matelas |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nettoyer une couchette |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Retirer un drap |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Mettre un drap |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Déplacer/replacer du matériel/meubles |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Autres : |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |