

DES CONSEILS SST POUR PROFITER DE L'ÉTÉ





RISQUES ERGONOMIQUES

Combien d'éléphants porterez-vous ?



RISQUES PHYSIQUES

Jouer dehors même par temps chaud



RISQUES ERGONOMIQUES

Contenants bien pensés, cuisine sécurisée et travail allégé



ORGANISATION DE LA SST

Ralentir, c'est aussi prévenir

MOT DE LA RÉDACTION

Un numéro d'été tout en variété

Ce numéro de *Sans pépins* revisite quelques articles d'éditions passées, toujours aussi actuels et pertinents. Certains n'étant plus disponibles en ligne, nous les avons actualisés, tout en bonifiant leur contenu SST. Les revoici sous un nouveau jour !

Le premier article joue sur une comparaison qui frappe l'imagination. Si vous êtes éducatrice ou éducateur, au fil de vos routines auprès des tout-petits, vous pouvez soulever jusqu'à deux éléphants par semaine. Nous vous proposons une série de moyens pour réduire le nombre de soulèvements... et d'éléphants dans votre vie professionnelle.

Le deuxième article est de saison. Il présente quelques conseils pour profiter de l'été par temps chaud. Une attention accrue portée à certains signes et symptômes vous permet de prévenir les effets néfastes de la chaleur chez les enfants... et sur vous-même ! Et puis, une bonne préparation avant d'aller jouer au parc est essentielle pour assurer un maximum de plaisir.

Le troisième article est pratico-pratique. Il fait un survol de quelques critères et caractéristiques pour bien choisir vos contenants alimentaires. Au-delà de l'aspect sanitaire, le choix doit se faire en fonction de l'utilisation projetée et d'un objectif de SST, celui de limiter les efforts et les postures contraignantes lorsque vous les manipulez.

Finalement, nous vous laissons sur une invitation à ralentir, à prendre le temps de prendre votre temps. Un exercice qui peut sonner comme un défi. Mais la prévention impose parfois un rythme plus modéré. Ralentir pour prévenir. Bonne lecture !

Volume 28, numéro 1, juin 2026

Directeur général • Pascal Tanguay

Rédacteur en chef • Philippe Archambault

Production • Marilynne Gilbert, Amélie Robert

Révision • Louise Lefèbvre

Abonnement • Andrée Desjardins / abonnement@asstsas.qc.ca

Page couverture • iStock



7400, boul. des Galeries d'Anjou, bureau 600
Montréal (Québec) H1M 3M2
Téléphone : 514 253-6871 Télécopieur : 514 253-1443
Internet : asstsas.qc.ca

Abonnement

Éditée trois fois par année, *Sans pépins* s'adresse aux CPE et garderies inscrits auprès de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST), à leurs regroupements, aux associations syndicales et maisons d'enseignement concernées. L'abonnement gratuit se fait en ligne : <https://asstsas.qc.ca/nos-revues/#abonnement>

Avis

Les articles n'engagent que la responsabilité de l'auteur et ne reflètent pas nécessairement la politique de l'ASSTSAS. Toute reproduction est autorisée pourvu que la source soit mentionnée. Le personnel des services de garde est en majorité féminin. Pour faciliter la lecture, le genre féminin est utilisé le plus souvent, là où le contexte le permet. Les photos dans *Sans pépins* sont le plus conformes possible aux lois et règlements sur la santé et la sécurité du travail. Cependant, il peut être difficile, pour des raisons techniques, de représenter la situation idéale.

Dépôts légaux

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2026
Bibliothèque et Archives Canada, ISSN : 1481-3882
Envoi de Poste-publications – Contrat N° 40063030

Combien d'éléphants porterez-vous ?



Marilyn Gilbert
mgilbert@asstsas.qc.ca

Une éducatrice n'a jamais reçu de médaille olympique pour ses performances en haltérophilie. Et pourtant... En additionnant les soulèvements d'enfants pour le lavage des mains, les changements de couche, les dodos, les câlins d'urgence et les interventions éclairs dans le carré de sable... une éducatrice peut soulever l'équivalent de deux éléphants africains adultes en une seule semaine de travail.

Oui, oui, vous avez bien lu : deux éléphants. Vous êtes sceptique ? Vous avez bien raison de l'être. Mais les chiffres ne mentent pas. Regardons ensemble de plus près quelques routines d'une journée ordinaire pour mieux comprendre les éléments du calcul.

Le lavage des mains n'est pas anodin

Arthur, 2 ans, se lave les mains dix fois par jour. Avant et après le repas et les collations, après la toilette, en rentrant du parc, etc. Multipliez ces dix passages au lavabo par les huit enfants de votre groupe : vous voilà à 80 lavages de mains par jour.

Si chaque passage implique de soulever l'enfant, de vous pencher, de pivoter avec 14 kg dans les bras, ces petits gestes du quotidien finissent par laisser leur marque. C'est exactement là que les bonnes habitudes et un peu d'aménagement changent tout.

AIDER 8 ENFANTS DU GROUPE DES 18 MOIS À SE LAVER LES MAINS 10 FOIS PAR JOUR

| | |
|-------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| Nombre de routines | 80 |
| Prendre l'enfant pour l'approcher du jet d'eau et le remettre par terre | x 2 |
| Poids moyen des enfants | x 13,6 kg (30 lbs) |
| Poids soulevé | = 2176 kg (4790 lbs) |
| Flexions / Torsions du dos | 80 |



Les torsions du dos, ces rotations faites presque sans y penser, en tenant l'enfant d'un bras et en manipulant le robinet de l'autre, s'ajoutent aux soulèvements comme facteur de risque. Combinées à une charge, elles sollicitent les disques vertébraux de façon importante. 80 torsions par jour, c'est 80 de trop.

Cinq changements de couche chacun par jour, et deux soulèvements à chaque fois [...], c'est 565 kg de poids total soulevé par jour.

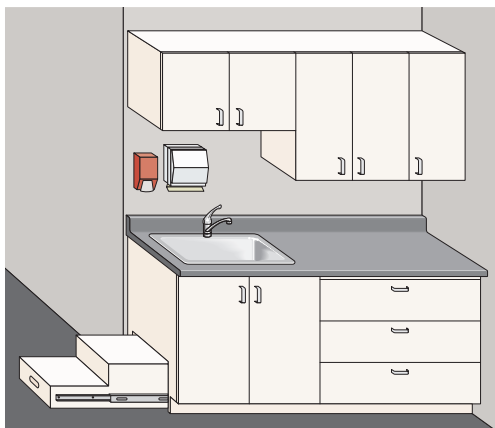


Illustration 1

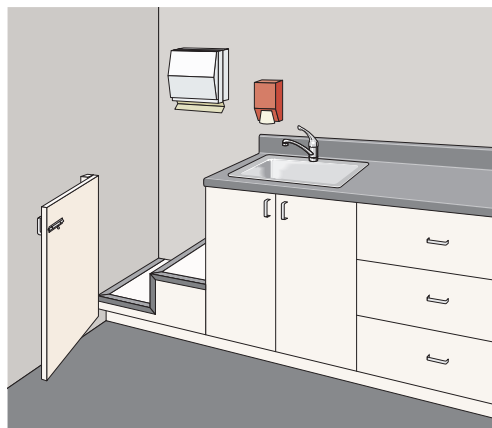


Illustration 2

Illustrations : Jacques Perrault

L'aménagement, c'est la clé

Pour assister un enfant au lavabo sans le soulever et sans se tordre le dos, deux conditions suffisent :

- > **Un évier à hauteur standard** (91 cm) situé au bout du comptoir, accessible de face et de côté, avec un robinet à long bec pivotant. (Illustrations 1 et 2')
- > **Un petit escalier stable près de l'évier**, avec des marches adaptées au groupe d'âge (2 marches de 18 à 20 cm). La marche supérieure doit être assez large pour que l'enfant puisse se retourner pour descendre.



Un évier à hauteur d'enfant, c'est parfait, mais uniquement pour les enfants autonomes. Sinon, vous passerez la journée penchée. Ce qui n'est pas exactement l'objectif.

Résultat de ces aménagements ? Une réduction de plus de 2 tonnes de poids soulevé par jour, et 80 flexions du dos en moins. Un petit investissement qui en vaut largement le coût.

Des poids plume qui s'additionnent

Jade a 10 mois. Elle est adorable. Elle pèse environ 11 kg. Une plume, non ? C'est très tentant de la prendre dans vos bras pour la positionner sur la table à langer et, surtout, plus rapide. On le sait, vous le savez. Cependant, multipliée par cinq enfants, cinq changements de couche chacun par jour et deux soulèvements chaque fois, la plume se transforme vite en brique. Pour cette seule routine, c'est 565 kg de poids total soulevé par jour. Impressionnant, non ?

Vous n'avez peut-être pas mal au dos aujourd'hui, et tant mieux. Mais votre corps, lui, additionne. C'est exactement là qu'il faut penser prévention. La solution ? Un marchepied à la table à langer. Juste ça. Pas de budget pharaonique... et en plus Jade adore grimper. C'est bon pour votre dos et pour sa motricité. Un marchepied, utilisé. Ce dernier mot a son importance, parce qu'un marchepied qui traîne dans le coin pour « aller plus vite » ne protège personne.

FAIRE LE CHANGEMENT DE COUCHE DE 5 POUpons, 5 FOIS PAR JOUR

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| Nombre de changements de couche | 25 |
| Prendre l'enfant pour le positionner sur la table à langer et le remettre par terre | x 2 |
| Poids moyen des enfants | x 11,3 kg (25 lb) |
| Poids soulevé | = 565 kg (1250 lb) |



L'éléphant d'Afrique a un poids moyen de 5 à 6 tonnes !

| ROUTINE D'UNE ÉDUCATRICE | CHARGE CUMULÉE ESTIMÉE |
|----------------------------|--------------------------------|
| Pouponnière (5 poupons) | Environ 1,2 à 1,7 tonne / jour |
| Groupe 18 mois (8 enfants) | Environ 2,1 tonnes / jour |

En une journée, une éducatrice peut soulever l'équivalent d'un jeune éléphant !

En une semaine, ça fait grosso modo deux éléphants adultes.

Source : Fonds mondial pour la nature.
<https://www.wwf.fr/especes-prioritaires/elephants>

L'autonomie de l'enfant, c'est aussi votre alliée

Léa est tout à fait capable de s'asseoir à une petite table comme une grande. Avez-vous retiré la chaise haute pour autant ? Pas toujours, les habitudes ont la vie dure. Ainsi, vous souleverez Léa six fois de moins chaque jour, et ce, uniquement pour le dîner et les deux collations. Un calcul rapide : évitez de soulever six fois un poupon de 11,3 kg et vous économiserez 68 kg chaque jour. Faites le compte pour deux ou trois enfants !

L'art du câlin ergonomique

Noah pleure. Il a participé à une petite querelle. La tentation de le consoler en le soulevant d'un geste rapide est immédiate, instinctive, humaine. Et si on vous disait qu'il existe une façon de lui offrir exactement le même réconfort, sans le soulever ? Asseyez-vous, approchez-le entre vos jambes. Il grimpera sur vos genoux tout seul, et le câlin sera tout aussi vrai, tout aussi chaleureux. Ces petits ajustements, répétés jour après jour, font une vraie différence à long terme.

Alors, combien d'éléphants porterez-vous ?

En service de garde, les raisons de soulever les enfants ne manquent pas : ça va plus vite, pas d'équipement adapté, ça fait partie du travail. Et puis, ils sont si petits ! Mais on ne parle pas d'un enfant. On parle de cinq, six, huit enfants que vous soulevez plusieurs fois à chacune des routines, chaque jour, chaque semaine, toute une carrière. Ce qui commence comme une plume finit par peser !

Personne ne vous demande d'arrêter de soulever les enfants, c'est impossible, et ce n'est pas le but. Il s'agit plutôt de soulever moins souvent, mieux, et avec les bons équipements. Mieux vaut porter un seul éléphant que deux, surtout quand le deuxième est évitable.

Pas de médaille olympique en haltérophilie pour tout ce que vous faites, mais avec les bons réflexes, vous aurez quelque chose de bien plus précieux : du mieux-être au quotidien. Gardez ça en tête dès votre prochaine routine ! •

RÉFÉRENCE

1. ASSTSAS. (2022). *Aménagement ergonomique d'un service de garde*. Guide de prévention. <https://espacedoc.asstsas.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=45>

Jouer dehors même par temps chaud



Amélie Robert
arobert@asstsas.qc.ca

Les journées chaudes offrent de belles occasions de jouer dehors, mais elles demandent une vigilance accrue. Les tout-petits sont vulnérables à la chaleur : leur corps se réchauffe plus vite, ils transpirent moins efficacement que les adultes et ils ne reconnaissent pas toujours les signes d'un malaise. Les éducatrices sont exposées aux mêmes risques. Protéger les enfants commence par prendre soin de soi.

Les enfants comme les adultes peuvent souffrir de déshydratation, d'épuisement dû à la chaleur, de coup de chaleur (urgence médicale) ou de soleil. Sachez que les risques augmentent dès que la température se trouve autour de 28-30°C avec le facteur humidex.

Quand le corps alerte : signes à surveiller

Certains symptômes peuvent passer inaperçus si vous ne savez pas quoi surveiller. Pour soutenir une vigilance collective, voici les plus importants à reconnaître¹.

SIGNES CHEZ LES TOUT-PETITS

- > Peau très chaude, rouge ou sèche
- > Respiration rapide
- > Mal de tête, nausée
- > Somnolence inhabituelle, baisse de vigilance
- > Absence de transpiration
- > Irritabilité

SIGNES CHEZ LES ÉDUCATRICES

- > Mal de tête
- > Étourdissement
- > Nausée
- > Peau chaude
- > Fatigue soudaine
- > Difficulté à se concentrer



Pour éviter le pire : agir sans hésiter

Lorsqu'un malaise se manifeste, la priorité est de réagir vite et avec assurance. Voyez les interventions à faire auprès des tout-petits et les actions immédiates pour les éducatrices¹⁻².

CHEZ LES TOUT-PETITS

- > Amener l'enfant au frais (local climatisé ou pièce sombre)
- > Retirer les vêtements superflus
- > Rafraîchir progressivement (linge humide, eau tiède mais pas froide, ventilateur mais jamais dirigé directement sur l'enfant)
- > Offrir de l'eau fraîche
- > Appeler le 911 si les symptômes persistent au-delà de 5 minutes ou si l'enfant vomit, perd conscience ou respire difficilement

CHEZ LES ÉDUCATRICES

- > Aller dans un endroit frais
- > Boire de l'eau fraîche
- > Se rafraîchir la peau avec un linge humide
- > S'asseoir ou s'allonger quelques minutes
- > Aviser la direction si l'état ne s'améliore pas

Des gestes préventifs et des routines adaptées

Lors des périodes de chaleur, l'adoption de quelques gestes simples et l'ajustement de la routine permet non seulement de protéger les enfants, mais aussi de préserver le bien-être des éducatrices. En effet, une éducatrice qui souffre de chaleur réagit moins vite, surveille moins efficacement, peut commettre des erreurs et risque un malaise devant les enfants. Voici quelques précautions essentielles et de bonnes pratiques pour profiter au maximum des journées chaudes et ensoleillées².

MESURES PRÉVENTIVES POUR LES ENFANTS

- > **Hydrater souvent** : offrir de l'eau toutes les 15-20 minutes. Offrir également des collations glacées (popsicle maison à base d'eau et purée de fruits, bâtonnet de yogourt glacé), compote de fruits ou fruits et légumes riches en eau (melon d'eau, fraises, agrumes, concombres, poivrons)
- > **Suggérer des vêtements légers** : tissus pâles, respirants, chapeaux
- > **À l'extérieur, alterner soleil/ombre** : sortir les toiles, les tentes d'ombre, les parasols et favoriser les coins ombragés naturels si possible
- > **Adapter les activités** : jeux calmes, jeux d'eau simples (bacs, éponges, arrosoirs)
- > **Sortir tôt le matin** : limiter l'extérieur entre 11h et 15h
- > **À l'intérieur, contrôler l'environnement** : fermer les stores du côté du soleil, utiliser des ventilateurs ou des plafonniers, favoriser les jeux calmes
- > **Appliquer la crème solaire** : 30 minutes avant la sortie, puis aux 2 heures tant que l'exposition au soleil se poursuit, ou plus souvent si l'enfant joue dans l'eau
- > **Vérifier la température de surfaces** (modules, glissades, trottoirs)
- > **Surveiller les signes de malaise** : ne pas sous-estimer un enfant qui se plaint d'avoir « trop chaud »

MESURES PRÉVENTIVES POUR LES ÉDUCATRICES

- > **Boire régulièrement**, même sans soif
- > **Garder une bouteille d'eau** personnelle accessible
- > **Prendre de courtes pauses** à l'ombre pour récupérer
- > **Porter des vêtements respirants** : chapeau, lunettes de soleil
- > **Appliquer la crème solaire** régulièrement : aux 2 heures ou à une fréquence plus élevée si en contact avec l'eau ou transpiration abondante

ORGANISATION DU TRAVAIL EN ÉQUIPE ET GESTION DE L'EFFORT

- > **Adapter son rythme** : ralentir, éviter les déplacements inutiles
- > **Se relayer entre collègues** pour les tâches exigeantes
- > **Planifier des rotations entre collègues** pour éviter qu'une éducatrice reste trop longtemps au soleil
- > **Se répartir les tâches physiques** (transport de matériel, installation extérieure)
- > **Communiquer ouvertement** : « Je commence à avoir chaud, je vais prendre 2 minutes à l'ombre. »

La chaleur peut rendre les journées exigeantes, mais elle ne doit pas compromettre le bien-être des enfants ni celui des éducatrices. En misant sur des pratiques simples, en demeurant attentives aux signes de malaise et en prenant soin de vous autant que des tout-petits, vous contribuez à maintenir un milieu sécuritaire, agréable et propice au plaisir... même sous un soleil qui brille de mille feux ! •

RÉFÉRENCES

1. Gouvernement du Québec. *Effets de la chaleur sur la santé*. <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/effets-de-la-chaleur-accablante-et-extreme-sur-la-sante>
2. CNESST. *Coup de chaleur*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/identifier-corriger-risques/liste-informations-prevention/coup-chaleur>

Contenants bien pensés, cuisine sécurisée et travail allégé



Amélie Robert
arobert@asstsas.qc.ca

L'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) et le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) ont des exigences claires pour l'entreposage des aliments. En service de garde, il est essentiel de choisir des contenants sécuritaires, pratiques et adaptés pour la salubrité des aliments ainsi que pour la santé et la sécurité du travail.

Pour les denrées sèches (farine, sucre, riz, etc.), plusieurs types de contenants sont offerts. L'ACIA exige qu'ils soient de grade alimentaire, c'est-à-dire conçus pour le contact avec les aliments selon des normes précises. Par exemple, le matériau ne doit transférer aucune substance toxique à la nourriture. Des signes de contamination pourraient être remarqués si les aliments dégagent une odeur ou ont un goût de produit chimique.

De plus, il est important de se questionner quant à l'usage prévu. Un contenant de grade alimentaire n'est pas universel ; il doit être adapté au type d'utilisation envisagé puisque certains de ces plastiques peuvent se dégrader au contact d'aliments chauds, froids, acides ou gras. En d'autres mots, un contenant peut être conforme pour conserver des aliments secs, mais pas pour congeler une soupe.

Les fournisseurs d'équipements en alimentation proposent une vaste gamme de contenants conformes. Avant d'acheter vos contenants pour les denrées sèches, assurez-vous qu'ils peuvent résister à un entreposage prolongé, à l'humidité ambiante ou à la présence de parasites (couverture bien ajustée), au nettoyage fréquent (matériau non poreux, lavable et désinfectable facilement). Toutefois, un contenant de grade alimentaire perd sa conformité s'il est rayé ou fissuré.

Les fournisseurs d'équipements en alimentation proposent une vaste gamme de contenants conformes.

Quelques options

Il est possible de réutiliser certains contenants alimentaires (ex. : pots de margarine) pour les ingrédients secs. Toutefois, ils sont généralement moins durables et moins adaptés sur le plan ergonomique. Les contenants en verre ou en acier oxydable sont également considérés comme des matériaux conformes, mais sont plus lourds à manipuler. Quant aux contenants de plastique recyclé d'origine inconnue (ex. : des bacs de rangement non destinés à l'alimentation achetés dans des magasins pour petit budget), le risque de contamination existe toujours. Voici quelques options plus utilisées.

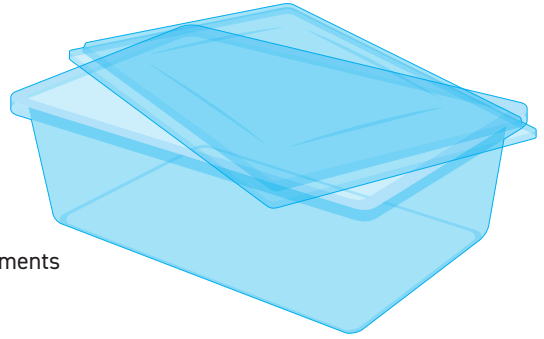


GRANDE HUCHE SUR ROULETTES D'UNE CAPACITÉ DE 55 KILOS

- > Couvercle coulissant transparent
- > Accès facile à une main
- > Peut être lourde et encombrante
- > Oblige souvent à se pencher pour atteindre le fond, ce qui peut entraîner des postures contraignantes pour le dos et les épaules
- > Rotation des aliments plus difficile (nécessite de vider le contenant)

BACS EN POLYCARBONATE DE FORMATS VARIÉS

- > Résistants, plus légers et parfois transparents
- > Compatibles avec lave-vaisselle et congélateur
- > Plus faciles à manipuler que les grandes huches
- > Doivent être vidés pour assurer la rotation des aliments



PETITE HUCHE AVEC DOUBLE COUVERCLE

- > Permet l'ajout de nouveaux aliments sans vider entièrement le contenant
- > Rotation facilitée par gravité
- > Réduit les manipulations et les efforts physiques

Limiter les efforts et les postures contraignantes

Le choix des contenants et leur organisation ont un impact direct sur la prévention des troubles musculo-squelettiques (TMS).

- > **Limiter le poids des contenants** : privilégier des formats plus petits pour éviter les charges trop lourdes
- > **Réduire les flexions du dos** : éviter les contenants profonds qui obligent à se pencher fréquemment
- > **Favoriser les prises faciles** : choisir des contenants avec poignées ou faciles à agripper
- > **Utiliser les roulettes** lorsque possible pour diminuer les efforts de transport
- > **Alterner les tâches** pour réduire la répétition des mouvements (ex. : transvidage des denrées pour assurer la rotation des aliments)

Bonnes pratiques de rangement

Un rangement bien pensé contribue à la fois à l'efficacité du travail et à la prévention des blessures.

- > **Éviter d'empiler les contenants** pour limiter les soulèvements
- > **Ranger les aliments les plus utilisés** à une hauteur entre les épaules et les genoux pour réduire les efforts
- > **Privilégier les tablettes coulissantes** pour éviter de se pencher ou de tendre les bras
- > **Ranger les produits plus lourds** à une hauteur accessible en bas des genoux ou au sol
- > **Maintenir un espace dégagé** pour faciliter les déplacements sécuritaires

Des contenants conformes, un aménagement ergonomique et de bonnes habitudes de travail permettent non seulement d'assurer la qualité des aliments, mais aussi de protéger la santé des éducatrices et des responsables de l'alimentation. Un environnement bien organisé, c'est un quotidien plus sécuritaire et plus agréable pour toutes et tous ! •

Ralentir, c'est aussi prévenir



Marilyne Gilbert
mgilbert@asstsas.qc.ca

Sur le terrain, une réalité revient souvent : les blessures ne surviennent pas uniquement parce qu'un équipement manque ou qu'une technique est mal connue. Elles surviennent aussi parce qu'on va trop vite.

En service de garde, le rythme est soutenu : habillages, repas, déplacements, imprévus, demandes simultanées des enfants. À force d'enchaîner les tâches, les réflexes de prévention passent parfois au second plan. Pas par négligence, mais parce qu'on cherche simplement à suivre le rythme.

LES CHIFFRES PARLENT

695
lésions

professionnelles
indemnisées en
une seule année
chez les éducatrices
de services de
garde au Québec

68
jours

d'absence en
moyenne par lésion,
soit plus de trois
mois de travail
perdus

4,8
millions \$

en coûts annuels
liés aux lésions dans
ce seul secteur

Environ
50%

des lésions affectent
le dos, souvent
causées par des
mouvements effectués
trop rapidement, dans
une mauvaise posture

Observations terrain

Lors de nos visites en milieu de garde, certaines situations reviennent souvent.

- > **Le marchepied** est installé près de la table à langer, mais on ne l'utilise pas parce que « ça va plus vite » de soulever l'enfant directement
- > **L'enfant** pourrait marcher seul jusqu'au lavabo, mais on le porte pour gagner quelques secondes
- > **La bonne posture** est connue, mais dans le feu de l'action, on ne prend pas toujours le temps de se repositionner avant un changement de couche ou un déplacement

L'organisation du travail joue un rôle majeur dans la capacité réelle à appliquer les bonnes pratiques.



Ces microdécisions, répétées des dizaines de fois par jour, finissent par s'accumuler. Prises isolément, elles semblent anodines. Mais à long terme, ou parfois le temps d'un seul faux mouvement, elles peuvent mener à une blessure bien réelle.

Quand on travaille constamment dans l'urgence, le corps se tend, la concentration diminue et les mouvements deviennent plus brusques. C'est souvent là que surviennent les faux mouvements, les tensions au dos ou les douleurs qui s'installent progressivement.

Ralentir, c'est aussi offrir un soin de qualité

Prendre le temps ne va pas à l'encontre du programme éducatif. Au contraire ! Les routines sont aussi des moments d'apprentissage. Inviter l'enfant à marcher jusqu'à la table à l'anger, à monter seul sur le marchepied ou à participer activement à son soin favorise son autonomie... tout en réduisant les efforts physiques de l'éducatrice.

Ce changement de posture, au sens propre comme au figuré, profite à tout le monde :

- > **L'éducatrice** réduit son risque de blessure
- > **L'enfant** développe sa motricité et sa confiance
- > **Les interactions** deviennent souvent plus calmes et plus positives

Le rôle de l'organisation : rendre le rythme réaliste

La prévention ne repose pas uniquement sur les épaules des éducatrices. L'organisation du travail joue un rôle majeur dans la capacité réelle à appliquer les bonnes pratiques. Concrètement, cela peut vouloir dire :

- > **S'assurer** que les équipements de prévention sont accessibles et bien positionnés
- > **Prévoir** des routines et des horaires réalistes
- > **Valoriser** les pratiques sécuritaires autant que l'efficacité
- > **Créer** un climat où une éducatrice peut prendre le temps de faire un déplacement correctement sans se sentir en retard

Au final, quelques minutes de plus dans une routine coûtent souvent beaucoup moins cher qu'une absence de plusieurs semaines, un remplacement à organiser ou une équipe fragilisée. La prévention est un investissement humain... et organisationnel.

Prendre le temps de prendre son temps, un geste professionnel

Ralentir, en service de garde, ce n'est pas travailler moins bien. C'est travailler autrement : avec intention, avec les bons gestes, dans le respect de son corps et du rythme de l'enfant. C'est aussi reconnaître que la prévention ne se joue pas seulement lors d'une formation annuelle. Elle se construit dans les petites actions du quotidien : un soulèvement évité, une posture ajustée, quelques secondes prises pour faire le geste autrement. •



NOUVEAU

Cause PRÉVENTION



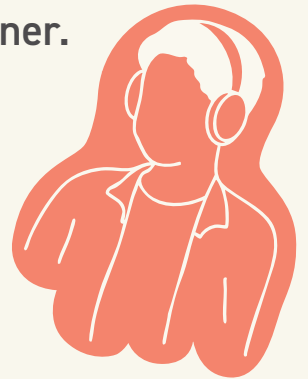
Un balado

sans risques

Ce nouveau balado de l'ASSTSAS va à la rencontre  d'expertes et d'experts, d'équipes passionnées de la SST, de personnes engagées sur le terrain qui collaborent à améliorer leur milieu de travail. 



Au fond, l'objectif est de causer de prévention, pour la promouvoir et la faire rayonner.



Parce que
la parole
mène à
l'action !

SAISON 1

- > **Le moteur invisible** : comment la motivation transforme le travail
- > **La SST au cœur du quotidien** d'un CPE engagé
- > **Risques croisés** : l'interaction insoupçonnée des TMS et des RPS
- > **Prévenir avec cœur** : la SST au service de l'humain à la Fondation Papillon
- > **Là où le risque ne pardonne pas** : mise en lumière de deux tolérances zéro

5

épisodes

disponibles sur les plateformes
de baladodiffusion et notre site web
asstsas.qc.ca



ASSTSAS