

# À l'habillage, tempérez vos efforts



Andrée-Anne Buteau  
abuteau@asstsas.qc.ca

**Le froid s'installe et penser à l'habillage des enfants vous donne des sueurs. Voici des trucs simples, mais efficaces pour tempérer vos efforts.**

**E**nfiler le pantalon, remonter la fermeture Éclair du manteau, attacher la tuque, mettre des bottes, c'est beaucoup d'actions pour habiller un enfant. En plus, vous voulez aller vite pour profiter au maximum de la sortie... et les enfants ont la bougeotte! Voilà une routine qui peut vous donner chaud ou causer des inconforts, voire des douleurs.

## **S'asseoir, simple et efficace !**

Pour éviter bien des postures contraignantes et des efforts pendant l'habillage, vous pouvez assister les enfants dans cet apprentissage tout en restant assise. Pour réussir, il faut préparer les vêtements, avoir les équipements à portée de main et vous donner du temps et de l'espace.

Vous asseoir sur une chaise et laisser venir les enfants près de vous offrent un bon moyen pour maintenir votre dos droit et être à la bonne hauteur. C'est parfait pour attacher la tuque ou enfiler les mitaines.

Vous préférez tenir l'enfant sur vous pour finir d'attacher son manteau ? Surtout, ne le soulevez pas ! Laissez-le grimper sur vos cuisses pour qu'il s'assoie sur vous. Une fois l'enfant dos à vous, vous serez en mesure de l'aider sans vous pencher.



Photos : Jean-François Lemire, shootstudio.ca

## STRATÉGIES POUR RÉDUIRE L'ATTENTE<sup>1</sup>

- **Au lieu d'exécuter l'habillage à la verticale** en vous occupant d'un enfant à la fois de la tête aux pieds, procédez par exécution horizontale, c'est-à-dire, en vous concentrant sur le même vêtement pour chacun des enfants. De cette façon, tous seront vêtus en même temps
- **Limitez le nombre de personnes au vestiaire**, quitte à établir un horaire de fréquentation : à 10 h, les Lucioles et les Canetons, à 10 h 30, les Mille-pattes et les Criquets, etc.
- **Le jumelage d'un groupe d'enfants** de deux ans avec un groupe de quatre ans permet aux plus expérimentés d'aider les novices. Un avantage à considérer
- **L'habillage partiel dans le local peut s'avérer une solution.** Des crochets permettent aux apprentis de prendre et de ranger une partie de leurs effets, dont l'habit de neige. Il ne reste plus alors que les bottes, le chapeau et les mitaines à mettre au vestiaire

Vous asseoir sur un tabouret à roulettes, c'est intéressant au vestiaire. Ainsi, vous pouvez vous déplacer d'un enfant à l'autre et pivoter vers Ophélia ou Alexis, tout en gardant le dos droit. Pour qu'il soit utilisé, le tabouret doit être disponible et rangé près du vestiaire. Le plancher doit être droit, sans dénivelation, joint ou seuil, pour une plus grande sécurité de déplacement avec le tabouret<sup>2</sup>.

Un petit truc ! Au lieu de vous pencher pour atteindre les bottes de l'enfant, faites-lui tendre le pied vers vous. Vous éviterez de soulever sa jambe et serez ainsi en bonne posture pour l'aider à mettre ses bottes, placer le bas du pantalon par-dessus ou, encore, attacher les lacets.

### Des pratiques ajustées et agréables

L'habillage doit demeurer une activité agréable. Les stratégies sont nombreuses pour réduire les inconforts et faciliter la transition. Une réflexion en équipe peut permettre d'échanger les bons coups et de vous doter de bonnes pratiques (suggestion de vêtements aux parents, planification des groupes au vestiaire, entretien préventif des tabourets à roulettes, etc.) afin de simplifier cette routine. En fonction de l'aménagement de votre service de garde, des équipements disponibles et de l'âge des enfants, l'important est de choisir les stratégies qui vous vont comme un gant ! ●



Photos : Jean-François Lemire, shootstudio.ca

### REMERCIEMENTS

Merci au CPE Les Casinours, merci à Pauline Moisy, éducatrice, à Roméo Gaudin et Arthur Legros, sages et braves garçons, pour leur participation aux photos de cet article.

### RÉFÉRENCES

1. Malenfant, N. (2005). Changer la corvée de l'habillage. *Sans pépins*, 7(3), 1-4.
2. ASSTSAS. (2016). Des consignes pour s'asseoir en toute sécurité. *Sans pépins*, 16(2), 9.