



Caroline NOCUN
Ergonome

GUIDE PRATIQUE CRECHES

SOMMAIRE

1	LE SECTEUR DE LA PETITE ENFANCE	2
1.1	INTRODUCTION	2
1.2	DES ACTIVITES IMPLIQUANT LA REPETITION OU LE MAINTIEN PROLONGE DE POSITIONS INCONFORTABLES	3
1.2.1	POSITION ACCROUPIE, AGENOUILLEE	3
1.2.2	POSITION ASSISE SUR DU MOBILIER TROP BAS	4
1.2.3	POSITIONS ASSISES AU SOL OU SUR DES ASSISES AU RAS DU SOL	8
1.2.4	FLEXIONS ANTERIEURES DU BUSTE	9
1.3	MANUTENTIONS ET PORTAGES	10
1.4	DES CONTRAINTES PHYSIQUES GENEREES PAR UN MOBILIER INADAPTE A LA HAUTEUR DES ADULTES	12
1.5	CONCEPTION ARCHITECTURALE, AMENAGEMENT DES ESPACES ET AMEUBLEMENT	14
2	LES AXES DE PREVENTION	20
2.1	ARCHITECTURE ET CONCEPTION DES ESPACES	20
2.2	AMENAGEMENT DES ESPACES, AMEUBLEMENT	21
2.3	MOBILIER, MATERIEL / EQUIPEMENTS ADAPTES	22
2.3.1	L'ESPACE CHANGE	23
2.3.2	LES REPAS	27
2.3.3	DORTOIRS	29
2.3.4	JEUX / HABILLAGE-DESHABILLAGE / SOINS DIVERS	32
2.4	LA LINGERIE	33
2.5	REDUCTION DES NIVEAUX SONORES	34
2.6	LIENS UTILES	35

1 LE SECTEUR DE LA PETITE ENFANCE

1.1 INTRODUCTION

La crèche est un lieu de vie où se croisent et cohabitent dans un même espace de vie deux catégories d'êtres humains : des tout-petits et des adultes avec deux corps totalement différents en taille, en autonomie et avec des besoins différents.

Or, le mobilier et l'environnement ont été spécifiquement pensés et conçus pour les enfants, afin de leur offrir bien-être et sécurité, mais pas pour les professionnels qui y exercent leur activité au quotidien.

Au cours d'une journée de travail, ceux-ci effectuent différentes actions répétées de nombreuses fois : soulever/déposer les enfants pour les aider à s'installer à table, les faire manger, changer leurs couches, les mettre au lit pour la sieste et les sortir du lit, les aider à se vêtir et se dévêtir, enlever leurs chaussures, les accompagner aux toilettes, jouer avec eux, etc.

Pour s'adapter à la taille des enfants, les professionnelles sont contraintes d'adopter des postures contraignantes.

Le temps important passé au niveau du sol, en position accroupie, agenouillée, le maintien de postures avec le buste en flexion antérieure, le port répété des enfants, les nombreuses **manœuvres de soulèvement/dépose, etc.**, génèrent pour ces professionnelles une forte implication physique.

Par ailleurs, elles exercent dans un environnement bruyant, au milieu des cris et des pleurs ce qui contribue à accentuer la fatigue et le niveau de stress.

Avec l'avancée en âge, la pénibilité du métier entraînant un phénomène d'usure se solde fréquemment de limitations d'aptitudes qui viennent questionner la notion du maintien durable en emploi des professionnelles dont l'état de santé est fragilisé, les possibilités de reclassement dans ce type de métier étant souvent très réduites.

Aussi, la prévention et la réduction des atteintes à la santé par l'amélioration des conditions de travail constituent un enjeu majeur pour éviter et/ou limiter l'apparition de situations de handicap.

1.2 DES ACTIVITES IMPLIQUANT LA REPETITION OU LE MAINTIEN PROLONGE DE POSITIONS INCONFORTABLES

1.2.1 POSITION ACCROUPIE, AGENOUILLEE

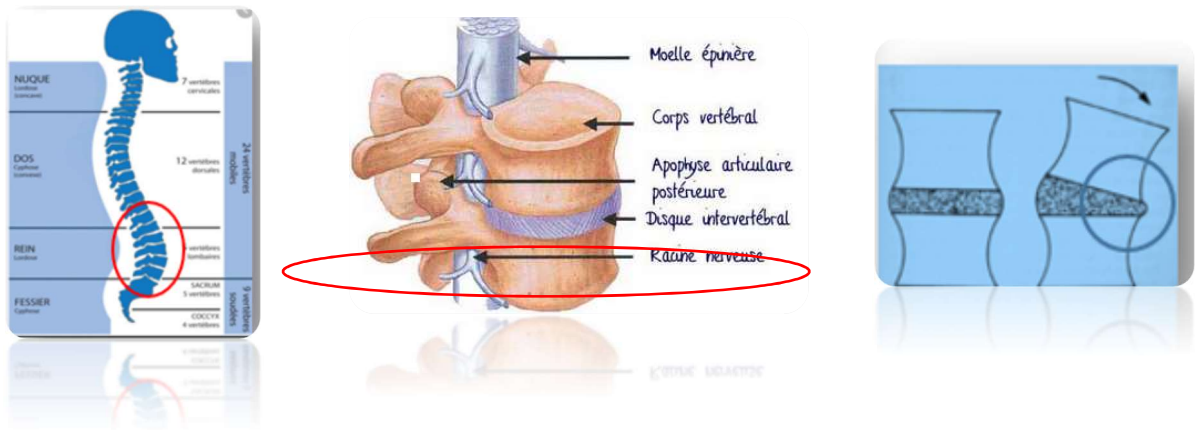
Exemples de situations :

- ✚ Animation / jeux
- ✚ Habillage / déshabillage des enfants
- ✚ Repas

➔ Fléchir excessivement les genoux est susceptible de provoquer à terme des pathologies articulaires du genou et de la hanche.

Le fait de fléchir fortement les genoux ou de les reposer sur des surfaces provoque une **inversion de la courbure lombaire** et donc le **pincement** de la partie antérieure du disque.





1.2.2 POSITION ASSISE SUR DU MOBILIER TROP BAS

Le bas et le milieu du dos sont arrondis et les disques intervertébraux sont surchargés. En retour, la nuque est en extension.

Exemples de situations:

- ✚ Habillage et déshabillage des enfants
- ✚ Lavage des mains
- ✚ Repas





Siège pour enfant, inadapté pour les adultes

Un grand principe doit être respecté : les adultes ne doivent pas s'installer durablement sur une chaise spécifiquement prévue pour un enfant.

⊗ LES CONTRAINTES POSTURALES LIEES A LA POSITION ASSISE SUR DES PETITES CHAISES D'ENFANTS

La position assise sur des sièges pour enfants est inadaptée à la morphologie des adultes.

- Ceux-ci sont trop bas, l'assise est trop étroite et le dossier ne maintient pas le dos.
- La surface d'appui est limitée ce qui génère une pression au niveau de la masse fessière, source d'inconfort.
- Le fait que les cuisses soient placées plus haut que le bassin génère une compression du creux inguinal.



Le redressement demande un effort de réalignement, le bassin étant plus bas qu'en position assise classique.

Préconisations

- L'adulte doit se servir d'une chaise qui lui est propre, même s'il s'installe à une table pour enfant.

Deux solutions existent:

- Amener l'enfant à hauteur des adultes à l'aide de chaises hautes
- Amener l'adulte à hauteur des enfants à l'aide de chaises adaptées

Des sièges adaptés pour adultes sur roulettes avec base courte, vérin bas pour les positions de travail proches du sol, assise et dossier confortables sont recommandés pour tous les agents.

Il est conseillé de diversifier les modèles de sièges, un seul siège ne pouvant pas nécessairement être adapté à toutes les activités (à déterminer selon les besoins et selon les préférences d'utilisation par les agents).



Sièges petite enfance (assise basse, vérin court)

Ballon



Siège ballon

↻ Le ballon et le siège ballon permettent une assise dynamique, toujours en mouvement et maintiennent la colonne vertébrale droite.

↻ Le siège assis-genoux permet d'être assis à genoux confortablement et dans une assise physiologique.

La répartition de la masse du corps sur l'assise inclinée et le support-genoux/tibias libère le bassin qui bascule vers l'avant en soulageant les tensions du dos et en redressant naturellement la colonne vertébrale.



Fauteuil pour la surveillance de la sieste ; peut servir également de fauteuil d'allaitement

NB : il est fortement recommandé de contacter des fournisseurs de matériel spécialisé afin de déterminer avec eux les besoins de la structure et procéder à des essais avant achat.

Un achat sur catalogue est fortement déconseillé car il est impossible de vérifier le niveau de confort du matériel et de savoir si celui-ci correspondra véritablement aux besoins.

1.2.3 POSITIONS ASSISES AU SOL OU SUR DES ASSISES AU RAS DU SOL

Exemples de situations:

- ✚ Habillage et déshabillage des enfants
- ✚ Biberons
- ✚ Surveillance de la sieste, activités

La position assise sur le sol peut vite devenir inconfortable du fait **de l'absence de dossier** qui en sollicitant la musculature dorsale, favorise l'adoption de mauvaises postures (position enroulée, dos courbé, tête baissée, torsions) et l'apparition de tensions musculaires.



☹ Les sièges avec assise au ras du sol sont à proscrire : ils génèrent des postures trop contraignantes et ne peuvent pas être utilisés par les personnes souffrant de maux de dos et/ou des membres inférieurs.

1.2.4 FLEXIONS ANTERIEURES DU BUSTE

Exemples de situations:

- ✚ Habillage et déshabillage des enfants
- ✚ Cuisine : préparation de la vaisselle pour les repas, rangement des ustensiles...
- ✚ Repas
- ✚ Rangement du matériel salle de jeux
- ✚ Dortoirs

Se pencher vers l'avant génère une contrainte sur les disques intervertébraux ; la nuque est également sollicitée.





La section des petits implique davantage de flexions du buste et de positions accroupies, les enfants étant moins autonomes.

1.3 MANUTENTIONS ET PORTAGES

Exemples de situations :

- ✚ Port d'enfants lors du change a une table à langer sans marche pied
- ✚ Soulèvements et déplacements de matériel (table, chaises, lits, matelas)

Porter un enfant ou une charge fatigue non seulement **les bras et les épaules**, mais également le **dos**.

Plusieurs facteurs déterminent le risque lié aux manutentions.

1. Les caractéristiques de la charge

Spécificités liées à la manutention d'une charge inerte :

Le volume important

L'instabilité de la charge

Le poids sans rapport apparent avec le volume

La répartition inégale du poids

La prise difficile

La surface glissante de la charge

2. La distance de prise

Le port d'une charge ou d'un enfant augmente la pression subie par le disque intervertébral.

La contrainte sur le bas de la colonne vertébrale dépend de la distance à laquelle la charge est prise.

Spécificités liées au portage de l'enfant :

L'agitation de l'enfant

Le manque de participation de l'enfant

L'estimation difficile du poids de l'enfant

Les possibilités de prise réduites

⊗ La répétition quotidienne du port d'un enfant pesant entre 3 et 7 kg pour un nourrisson de trois mois et entre 11 et 17 kg pour un enfant de 3 ans correspond à plusieurs dizaines de manœuvres de soulèvement/dépose par jour et ceci depuis de nombreuses années pour les auxiliaires les plus anciennes, ce qui représente un véritable risque pour le rachis car on ne manipule et on ne porte pas des tout-petits comme une charge classique.



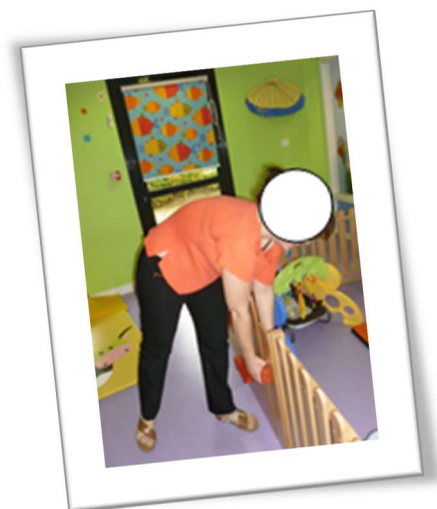
⊗ Le fait de porter le bébé sur la hanche entraîne un déhanchement.

1.4 DES CONTRAINTES PHYSIQUES GENEREES PAR UN MOBILIER INADAPTE A LA HAUTEUR DES ADULTES

↳ Tables et chaises basses, lavabos et cuvettes de wc très bas, lits bas, hauteur de fermeture des barrières de séparation des espaces,... génèrent ou aggravent les **contraintes posturales, rachidiennes et articulaires** - flexions du buste de 30 à 60°, accroupissements ou positions à genoux, positions assises à même le sol (dos non maintenu ou bien soutenu contre un mur), barrière délimitant les espaces (actions répétitives de soulèvements et de mise en place du loquet, buste en torsion).

Exemples de situations:

- ✚ Habillage et déshabillage des enfants
- ✚ Sanitaires
- ✚ Repas
- ✚ Rangement du matériel salle de jeux
- ✚ Dortoirs
- ✚ Entretien du matériel et des équipements





Lits à étages :

- Niveau inférieur trop bas
- Nécessité de passer l'enfant au-dessus des barreaux pour le niveau supérieur



Lits à barreaux

- Position penchée implique des portages en positions basses et des flexions du tronc
- Dos rond



L'entretien ménager implique des flexions du buste pour le nettoyage des tables et le port et soulèvement des chaises qu'il faut placer sur les tables afin de libérer le sol, des lavabos,...



1.5 CONCEPTION ARCHITECTURALE, AMENAGEMENT DES ESPACES ET AMEUBLEMENT

La taille des locaux et la disposition des espaces contraignent souvent les professionnels de la petite enfance à adopter des postures inconfortables. En effet, lors de la construction des crèches, les locaux étaient en adéquation avec le nombre d'enfants accueillis.

Cependant, dans beaucoup de structures, le nombre d'enfants accueilli ayant augmenté au fil des années, les locaux sont désormais souvent sous-dimensionnés ce qui complique la gestion quotidienne des activités, en particulier les repas, les changes, les siestes au dortoir,...

Espace pour les activités et les jeux souvent restreints au regard du nombre d'enfants accueillis; nombre d'enfants trop important dans un même espace (impliquant également un renforcement de la surveillance et accroît les niveaux sonores)

Des regroupements d'enfants ont alors lieu dans d'autres pièces : manipulation de mobilier (tables, chaises).

- ✚ Dans les dortoirs : espaces réduits entre les lits générant des contraintes posturales lors du coucher et lever des enfants (peu d'espace pour se mouvoir entre les lits)





✚ Salle de changes :

L'espace est très souvent sous-dimensionné au regard de l'activité : manque d'espace pour se mouvoir aisément à plusieurs personnes pour effectuer les changes des enfants.



Le port répété des enfants (entre 11 et 15 kg) sur les coussins constitue une astreinte physique importante pour les agents.

Les **accessoires**, lingettes, couches, crèmes, poubelles, les bacs contenant le linge des enfants situés sur des **étagères en hauteur ou sous les plans de change** impliquent des mouvements répétés avec bras tendus en extension et ou au-dessus du niveau des épaules ainsi que des flexions du buste.





✚ Cuisine / salle de repas

L'espace au sein des cuisines est souvent restreint (zone propre et sale peu distinctes), difficultés de déplacements, insuffisance d'espace pour utiliser des chariots qui permettraient de réduire les contraintes de port de charge.

Les salles de repas de dimensions insuffisantes impliquent également des contraintes posturales et rendent difficiles l'utilisation de sièges adaptés pour adultes (espaces de circulation insuffisants).

✚ La lingerie

L'espace est souvent très réduit ; les machines occupent une grande partie du local et sont rarement réhaussées : les opérations de chargement/déchargement du linge entraînent des postures contraignantes pour le dos.

Les bacs de linge sont situés en hauteur en dehors des zones de confort articulaire.



En termes de prévention, il est important lors de la construction de nouvelles structures ou de leur rénovation, de mettre l'accent sur l'aspect fonctionnel des lieux afin que les professionnels de la petite enfance puissent mener à bien leur tâches en réduisant l'exposition aux risques d'ordre musculo-squelettique.

Un compromis est donc à trouver pour assurer à la fois le bien-être des enfants et des adultes.

2 LES AXES DE PREVENTION

2.1 ARCHITECTURE ET CONCEPTION DES ESPACES

La conception architecturale d'un lieu contribue immanquablement à la qualité de l'accueil qui est proposé.

Privilégier une conception de plain-pied pour éviter la fatigue liée aux déplacements et les contraintes organisationnelles.

Une mauvaise conception de structure d'accueil peut :

- ✚ Entraver le travail collectif : empêcher les agents de communiquer, de se voir,...
- ✚ Accroître les contraintes physiques (monter et descendre des escaliers fréquemment, augmenter les déplacements avec ou sans les enfants)
- ✚ Rendre difficile la gestion des groupes d'enfants (coins aveugles, changements de niveaux, éloignements des pôles d'activités...), etc.

Des projets architecturaux, de rénovation, de réaménagement, constituent autant d'opportunités d'amélioration des conditions de travail.

Dès la phase de réflexion sur d'éventuelles modifications architecturales à venir, un groupe de travail doit être mis en place, intégrant les agents, pour prendre en compte les exigences et contraintes de l'activité des professionnelles, les besoins en termes d'espaces, de rangements, les circuits de circulation, etc., pour anticiper le travail futur.

Objectifs : garantir le bien-être et le confort des enfants accueillis tout en offrant aux professionnels des conditions de travail ergonomiques qui protègent leur santé sur le long terme.

2.2 AMENAGEMENT DES ESPACES, AMEUBLEMENT

Les espaces de repos (dortoirs), de repas, les salles de change pour les nourrissons, les espaces de jeux et d'activités sont souvent sous-dimensionnés dans les crèches.

Afin de rendre certains espaces plus fonctionnels et/ou flexibles, une réflexion globale sur l'aménagement des locaux doit permettre de :

↳ Déterminer les priorités : les espaces qui posent le plus de questions sont ceux qui méritent d'être repensés en priorité.

↳ Désencombrer : faire un tri pour dégager de l'espace. Par exemple, examiner le nombre de jouets dans une pièce. Sont-ils tous utiles? Un enfant qui a trop de jouet ne prendra pas le temps d'expérimenter à fond chacun d'entre eux. Il aura tendance à passer d'un jouet à l'autre et à se disperser.

Ce qui compte, ce n'est pas tant le type de jouet mais la fonction que va lui donner l'enfant à travers ses jeux.

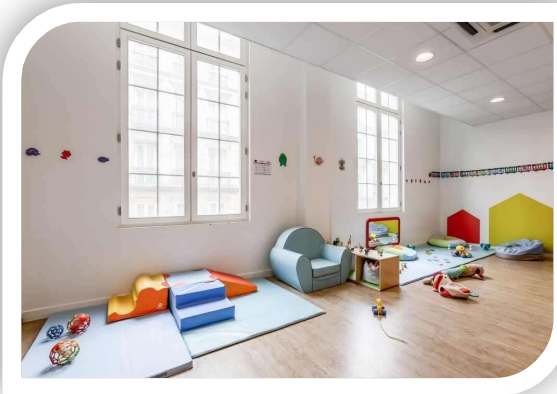
↳ Voir les espaces autrement et/ou les réinventer : Quels espaces sont utilisés, pour quelles activités et combien de temps dans la journée ? Un espace de rangement pourrait-il jouer un autre rôle ? Pourrait-on permuter une aire de jeu par une autre ?

Les espaces devraient pouvoir être modulables en fonction des besoins et suivant les types d'activités ; un mobilier adapté, léger et **facilement déplaçable** (sur roulettes) facilite les changements.

La zone d'accueil pour l'habillage/déshabillage peut être utilisée en journée pour certaines activités. Il existe des vestiaires sur roulettes.

Dans un lieu d'accueil de la petite enfance, **tous les espaces « perdus »** (coins, recoins, niches,..) peuvent être intégrés et affectés au développement moteur des enfants.

La délimitation des espaces avec des barrières donnent un aspect « d'enfermement ». A la place, il est possible d'utiliser des tapis de sols, coussins, petits sièges en mousse, jeux, etc.



2.3 MOBILIER, MATERIEL / EQUIPEMENTS ADAPTES

La prévention des risques professionnels que sont les TMS, outre l'apprentissage de gestes et postures à adopter pour se préserver, passe essentiellement par l'achat d'un équipement ergonomique.

Adopter un processus d'achat qui implique la **participation de toute l'équipe à travers des essais de matériel avant achat**, ainsi que la visite d'autres crèches pour trouver des idées et des pratiques innovantes, reste l'une des meilleures solutions pour préserver la santé des professionnels de crèche.

Il est essentiel de bien analyser les besoins avec le(s) fournisseur(s) et prendre en compte les facteurs suivants :

- ✚Caractéristiques des utilisateurs : dimensions physiques, taille,...
- ✚Possibilités de réglages du matériel (hauteur,...),
- ✚Poids, roulettes (pour faciliter son déplacement)
- ✚Matière, entretien, nettoyage,...

La diversité des structures et des activités au sein d'une crèche nécessite le recours à des aménagements particuliers pour chaque poste de travail.

Quelques conseils généraux peuvent néanmoins être formulés concernant les activités généralement les plus pourvoyeuses de risques de TMS.

2.3.1 L'ESPACE CHANGE

Les tables de change

La largeur du plan de change doit permettre de changer les bébés dans les deux sens.

En effet, l'enfant grandit et va à un moment donné contraindre l'adulte à s'écarter du plan de change pour éviter de recevoir des coups de pieds.

Il faut que le change puisse se faire sur le côté pour permettre à l'adulte une approche ergonomique de l'enfant. Les plans de change étroits sont à proscrire.



Lorsque l'enfant est couché de côté, la professionnelle peut le nettoyer plus facilement et changer sa couche en évitant de lui soulever les jambes et le bassin. Cette méthode réduit les contraintes pour les professionnelles au niveau du haut du dos et des membres supérieurs.

La hauteur du plan de change est une vraie question dans les structures collectives.

Les professionnelles n'ont pas toutes la même taille et celles qui sont plus petites souffrent lors des manipulations et des changes qui prennent plusieurs dizaines de minutes par jour.

Les épaules et le dos sont alors très sollicités.

Lorsqu'il existe des différences de tailles importantes entre les membres du personnel et que la hauteur de la table n'est pas réglable, il vaut mieux faire correspondre la hauteur de la table aux personnes les plus grandes (à la hauteur du bassin) et utiliser une estrade de 5 à 10 cm pour les autres (à condition de vérifier la sécurité pour ne pas générer un risque de chute).

Un espace pour mettre les pieds sous le mobilier est conseillé.



-
- S'il n'est pas possible de modifier la hauteur du plan de travail, il convient de choisir la hauteur permettant le meilleur compromis entre les différents utilisateurs et types de tâches.

Par exemple, pour un travail de précision réalisé par des utilisateurs de tailles différentes, il vaut mieux privilégier un plan de travail convenant à la personne la plus grande.

Il est en effet plus pénible pour l'utilisateur de grande taille de se pencher systématiquement en avant que de lever les bras un peu plus haut pour la personne de petite taille.

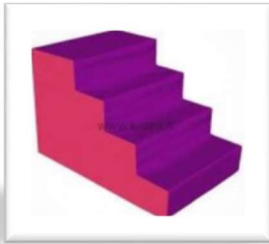
-
- S'il n'est pas possible de modifier la hauteur du plan de travail, il convient de choisir la hauteur permettant le meilleur compromis entre les différents utilisateurs et types de tâches.

Par exemple, pour un travail de précision réalisé par des utilisateurs de tailles différentes, il vaut mieux privilégier un plan de travail convenant à la personne la plus grande.

Il est en effet plus pénible pour l'utilisateur de grande taille de se pencher systématiquement en avant que de lever les bras un peu plus haut pour la personne de petite taille.

Un escalier bien conçu élimine de nombreuses postures contraignantes pour les professionnelles et développe la motricité de l'enfant.

Il évite de nombreux soulèvements qui représentent des risques de blessure pour le personnel. Cependant, il doit être facile à mobiliser (souvent trop lourd à manipuler, système de fermeture compliqué, manque de place pour sortir l'escalier) et la hauteur des marches doit être adapté aux enfants (souvent la dernière marche oblige l'adulte à porter l'enfant).



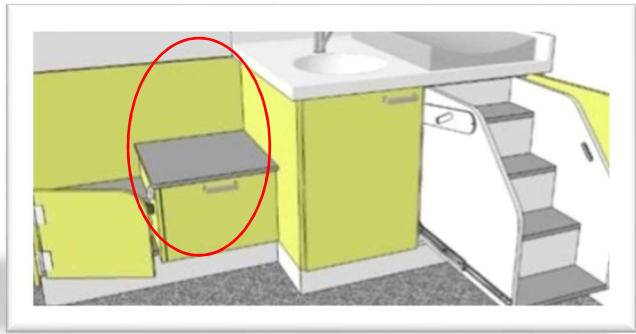
En l'absence d'escalier intégré, un **escalier en mousse** est une bonne option car il est **léger** et maniable.

Il existe également des tables électriquement réglables en hauteur et rétractables, pour les personnes de tailles différentes.

Ces tables peuvent être mises en location pour pouvoir effectuer des essais.



👍 Des meubles à langer permettent d'effectuer les changes en position debout des enfants en acquisition de propreté et qui portent des couches culottes : cela permet aux agents de ne pas avoir à se baisser puisque l'enfant est à leur hauteur.



❖ Change debout pour les enfants en âge de marcher

Pour les enfants qui savent se mettre debout et marcher, une table d'habillage peut être un nouveau meuble de change adéquat.

La position debout est plus **naturelle** que la position couchée. L'intérêt du change debout est de **rendre l'enfant acteur de son propre développement**.

Cf. Article "Change-moi debout !" – EJE Journal n°48.

Equipée de rebords comme la table de change, elle est néanmoins plus basse et munie d'un petit escalier.

L'adulte est assis sur un siège en face de l'enfant afin d'être à la même hauteur que lui.

L'enfant se tient debout en s'accrochant au rebord, et peut aisément se pencher ou lever une jambe à la demande de l'adulte pour participer à son change.

Il peut également s'y asseoir pour s'habiller avec l'aide de l'adulte.



Un tapis de sol ainsi qu'un tabouret sur lequel on pose la couche puis on installe l'enfant dessus permettrait aux agents d'être installés sur un tabouret ou un siège adapté pour effectuer certains changes debout en l'absence de matériel adapté.

❖ Vestiaire change debout

Pour protéger le dos des professionnelles.

Le change debout est idéal pour changer les enfants à hauteur d'adulte.



La salle de change devrait idéalement être conçue près de la salle d'activités pour pouvoir effectuer la surveillance du reste du groupe lors de la réalisation des changes.

L'accès au matériel (couches, savons,..): Pour permettre une prise aisée des différents éléments nécessaires à la toilette de l'enfant, il convient d'aménager leur rangement au plus près des tables de change.

Il doit être facile pour ne pas avoir à tendre les bras en hauteur et se mettre sur la pointe des pieds.

2.3.2 LES REPAS

Activités importantes dans la vie de la crèche, les repas doivent se réaliser dans des conditions optimales tant pour les adultes que pour les enfants.

2.3.2.1 Repas au biberon

Etant donné la durée que peut prendre cette activité (travail musculaire statique et sollicitations lombaires), l'utilisation d'un siège confortable est indispensable.

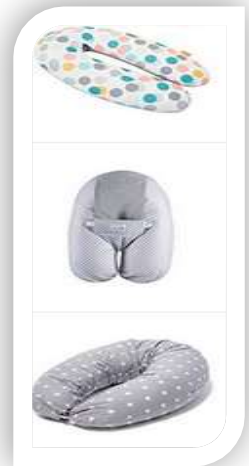
des fauteuils d'allaitement en nombre suffisant pour l'ensemble des agents affectés à cette activité sont indispensables. privilégier des fauteuils avec roulettes pour un déplacement facile, repose pieds et tablettes positionnables à droite ou à gauche.

des coussins d'allaitement sont également recommandés (à utiliser en fonction des besoins).





Il existe des coussins d'allaitement de toutes les tailles ; ils sont lavables.



2.3.2.2 Repas des enfants à table

Afin de réduire les sollicitations lombaires (flexions du tronc vers l'avant) et les postures inconfortables (positions assises à même le sol, ou dos en appui contre un mur), plusieurs alternatives existent :

Mettre un bavoir et privilégier bavoirs à pression ou à scratch

Des tables en forme d'arc de cercle permettent à l'agent de se placer avec un siège à roulettes dans la partie incurvée et de s'occuper d'un maximum d'enfants.

Utiliser des chaises permettant à l'enfant de s'asseoir à une table d'adulte tout en restant adaptées à la taille de l'enfant.

Utiliser un « podium », sécurisé par une balustrade et muni d'une marche, permettant à la fois aux enfants de s'asseoir facilement et aux agents d'utiliser une chaise à roulettes réglable en hauteur ou encore de se tenir debout.



Les chaises hautes évolutives

Elles sont conçues pour les bébés en adaptant un siège avec harnais ; pour les plus grands, elles permettent aux enfants de monter seuls dès qu'ils en sont capables et s'encastrent dans les tables à hauteur des adultes.



Cette chaise grandit avec l'enfant ; l'assise et le repose pieds sont facilement ajustables en hauteur et en profondeur.

Pour les activités de type dessin ou peinture, ces chaises peuvent également être utilisées avec des tables à hauteur d'adultes afin de réduire les sollicitations lombaires des adultes.

2.3.3 DORTOIRS

2.3.3.1 Choix des lits pour les bébés

Choisir des lits bébés réglables en hauteur, avec des barrières qui descendent et se déverrouillent facilement, des lits enfants légers et faciles à ranger.

2.3.3.2 Choix des lits pour les enfants ayant une autonomie motrice

Lits au ras du sol pour les plus grands pour qu'ils puissent se coucher seuls.

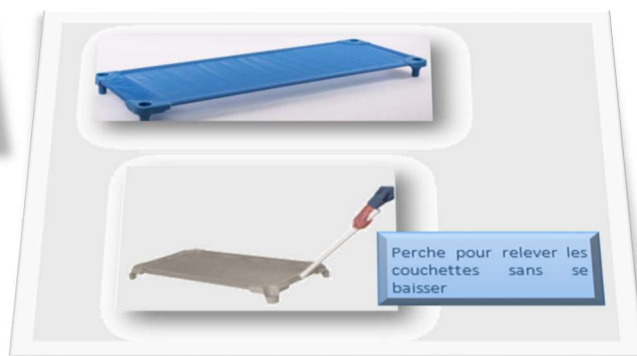
Afin de réduire les sollicitations lombaires, il conviendrait de disposer de lits avec des matelas et support en plastique facilement déplaçables et nettoyables.

- **Un fauteuil confortable pour la surveillance et l'accompagnement à l'endormissement**
- Des hublots à hauteur des yeux pour faciliter la surveillance
- Prévoir un espace de linge à proximité du lit pour pouvoir enfiler et fermer la barboteuse de l'enfant avant sa mise au lit
- Rechercher systématiquement la participation de l'enfant



En ce qui concerne l'aménagement, l'application de quelques règles facilite le travail.

La disposition des couchettes doit permettre l'accès à un côté complet de chacune d'elles pour éviter le travail en TORSION (laisser un espace de circulation suffisant entre les rangées de couchettes).

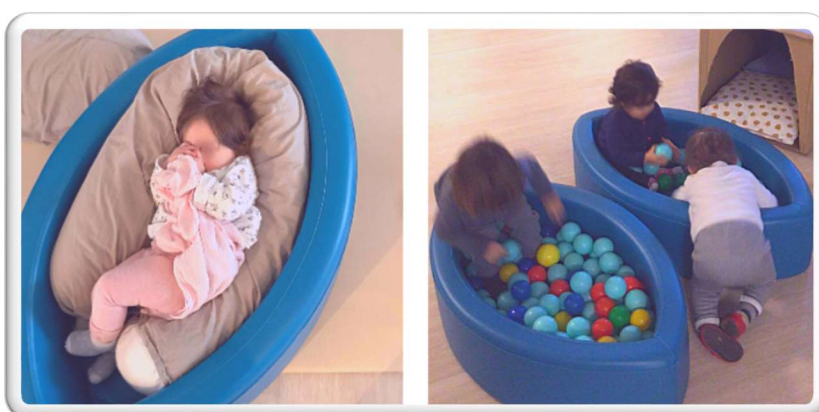


❖ Des alternatives de lits

Pourraient faciliter l'endormissement des petits (qui ont besoin d'être rassurés), en dehors des dortoirs.

Par exemple, cocon sécurisé dans lequel les enfants peuvent se retirer (coin douillet) pour dormir ou se reposer. **ILS SONT UNE alternative aux lits à barreaux ET AUX couchettes.** **Facilement transportables**, ils permettent aux enfants d'avoir un **endroit réconfortant** où trouver le sommeil, peu importe la pièce dans laquelle ils se trouvent.

Ils sont également **modulables en espace de jeux** pour les enfants un peu plus grands qui sauront les adapter en **module de motricité**, ou en **grand contenant propice aux transvasements**.



❖ Pour le repos des plus grands, matelas valise repliable

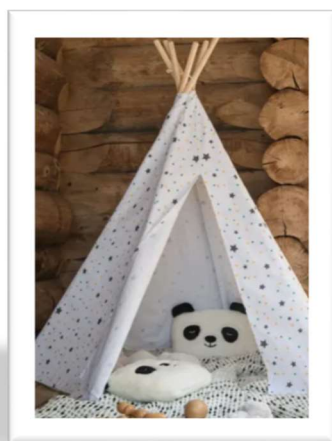
Compact, léger et facile à déplacer grâce à sa poignée de transport.

Couchage repliable et empilable. Les portes, une fois dépliées, permettent d'isoler et de créer une intimité pour le repos.



❖ Pour les bébés: tentes tipi ou bien ciels de lit avec des tapis et coussins confortables.

↳ Permettraient de délimiter des espaces dans la salle de vie pour la sieste des bébés



2.3.4 JEUX / HABILLAGE-DESHABILLAGE / SOINS DIVERS

Habiller/déshabiller un enfant ➔ dans la mesure du possible, privilégier les vêtements avec des boutons-pression (informer les parents) –

Mettre les chaussons ➔ des chaussons avec ouverture/fermeture à scratch sont à privilégier

- Limiter les risques liés à la position assise à même le sol

Un gros pouf permet de créer un siège d'adulte qui peut être utilisé contre un mur ou permet d'adopter une position semi-allongée dans laquelle la colonne vertébrale est bien soutenue du bassin à la nuque.

Point positif: pas besoin de les ranger, ils sont sans risque pour les enfants.



- Solliciter la collaboration des enfants pour réduire les contraintes

Une perche peut également être utile pour rassembler les jouets et éviter de trop solliciter le dos.

2.4 LA LINGERIE

Réhausser la machine à laver et acquérir des corbeilles à linge sur roulettes pour éviter les contraintes lombaires.



Chariot porte-sacs avec compartiments permettant de trier le linge et faciliter son transport. Un chariot à linge à niveau constant permet également de réduire les contraintes posturales.

2.5 REDUCTION DES NIVEAUX SONORES

Le bruit fait partie intégrante de l'environnement des professionnels de la petite enfance.

Pour prévenir le bruit, des solutions telles que la diminution du nombre d'enfants par local, le choix d'activités et de jouets moins bruyants peut s'avérer utile mais loin d'être suffisant.

C'est pourquoi, pour réduire de manière significative le niveau sonore, il serait intéressant d'effectuer un traitement acoustique des locaux avec des matériaux absorbants (traitement du plafond et des murs).

Bien que ce type de matériel requiert un investissement financier, il permettrait de répondre à plusieurs contraintes.

D'un point de vue auditif, il apporterait plus de confort et pourrait ainsi réduire la fatigue et les maux de tête souvent présents en fin de journée.

De plus, sachant que la concentration et l'attention sont des aspects importants dans ce métier, travailler sur la réduction du volume sonore, pourrait également diminuer l'effort mis en place par les agents pour se concentrer notamment lorsqu'ils surveillent les enfants et rédigent en même temps des informations les concernant dans les fiches de transmissions.



Mobiles absorbants pour plafond



Panneaux / dalles

acoustiques

Il existe également des patins de chaise anti bruit avec un revêtement en feutre de laine.



2.6 LIENS UTILES

- ⇒ <https://www.ameli.fr/entreprise/sante-travail/votre-secteur/aide-soins-personne/petite-enfance> : outils en ligne gratuits pour évaluer les risques professionnels dans le secteur de la petite enfance et apport de nombreux conseils
- ⇒ Guide de bonnes pratiques dans les crèches – Aspects de sécurité et de santé au travail
Service de santé au travail multisectoriel www.prevendos.lu/wp-content/

- ⇒ Prévention des maux de dos dans le secteur de la petite enfance www.dosetpetitenfance.fr/publications
- ⇒ <https://habapro.fr/guides/creche/amenagement/>: guides pour aménager une crèche
- ⇒ Risques professionnels et qualité de vie au travail dans les crèches : les pratiques de prévention - ARACT Aquitaine www.cpnef.com