



## Soulèvements et transferts – principes généraux

### Objectif

Les élèves recevront l'aide nécessaire pour changer de position, tout en assurant leur confort et leur fonctionnement tout au long de la journée. Les techniques utilisées permettront de tirer le maximum des capacités de chaque élève, sans poser de risque pour l'élève ou pour les personnes qui l'aident.

### Points clés

- Les transferts et les soulèvements (ou levages) se font d'un éventail de façons, dont les suivantes :

Soulèvements à 1 personne

Soulèvements à 2 personnes

Soulèvements avec dispositifs mécaniques

Transferts supervisés ou avec aide minimale

Transferts debout à pivot

Transferts latéraux

- Tenez compte des capacités de l'élève, de vos propres capacités, et de l'environnement.
- Renseignez-vous sur les principes d'une bonne mécanique du mouvement.

#### Principes de la mécanique du mouvement

- Plantez vos pieds fermement sur le sol
- Pliez les genoux au lieu de forcer avec le dos
- Servez-vous des muscles forts de vos jambes
- Placez-vous près de l'élève
- Déplacez vos pieds au lieu de faire pivoter votre torse
- Gardez le dos droit
- Expirez avant de commencer le soulèvement

### Étapes à suivre

- Planifiez le transfert ou le soulèvement avant de commencer.
- Préparez l'environnement et le matériel requis, ainsi que vous-même et la personne qui vous aide (le cas échéant)
- Surveillez continuellement le visage de l'élève pour déceler tout signe de détresse.
- Gardez la ceinture abdominale de l'élève attachée jusqu'à ce que la préparation soit terminée et que vous vous apprêtiez à commencer le transfert ou le soulèvement.
- Communiquez avec l'élève et la personne qui vous aide avant, pendant et après le transfert ou le soulèvement.
- Appliquez les principes de la mécanique du mouvement. Les stress physiques répétés risquent de causer une blessure.



- Assurez-vous que l'élève est bien placé, que les ceintures de positionnement et les supports sont en place et que l'élève est à l'aise.

Les recommandations ci-dessus sont d'ordre général et visent à promouvoir la sécurité lors des soulèvements et des transferts. Ces suggestions ne sont pas individualisées. Si vous avez des questions ou si vous constatez des changements dans les capacités de l'élève, dans vos besoins ou dans l'environnement qui pourraient avoir un impact sur la sécurité de l'élève ou la vôtre, demandez conseil à votre ergothérapeute ou physiothérapeute.