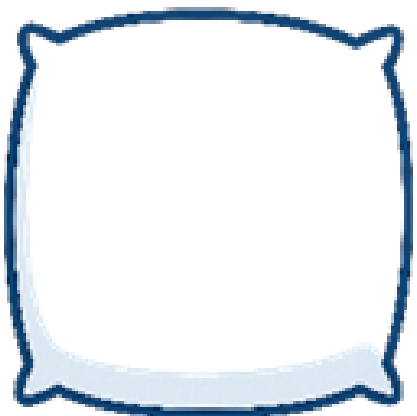


Les outils pour positionner l'enfant



Coussins

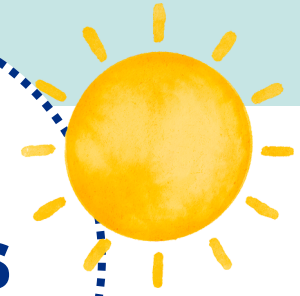


Serviettes en rouleau



Fauteuil poire ou *bean bag*

Jour :
Toutes
les 2h

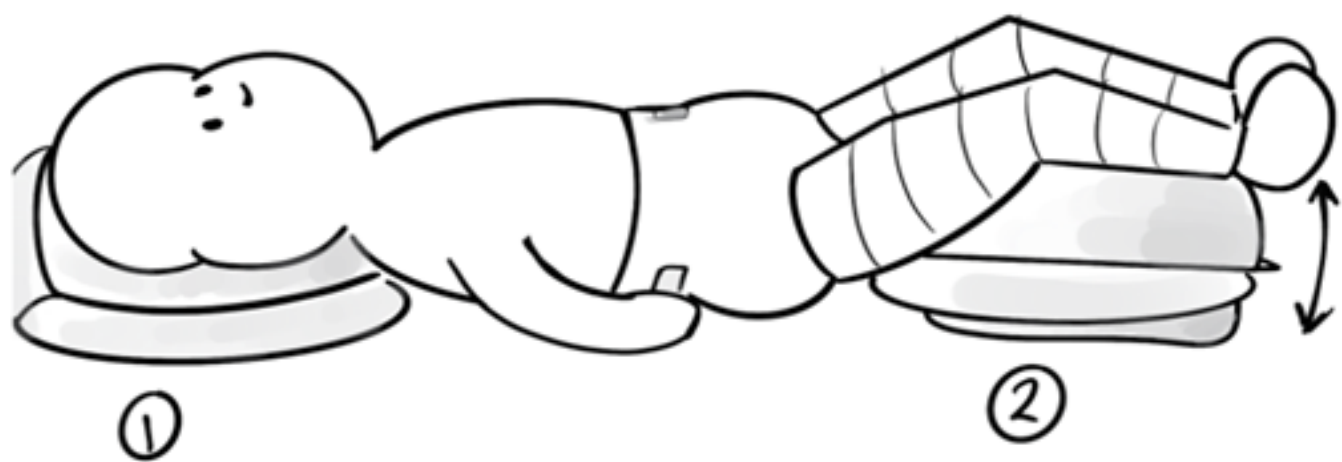


Il faut changer de position

Nuit :
Toutes
les 3-4h



Positionnement sur le dos



Placez 1 oreiller derrière la tête, le cou et 2 sous les mollets.

Rien ne doit être sous les talons.

Positionnement sur le ventre

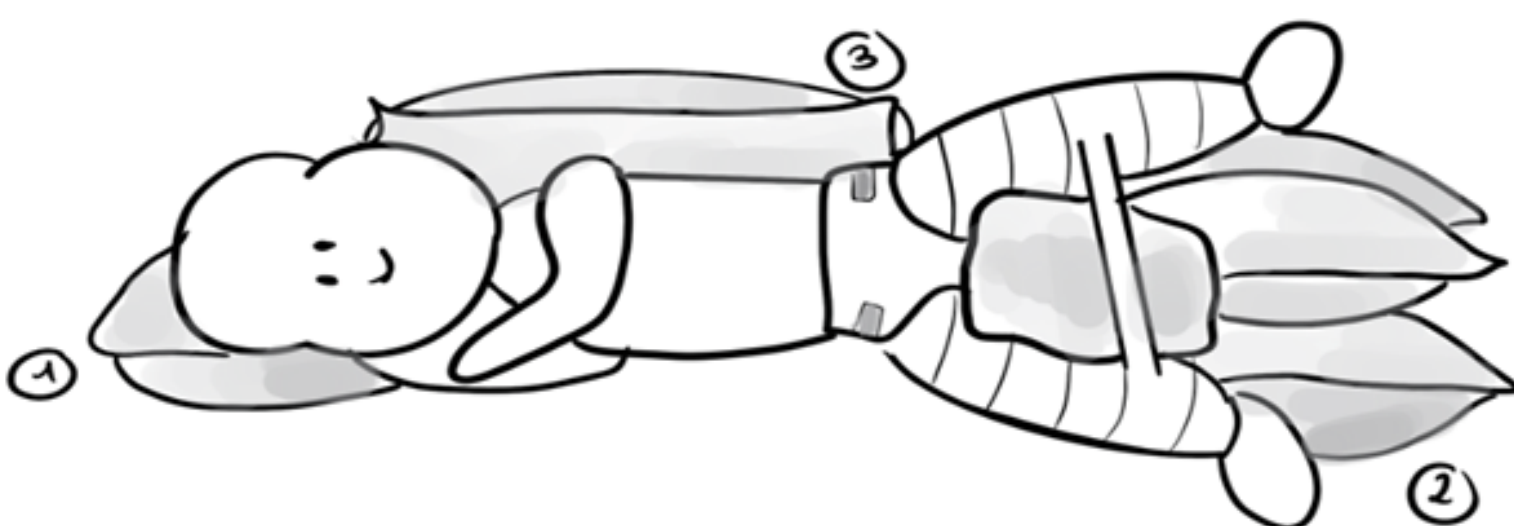


Placez 1 oreiller sous le ventre. Placez au besoin 2 petits coussins sous la cheville de la jambe plâtrée pour éviter que les orteils touchent à la surface.

S'assurer que l'enfant respire bien.

Ne jamais laisser l'enfant seul sur le ventre.

Positionnement sur le côté



Placez 1 oreiller sous la tête, 1 derrière le dos et 1 entre les jambes. Les oreillers doivent être placés de façon à éviter que l'enfant se tourne sur le dos.

Allaitement avec un plâtre spica

Si vous allaitez, vous pouvez :

- Tenter différentes positions.
- Trouver la plus confortable pour vous et votre enfant.
- Faire appel à une conseillère en lactation ou ergothérapeute au besoin.
- Placer des coussins entre vos cuisses et le plâtre, et autour de vous (dans le dos, sous la tête, etc...) pour plus de confort.

couché sur le côté face à maman



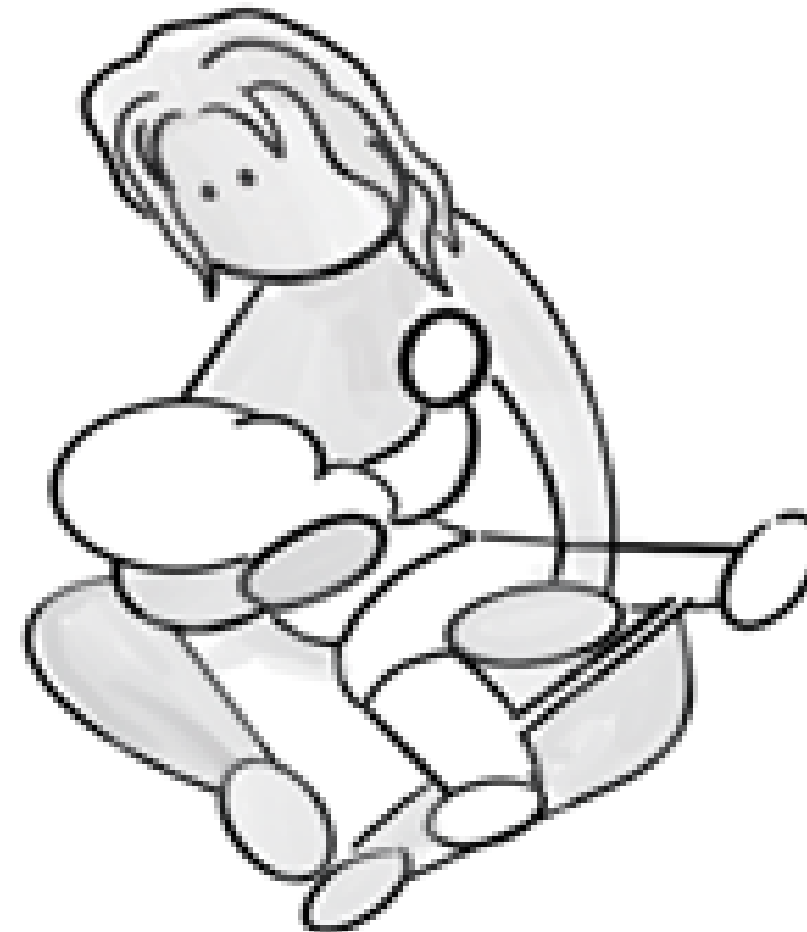
Assis sur les cuisses



couché sur la poitrine



Madone

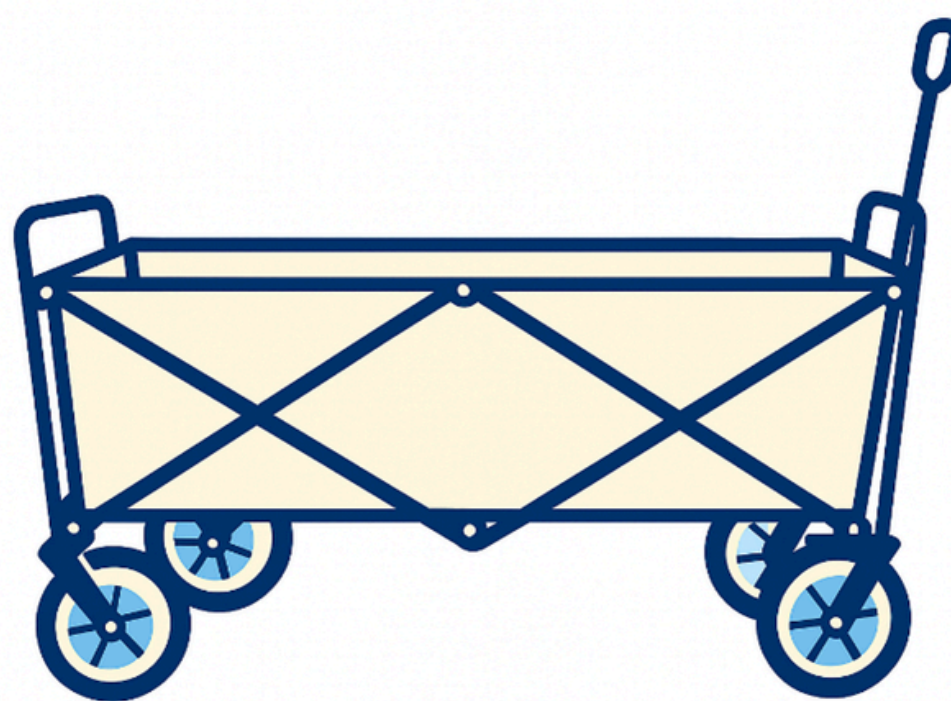


Déplacer son enfant avec un plâtre spica

Avec les recommandations de votre ergothérapeute, pour un maximum de 90 minutes vous pouvez déplacer l'enfant à l'aide :

- D'une poussette.
- D'un fauteuil roulant adapté.
- D'un charriot à 4 roues en ajoutant des oreillers.
- D'une large planche à roulettes, pour un enfant plus vieux, en étant sur le ventre.

Votre enfant doit porter la ceinture de sécurité comme à l'habitude, car il pourrait se blesser.



charriot à 4 roues

Prendre son enfant avec un plâtre spica

Il faut :

- Mettre votre enfant sur le dos près de vous.
- Vous pencher vers l'avant le dos droit et les genoux pliés.
- Approcher votre corps le plus près possible de votre enfant.
- Placer une main sous les épaules, au niveau de l'aisselle et une autre entre les jambes en saisissant le plâtre.
- Demander à votre enfant de vous tenir par le cou ou les épaules.
- Transférer votre enfant en le gardant le plus près possible de vous pour qu'il se sente plus en sécurité.
- Garder préférentiellement l'enfant à l'horizontale lors des transferts.

Il faut éviter :

- D'utiliser la barre horizontale pour soutenir l'enfant lors des transferts.
- De prendre votre enfant seulement sous les aisselles sans soutenir le plâtre.
- Que votre enfant mette du poids sur ses jambes selon les recommandations de votre orthopédiste.

Idées d'activités à faire avec son enfant porteur de plâtre spica

Il faut que votre enfant soit dans la même pièce que le reste de sa famille en tout temps.

Pour que votre enfant continue à avoir des contacts sociaux et pour éviter l'ennui, vous pouvez :

- Inviter des amis ou de la famille.
- L'impliquer dans les activités familiales.
- Faire des sorties avec votre enfant lorsque possible

ASSIS

Art et bricolage : Dessin, peinture, coloriage et collage.

Lecture et écriture : Livres, magazines, journaux, écriture de contes ou journal intime.

Musique et danse : Écouter de la musique, jouer d'un instrument et danse assise.

Jeux de société : Cartes, échec, dames, casse-têtes.

sur le ventre

Jeux de construction : Blocs de construction et casse-têtes au sol.

Jeux de rôle : Jouer avec des figurines, peluches ou marionnettes.

Activités sensorielles : Sable kinétique, pâte à modeler et jeux de texture.

sur le dos

Projections et vidéos : Regarder des films, dessins animés et vidéos éducatives.

Relaxation et médiation : Écouter des histoires, des sons apaisants ou des exercices de respiration.

Jeux interactifs : Jeux de lumière, ombres chinoises et attrapper des bulles de savon.

ASSIS et sur le ventre

Création numérique : animation photo, montage vidéo et dessin numérique.

Jeux éducatifs : Applications éducatives, jeux de mémoire et quiz interactifs.

Activités manuelles : Cuisiner (ne pas salir le plâtre) et bricolage simple.

Activités à l'extérieures (avec assistance)

Promenades : En poussette ou en fauteuil roulant.

Jeux en plein air : Jeux de quilles et chasse au trésor

Observation de la nature : Regarder les oiseaux, les insectes et les plantes.