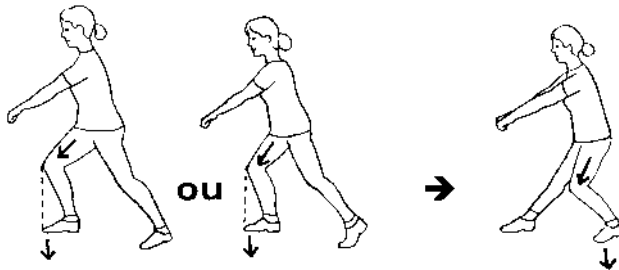


Deux façons de déplacer un bénéficiaire

> Décider comment déplacer un bénéficiaire et obtenir sa collaboration, voilà un bon début ! Il reste alors au soignant à bien effectuer les mouvements. Parmi les méthodes de déplacement les plus utilisées, voici le transfert de poids avant-arrière et le transfert de poids avant-arrière avec contrepois sur une jambe.



LE TRANSFERT DE POIDS AVANT-ARRIÈRE

Position de départ

- > Pour générer une bonne impulsion au mouvement, fléchir le genou de la jambe de départ assez pour cacher le pied ;
- > la majorité du poids du corps se retrouve sur le pied avant ;
- > le genou arrière est fléchi ou relâché ;
- > le pied arrière peut se placer de deux façons : à plat au sol ou sur la pointe.

Position à la fin

- > Le genou arrière est fléchi ;
- > le pied de réception (celui qui reçoit le poids du soignant à l'arrivée) est à plat au sol ;

- > la majorité du poids du corps se retrouve sur le pied arrière ;
- > ensuite, le soignant se redresse pour rétablir l'équilibre.

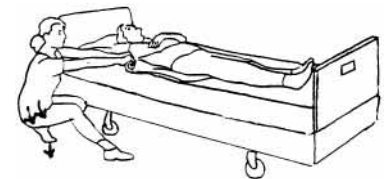
Position des pieds

- > Le pied avant du soignant est droit dans le sens du mouvement, son genou est fléchi ;
- > le pied arrière est en diagonale et écarté d'au moins la largeur d'un talon (donc pas vis-à-vis) pour limiter la torsion du bassin.



TRANSFERT DE POIDS AVANT-ARRIÈRE AVEC CONTREPOIS SUR UNE JAMBE

Au besoin, si le bénéficiaire ne bouge pas, les soignants (ou un seul) peuvent effectuer un contrepois en descendant leur poids sur la jambe arrière, ce qui donne plus de puissance au mouvement.



Les informations présentées ici sont extraites et adaptées du document suivant : ASSTSAS. Cahier du participant PDSB (Principes pour le déplacement sécuritaire des bénéficiaires), 1999, 110 pages.

Vous pouvez reproduire, sans autorisation, les textes de cette chronique dans vos publications, en mentionnant la source : *Objectif prévention*, vol. 25, n° 2. Vos commentaires et suggestions sont les bienvenus pour améliorer cette chronique.