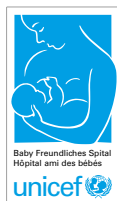




Physiotherapie / Physiothérapie

Anleitung zum Handling von Säuglingen Comment tenir et porter votre bébé



Spitalzentrum
Centre hospitalier
Biel-Bienne



Liebe Eltern

Das Handling beschreibt den alltäglichen Umgang mit Ihrem Säugling. Ob Tragen, Wickeln oder Ablegen: Durch gezielte Griffe können Sie Ihrem Baby Sicherheit vermitteln und seine Entwicklung fördern. Wichtig ist, dass Sie Ihr Kind langsam bewegen. Es soll immer Kontakt zu einer Unterstützungsfläche behalten.

Bei Fragen oder Unsicherheiten stehen Ihnen die Physiotherapeutinnen oder Pflegefachpersonen des Spitalzentrums Biel gerne zur Verfügung.

*Ihr Kinderphysiotherapie-
Team*

Chers parents

Le handling désigne la façon de porter, de changer ou de poser sur le sol un nourrisson: avec des gestes ciblés, vous pouvez procurer un sentiment de sécurité à votre bébé et le faire progresser dans son développement. Il est important que vous déplaciez votre enfant lentement. Il faut toujours le maintenir en contact avec une surface d'appui.

En cas de questions ou d'incertitudes, les physiothérapeutes ou le personnel soignant du Centre hospitalier Bienne se tiennent volontiers à votre disposition.

*Votre équipe de physiothérapie
pédiatrique*



Couché sur le dos avec un coussin

Formez un fer à cheval avec un coussin ou une grande serviette de bain. Placez un drap sur le coussin pour le maintenir en place. Le coussin doit arriver à hauteur des épaules de l'enfant, sa tête restant libre.

Rückenlage mit Kissen

Formen Sie mit einem Kissen oder einem grossen Badetuch ein Hufeisen. Legen Sie ein Laken über das Kissen, um es zu fixieren. Das Kissen reicht bis auf Schulterhöhe des Kindes, der Kopf bleibt frei.



Variante Rückenlage im Nestlein

Tagsüber können Sie Ihr Kind im Nest auf den Rücken positionieren. Bilden Sie dazu mit dem Stillkissen oder einer Wolldecke ein Nest. Spannen Sie ein Tuch über das Nest, um es zu stabilisieren.

Zum Schlafen in der Nacht gelten die Empfehlungen, um das Risiko für plötzlichen Kindstod (SIDS) zu minimieren. Den QR-Code dazu finden Sie am Ende der Broschüre.

Variante couché sur le dos dans le petit nid

Pendant la journée, vous pouvez positionner votre enfant sur le dos dans le nid. Formez un nid avec le coussin d'allaitement ou une couverture en laine. Tendez un tissu sur le nid pour le stabiliser.

Pour dormir la nuit, les recommandations pour minimiser le risque de mort subite du nourrisson (SIDS) s'appliquent. Vous trouverez le code QR correspondant à la fin de la brochure.

Bauchlage

Legen Sie Ihr Kind mehrmals am Tag auf den Bauch. Sie können es auf ein Stillkissen oder einen Ordner legen. Sie können Ihr Kind auch auf eine flache Unterlage legen. Helfen Sie ihm, sich auf die Unterarme zu stützen, und suchen sie den Blickkontakt von unten. Ihr Kind darf tagsüber auch auf dem Bauch schlafen, sofern die Betreuungsperson wach ist.



Rückenlage auf Schoß mit Blickkontakt

Setzen Sie sich vor einer Wand auf den Boden, beugen Sie Ihre Knie und legen Sie Ihr Kind auf die Oberschenkel. Bringen Sie sich in eine angenehme Position und suchen Sie den Blickkontakt mit dem Kind.

Couché sur le dos sur les genoux de l'adulte avec contact visuel

Asseyez-vous par terre contre un mur, pliez les genoux et posez votre enfant sur vos cuisses. Mettez-vous dans une position agréable et cherchez le contact visuel avec l'enfant.





Couché sur le ventre

Couchez votre enfant sur le ventre plusieurs fois par jour. Vous pouvez le poser sur un coussin d'allaitement ou un classeur. Vous pouvez également placer votre enfant sur un support plat. Aidez-le à s'appuyer sur ses avant-bras et cherchez le contact visuel par en dessous. Pendant la journée, votre enfant peut aussi dormir sur le ventre, à condition que la personne qui s'en occupe soit éveillée.

Bauchlage auf Schoss

Legen Sie Ihr Kind quer über Ihre Beine. Das Bein auf der Seite des Kopfes des Kindes ist erhöht. Mit Ihrer offenen Hand können Sie die Auflagefläche für die Arme des Kindes vergrößern.

Couché sur le ventre sur les genoux de l'adulte

Asseyez-vous et placez votre enfant en travers de vos cuisses. La jambe du côté de la tête de l'enfant est légèrement surélevée. Avec votre main ouverte, vous pouvez augmenter la surface d'appui pour les bras de l'enfant.



Seitenlage

Legen Sie Ihr Kind in Seitenlage und sichern Sie es mit dem Stillkissen oder einem grossen Badetuch gegen die Wand. Spielsachen gehören auf Höhe des Nabels, damit das Kind in Richtung seiner Hände schaut.

Sur le côté

Placez votre enfant en position latérale et sécurisez-le contre le mur à l'aide du coussin d'allaitement ou d'une grande serviette de bain. Les jouets doivent être placés à hauteur du nombril, afin que l'enfant regarde en direction de ses mains.



Seitenlage im Nestlein

Im Nestlein sind verschiedene Neigungswinkel möglich, Sie können die Positionen variieren.

Position latérale dans le petit nid

Dans le petit nid, différents angles d'inclinaison sont possibles, vous pouvez varier les positions.



Seitenlage im Kinderwagen

Legen Sie Ihr Kind auf die Seite und stützen Sie es mit einem Tuch.

Position latérale dans la poussette

Couchez votre enfant sur le côté et soutenez-le avec un linge.



Halbseitenlage

Für die Halbseitenlage lehnen Sie Ihr Kind leicht nach hinten gegen das Tuch. Beide Arme sind idealerweise vor dem Körper, damit sich die Hände berühren können.

Position semi-latérale

Pour la position semi-latérale, inclinez votre enfant légèrement vers l'arrière contre le linge. Les deux bras sont idéalement en avant afin que les mains puissent se toucher.



Changer les couches

Tournez l'enfant sur le support sans le décoller de la surface d'appui. Entourez sa jambe supérieure avec votre main. Effectuez les mouvements lentement afin que l'enfant puisse réagir et bouger avec vous.

Habiller / déshabiller l'enfant sur le dos

Passez les vêtements de l'enfant par-dessus la tête, de l'arrière vers l'avant. Lorsque vous enfilez ou retirez les manches, les bras restent toujours tendus vers l'avant.

Wickeln

Drehen Sie das Kind auf der Unterlage, ohne es abzuheben. Umschliessen Sie dabei mit Ihrer Hand das obere Bein. Führen Sie die Bewegungen langsam aus, damit das Kind darauf reagieren und sich mitbewegen kann.

Anziehen / Ausziehen in Rückenlage

Ziehen Sie dem Kind die Kleider von hinten nach vorne über den Kopf, beim An- und Ausziehen der Ärmel bleiben die Arme immer nach vorne gestreckt.





Pucken

Mit einer dehnbaren Decke wird das Kind von den Schultern bis zu den Füßen so eingewickelt, dass die Arme eng am Körper anliegen. Damit werden die Bewegungen eingeschränkt, und das Kind erfährt eine angenehme und beruhigende Begrenzung.



Emmaillotage

Avec un linge souple, l'enfant est enveloppé des épaules aux pieds de manière à ce que les bras soient bien collés au corps. Les mouvements du bébé sont ainsi limités, ce qui lui procure une sensation agréable et rassurante.

Drehen von Rücken- in Seitenlage

Bei der Körperpflege oder beim Anziehen das Kind zwischen den Beinen stützen und auf die Seite drehen. Führen Sie die Bewegungen langsam aus, damit das Kind darauf reagieren und mitbewegen kann.

Drehen auf den Bauch

Rollen Sie das Kind über die Seite und weiter auf den Bauch – mit dem Becken auf der Unterlage. Leichter Zug am Becken kann den Druck auf den unteren Arm lösen.

Drehen auf den Rücken

Rollen Sie das Kind auf die Seite, unterstützen Sie die untere Schulter und drehen Sie das Kind mit dem Becken auf der Unterlage zurück auf den Rücken.



Tourner du dos sur le côté

Lors de la toilette ou de l'habillage, soutenir l'enfant (en position sur le dos) entre les jambes et le tourner sur le côté. Effectuez les mouvements lentement afin que l'enfant puisse réagir et bouger avec vous.

Tourner sur le ventre

Faites rouler l'enfant sur le côté et continuez en le mettant sur le ventre – avec le bassin sur la surface. Une légère traction sur le bassin peut soulager la pression sur le bras inférieur.

Tourner sur le dos

Faites rouler l'enfant sur le côté, soutenez l'épaule inférieure et faites tourner l'enfant sur le dos, le bassin sur le support.



Baden

Das Kind berührt mit dem Gesäss den Wannenboden und mit der Körperseite den Wannenrand. Lenken Sie den Blick des Kindes auf das Wasser.

Bain

L'enfant touche le fond de la baignoire avec ses fesses et le bord de la baignoire avec le côté du corps.



Tragen

Wechseln Sie regelmässig zwischen den verschiedenen Tragemöglichkeiten: Tragen in Rückenlage, Tragen mit schrägem Griff, Tragen in Bauchlage, Tragen über die Schulter.

Porter

Alternez régulièrement entre les différentes possibilités de portage: sur le dos, porter avec une prise inclinée, sur le ventre ou sur l'épaule.



Trinken / Stillen



Wir unterstützen das Stillen nach den Empfehlungen des babyfreundlichen Spitals. Sie möchten mehr darüber erfahren? Scannen Sie den QR-Code.

Boire / allaiter



Nous soutenons l'allaitement selon les recommandations de l'Hôpital ami des bébés. Souhaitez-vous en savoir plus? Scannez le code QR.

Plötzlicher Kindstod

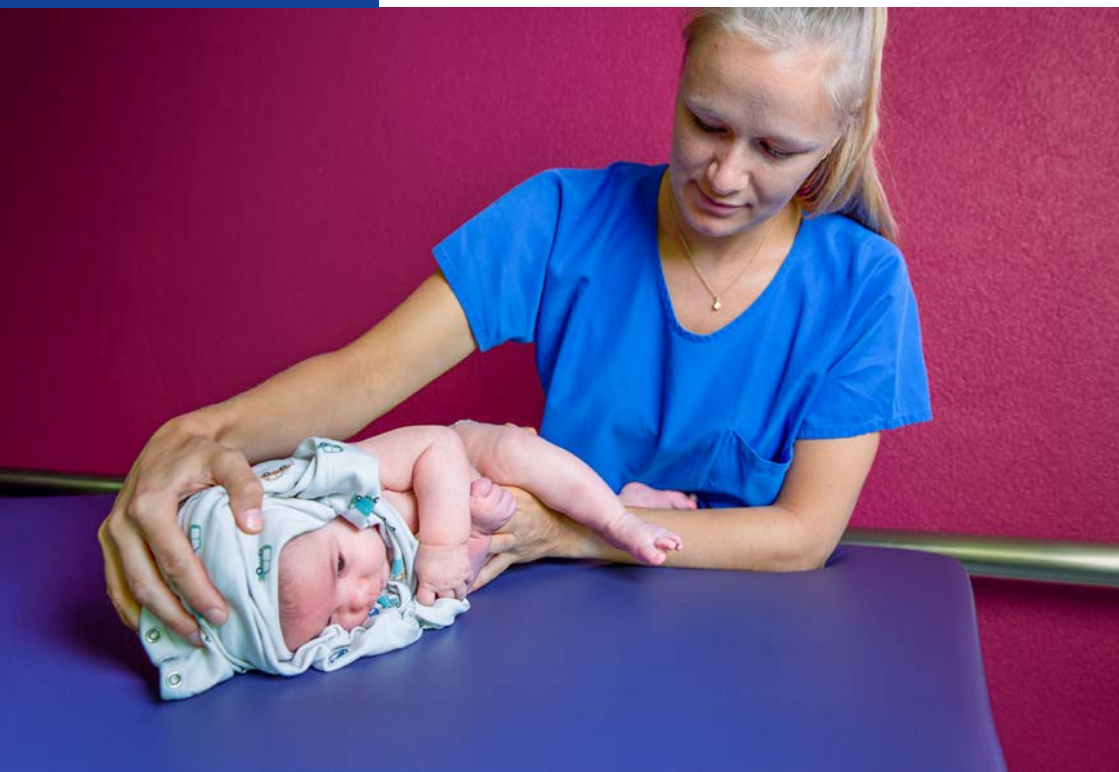


Tipps, um das Risiko für plötzlichen Kindstod zu minimieren.

Mort subite du nourrisson



Conseils pour minimiser le risque de mort subite du nourrisson.



Spitalzentrum Biel
Centre hospitalier Bienne
Physiotherapie/Physiothérapie
Vogelsang 84/Chante-merle 84
2501 Biel/Bienne

032 324 25 09
physiotherapie@szb-chb.ch

www.spitalzentrum-biel.ch
www.centre-hospitalier-bienne.ch

30002710 SZB220A 11 / 2025

