

### Qu'est-ce qu'une chaussette corporelle?

- Une chaussette corporelle est fabriquée en lycra extensible respirant.
- C'est un genre de sac avec une ouverture pour la tête, dans lequel peut s'envelopper un enfant.
- Le tissu extensible procure une pression profonde à l'enfant pendant qu'il bouge afin de le calmer.



### À quel type d'élève une chaussette corporelle profiterait-elle?

- Les élèves actifs ayant un besoin sensoriel de pression profonde et de mouvement (p. ex. se bercer, sauter sur un fauteuil ou tomber intentionnellement).

### Quels sont les avantages d'utiliser une chaussette corporelle?

- Réduit l'agitation.
- Augmente la concentration et l'attention.
- Favorise la prise de conscience du corps (sentir où est son corps dans l'espace).

### Pourquoi les chaussettes corporelles fonctionnent-elles?

- Les activités contre résistance ou de pression procurent au corps de l'élève une sensibilité profonde ou une pression profonde.
- Cette sensation peut avoir un effet apaisant sur le système nerveux d'un élève en raison des changements qu'elle déclenche dans la biochimie du corps.



### Comment et quand peut-on utiliser les chaussettes corporelles?

- Pour une sécurité optimale, l'élève devrait utiliser une chaussette corporelle sur une surface souple ou recouverte de tapis.
- Un matelas ou un tapis fournit à l'élève une limite définie, ce qui l'aidera à éviter de se cogner contre des objets.
- Les élèves utilisent souvent une chaussette corporelle juste avant une activité difficile, deux ou trois fois par jour, pendant un maximum de 10 minutes chaque fois.
- Les élèves doivent enlever leurs chaussures lorsqu'ils utilisent une chaussette corporelle.

### Précautions et risques :

- Il faut observer de près les élèves lorsqu'ils portent une chaussette corporelle.
- Si un élève se tient debout dans une chaussette corporelle, cela pourrait augmenter le risque qu'il tombe, car le tissu est glissant.
- Les élèves ont aussi un plus grand risque de tomber, car ils ne voient pas aussi bien lorsqu'ils portent une chaussette corporelle.
- Les élèves peuvent choisir de garder leur tête à l'intérieur ou à l'extérieur de la chaussette.

### Où acheter des chaussettes corporelles?

- Plusieurs entreprises canadiennes vendent des chaussettes corporelles.
- Il est essentiel d'acheter la taille qui convient à chaque élève.
- Demandez à votre thérapeute de vous donner plus de détails ou de vous en faire essayer.