

# HYGIÈNE SANTÉ *et* ENVIRONNEMENT EN JEUX



## DES MÊMES AUTEURS

Jeux d'eau - plaquette pédagogique .....	16 pages .....	1992
Le chercheur d'eau - plaquette pédagogique.....	24 pages .....	1993
Jeux d'air - plaquette pédagogique .....	16 pages .....	1995
Jeux de mer - plaquette pédagogique.....	24 pages .....	1996
Santé et environnement en jeux - plaquette pédagogique.....	20 pages .....	1999
Santé et habitat en jeux - plaquette pédagogique.....	16 pages .....	2002
Jeux de dengue - plaquette pédagogique.....	16 pages .....	2006
Le paludisme en jeux - plaquette pédagogique .....	16 pages .....	2008
Le lavage des mains en jeux – plaquette pédagogique.....	16 pages.....	2012
Hygiène, santé et environnement en jeux.....	20 pages .....	2014
On n'hérite pas la terre de ses ancêtres .....	affiche .....	1990
Ce n'est que lorsque le puits est à sec .....	affiche .....	1992
L'eau est un bien précieux .....	affiche .....	1992
Etudier l'eau c'est découvrir le monde .....	affiche .....	1994
Petits déchets à petits déchets .....	affiche .....	1994
Qualité de l'eau, où m'informer ? .....	affiche .....	1994
Et maintenant on se lave les mains .....	affiche .....	1995
L'ozone, pour en savoir plus .....	affiche .....	1996
L'ozone, pour en savoir plus .....	affiche .....	1997
A nous de choisir.....	affiche .....	1998
Contre la diarrhée .....	affiche .....	2005
Contre la diarrhée .....	affiche .....	2008

### **DIFFUSION DE LA PLAQUETTE :**

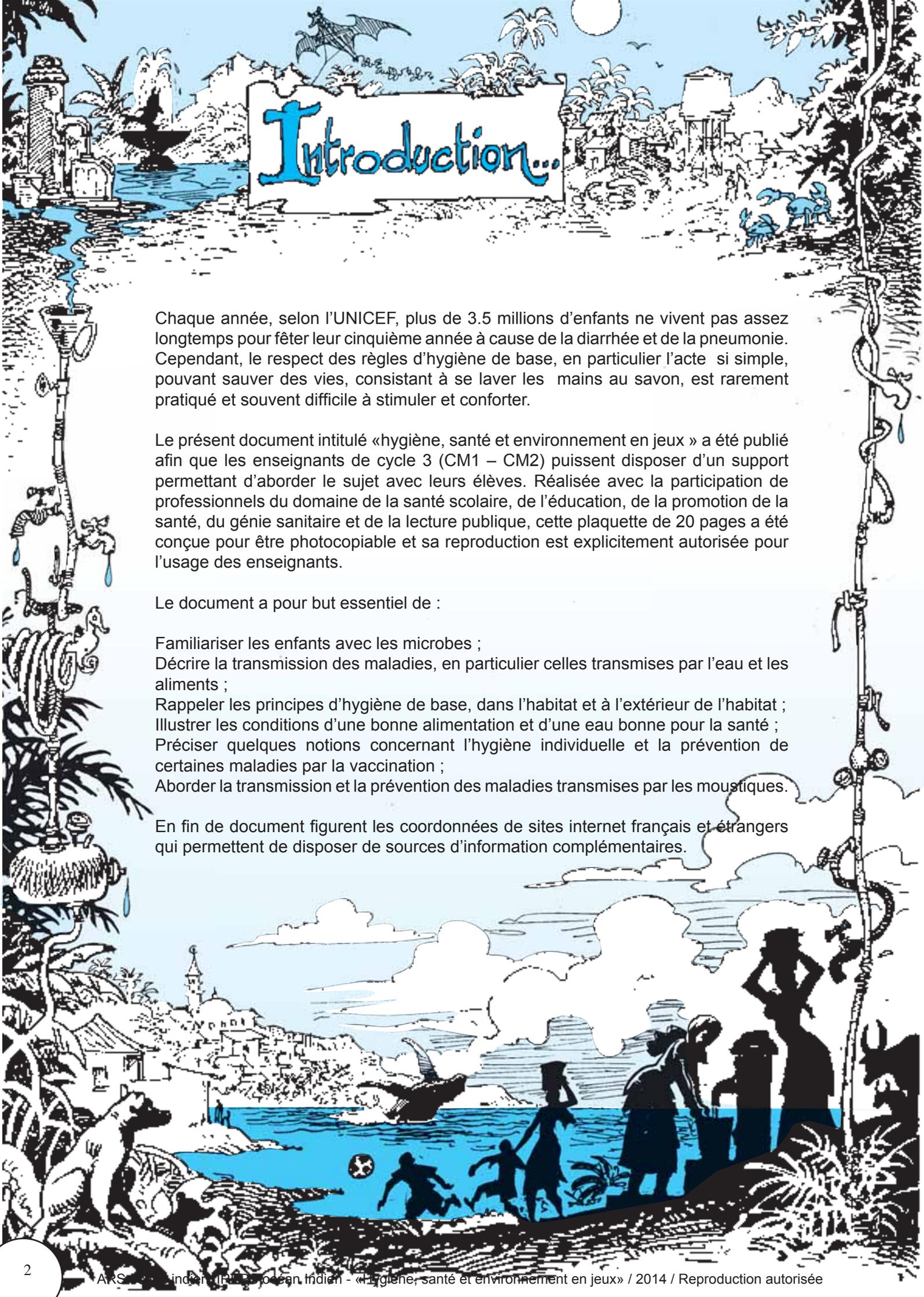
ARS Océan Indien – délégation de l'île de Mayotte  
IREPS Mayotte

# HYGIÈNE, SANTÉ et ENVIRONNEMENT en Jeux



**Conception :**  
François Mansotte

**Dessin & mise en page :**  
Mohamed Aouamri



# Introduction...

Chaque année, selon l'UNICEF, plus de 3.5 millions d'enfants ne vivent pas assez longtemps pour fêter leur cinquième année à cause de la diarrhée et de la pneumonie. Cependant, le respect des règles d'hygiène de base, en particulier l'acte si simple, pouvant sauver des vies, consistant à se laver les mains au savon, est rarement pratiqué et souvent difficile à stimuler et conforter.

Le présent document intitulé «hygiène, santé et environnement en jeux » a été publié afin que les enseignants de cycle 3 (CM1 – CM2) puissent disposer d'un support permettant d'aborder le sujet avec leurs élèves. Réalisée avec la participation de professionnels du domaine de la santé scolaire, de l'éducation, de la promotion de la santé, du génie sanitaire et de la lecture publique, cette plaquette de 20 pages a été conçue pour être photocopiable et sa reproduction est explicitement autorisée pour l'usage des enseignants.

Le document a pour but essentiel de :

- Familiariser les enfants avec les microbes ;
- Décrire la transmission des maladies, en particulier celles transmises par l'eau et les aliments ;
- Rappeler les principes d'hygiène de base, dans l'habitat et à l'extérieur de l'habitat ;
- Illustrer les conditions d'une bonne alimentation et d'une eau bonne pour la santé ;
- Préciser quelques notions concernant l'hygiène individuelle et la prévention de certaines maladies par la vaccination ;
- Aborder la transmission et la prévention des maladies transmises par les moustiques.

En fin de document figurent les coordonnées de sites internet français et étrangers qui permettent de disposer de sources d'information complémentaires.

# Quelques caractéristiques des microbes et conseils.

Coche la bonne réponse.

QUEL EST LE NOMBRE DE PERSONNES QUI MEURENT DE LA DIARRHÉE PAR AN AU MONDE ?

10.000 PERSONNES

100.000 PERSONNES.

3,5 MILLIONS DE PERSONNES

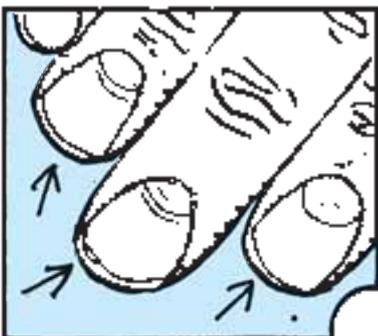
DANS QUELS MILIEUX SE TROUVENT LES MICROBES LES PLUS DANGEREUX POUR TA SANTÉ..?



Dans les déjections humaines ou animales.



Eternuements.



Sous les ongles.

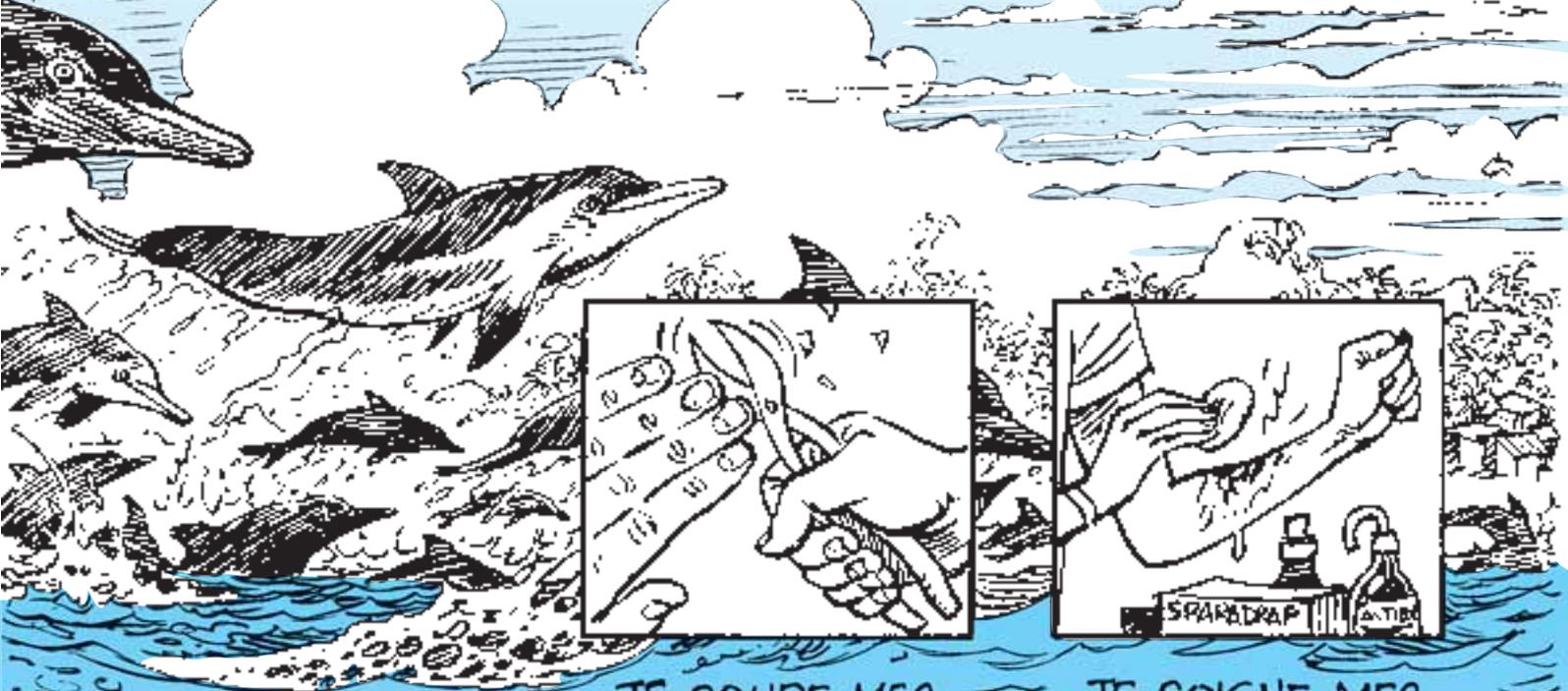


Dans la terre.





# Qu'est-ce qui est bon pour ta santé (Trouve l'intrus!)



JE COUPE MES ONGLES COURTS.



JE SOIGNE MES PLAIES.



JE FAIS ATTENTION A MES BOBOS.



JE MANGE PAR TERRE.



JE PRENDS BIEN MES MEDICAMENTS.



JE ME LAVE LES MAINS AVANT DE MANGER.



JE NE MARCHÉ PAS LES PIEDS NUS.



JE ME LAVE LES MAINS EN SORTANT DES TOILETTES.

# Comment l'eau peut-elle transmettre les maladies ?



PROPOSE 1 OU 2 SOLUTIONS POUR AMÉLIORER LA SITUATION...

# Les utilisations de l'eau et les sources de



Précise les sources de pollution qui sont illustrées :

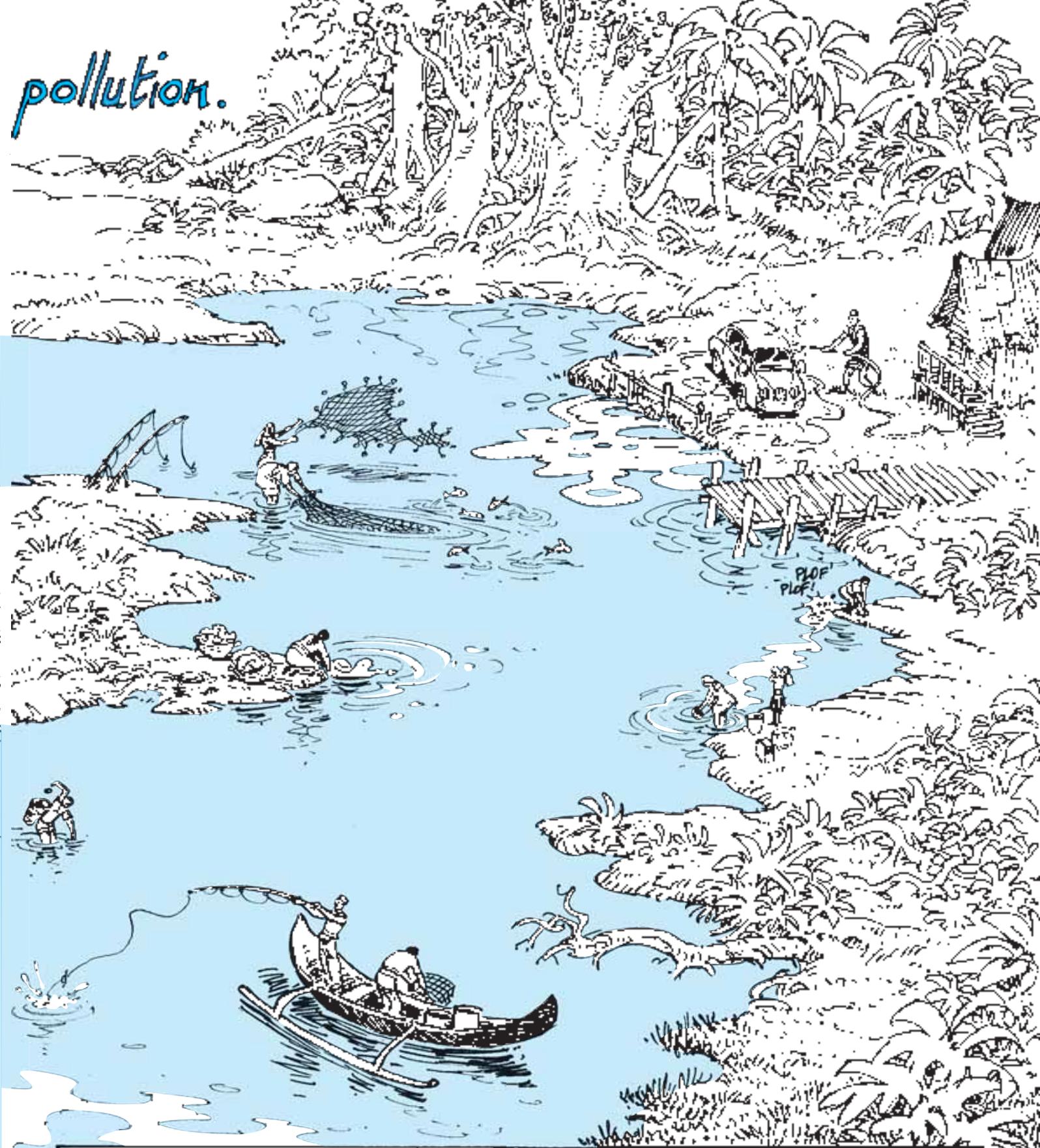
---

---

---

---

*pollution.*



Précise les usages qui sont illustrés :

---

---

---

---

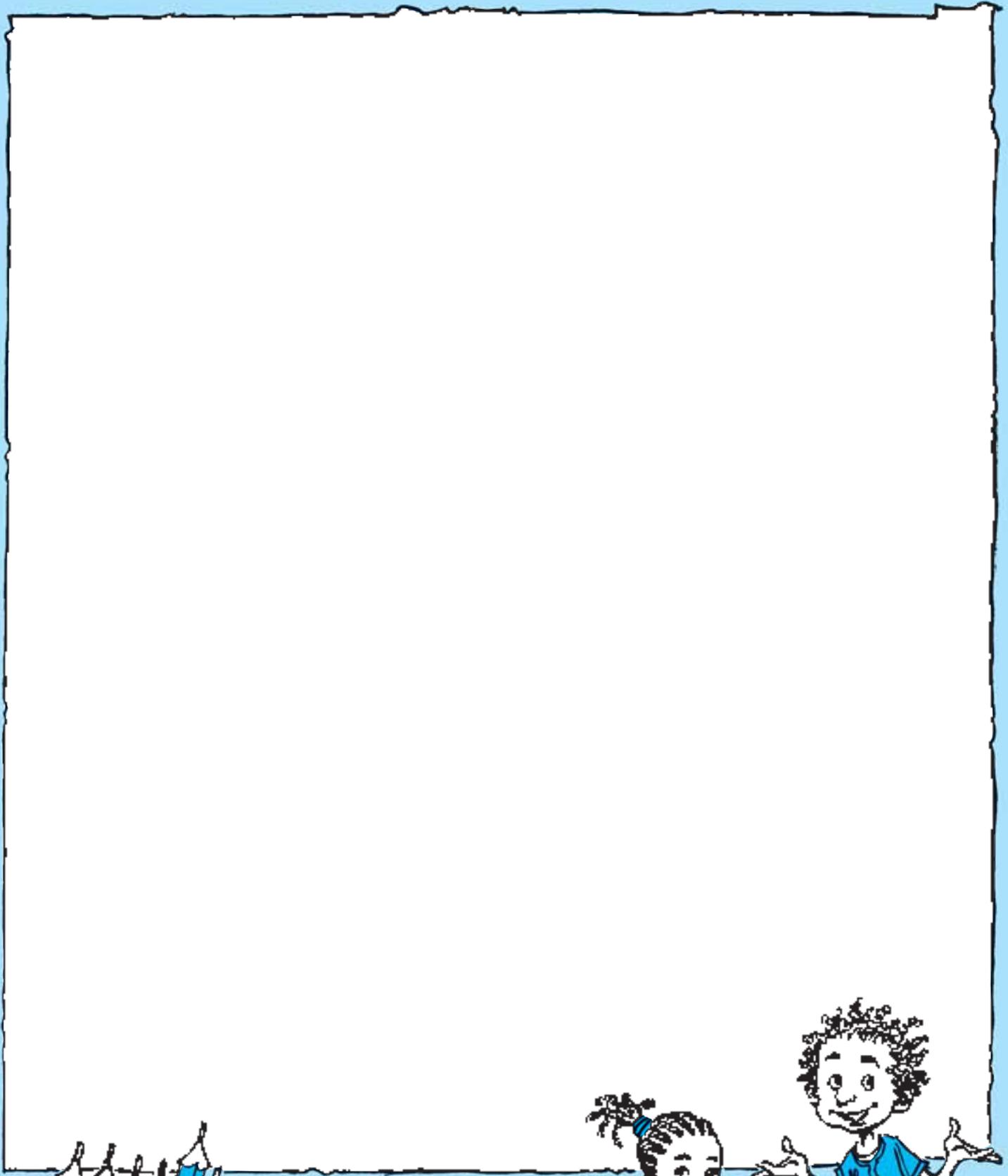
# L'hygiène à l'extérieur de la maison.

Mets une croix sur les situations qui présentent un danger pour la santé.



# L'hygiène à l'extérieur de la maison (suite)

Choisis une ou deux situations de la page précédente et propose quelques améliorations en dessinant ou en écrivant quelques lignes.



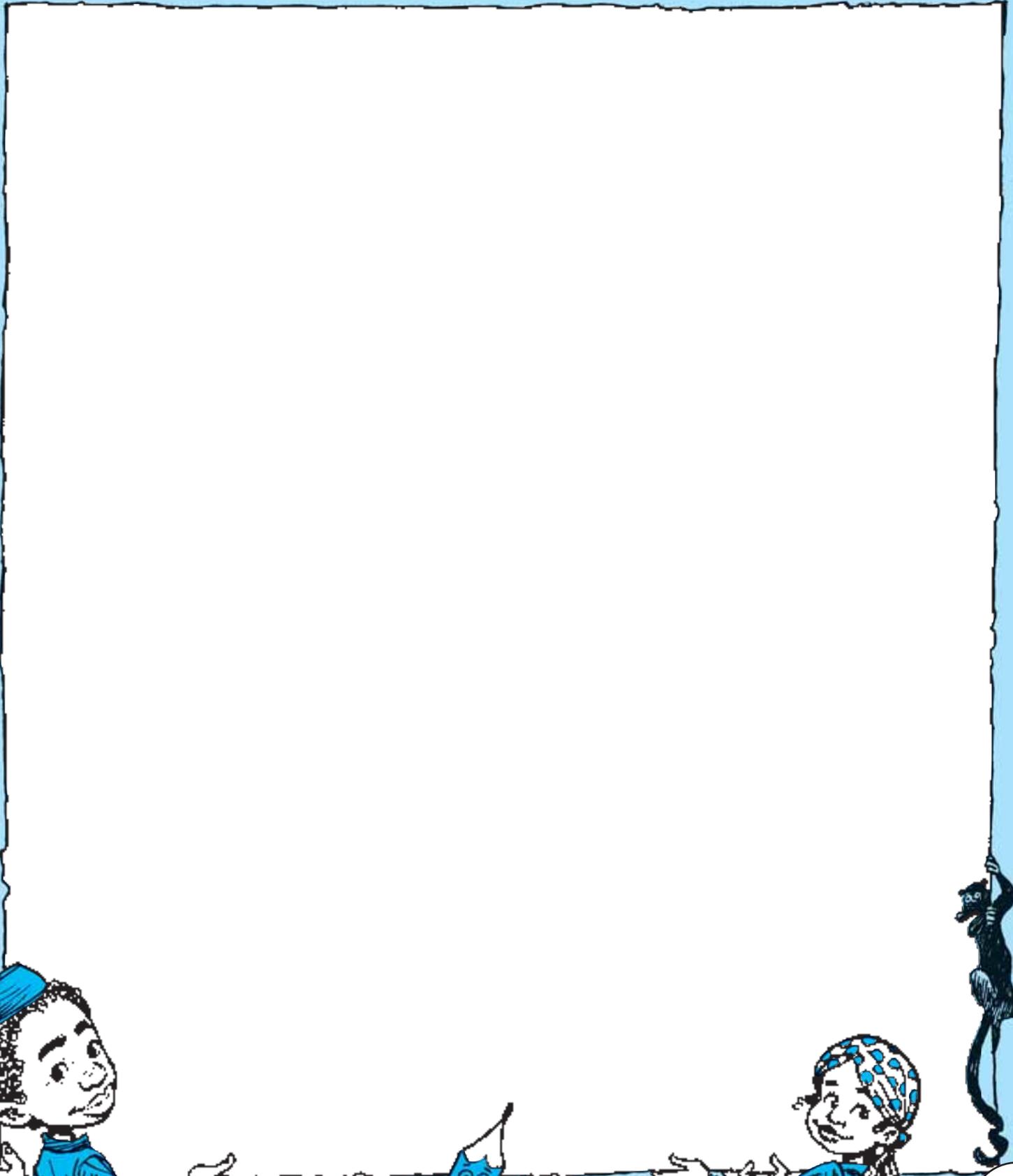
# L'hygiène à l'intérieur de la maison.

→ Mets une croix sur les situations qui présentent un danger pour la santé.



# 16 Hygiène à l'intérieur de la maison (suite)

Choisis une ou deux situations de la page précédente et propose quelques améliorations en dessinant ou en écrivant quelques lignes.



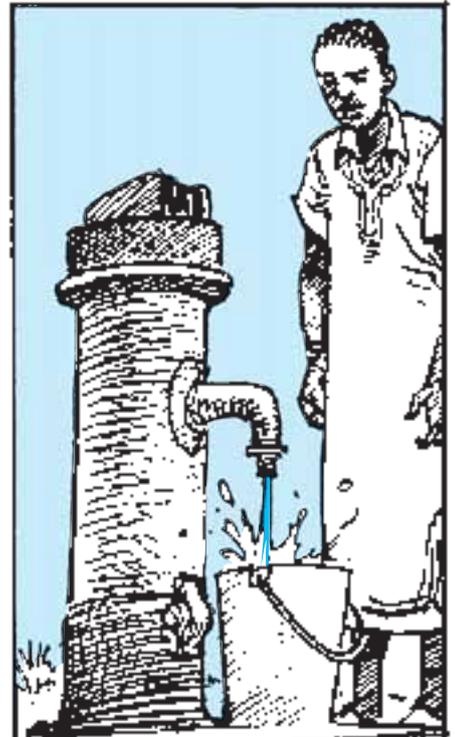
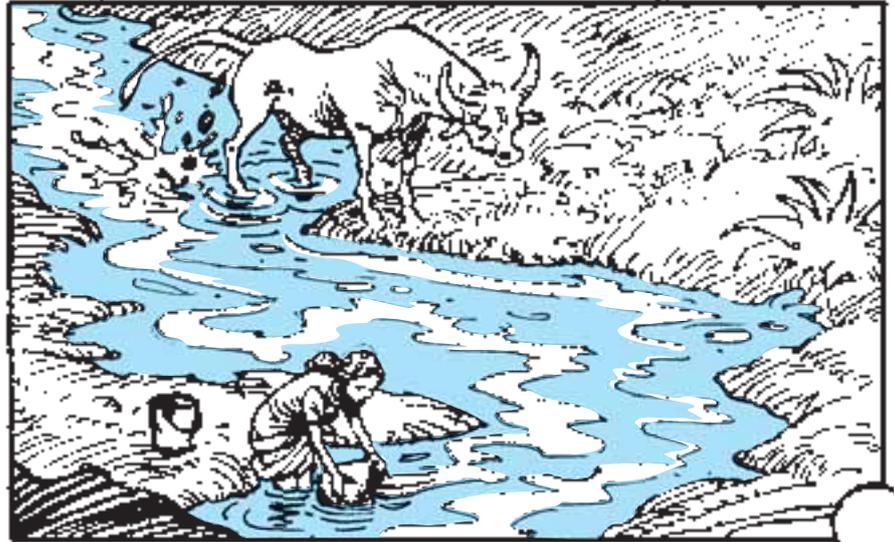
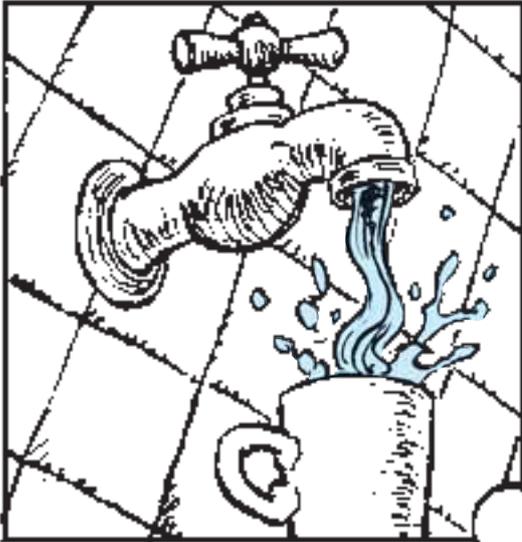
# Une bonne alimentation

Mets un "B" (bon) ou un "M" (mauvais) dans les ronds au bas de chaque image pour ce qui te semble bon ou mauvais pour la santé.



# Une eau bonne pour la santé

Mets un "B" (bon) ou un "M" (mauvais) dans les ronds au bas de chaque image pour ce qui te semble bon ou mauvais pour ta santé...



# La santé, l'hygiène et le mode de vie.

ENCADRE  
LES BONNES  
RÉPONSES.

Combien de français se lavent les mains avant chaque repas ?

1 sur 10    2 sur 10    5 sur 10    9 sur 10    10 sur 10



Il est recommandé de se doucher : 1 fois par jour, 4 fois par semaine, 2 fois par semaine, 1 fois par semaine, 1 fois par mois.



Il est recommandé d'acheter une brosse à dents : 1 par mois, 1 par trimestre, 1 par an, 1 tous les 2 ans...



De combien d'heures de sommeil as-tu besoin par nuit ?

8h    9h    10h    11h    12h    13h    14h



De quelle quantité d'eau a-t-on besoin par jour ?

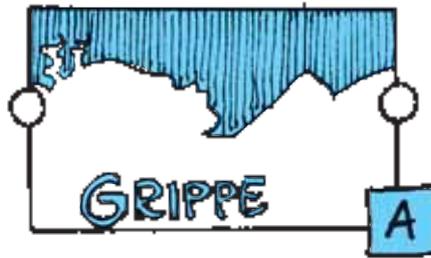
0,5l    1l    2l    5l    10l



# Santé, environnement et vaccination.

Comment certaines maladies se transmettent-elles et existe-t-il un vaccin pour s'en protéger? Relie chacune des images de la 1ère colonne à l'une ou plusieurs de la 2ème colonne.

Fais ensuite la même chose entre la 2ème et la 3ème colonne.



Vaccination tous les ans, conseillée aux personnes âgées.

Y

Vaccination obligatoire avant 18 mois. (un rappel tous les 10 ans pour les adultes)

W

Aucun vaccin efficace disponible actuellement.

X

Vaccination recommandée aux voyageurs se rendant dans les pays à l'hygiène peu développée.

Y

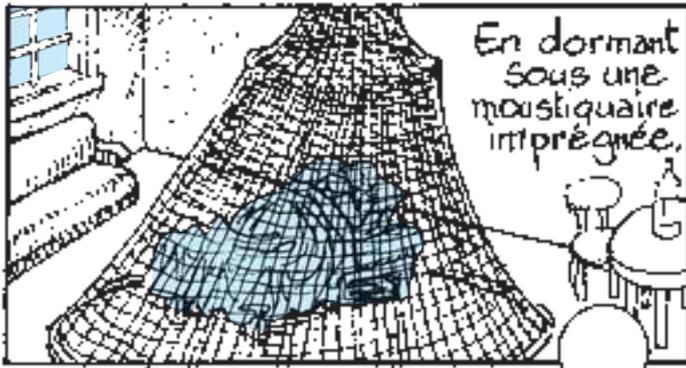
# Comment attrape-t-on le paludisme, la dengue, le chikungunya...

Vrai ou faux, mets un "V" ou un "F" dans le rond en bas de chaque image.



# Comment éviter de se faire piquer par les moustiques qui transmettent le paludisme, la dengue, le chikungunya...

Vrai ou faux, mets un "V" ou "F" dans le rond en bas de chaque image.





# olutions et réponses:

## PAGE 3 : QUELQUES CARACTERISTIQUES DES MICROBES ET INFECTIONS

**Réponses :** 3,5 millions d'enfants ne vivent pas assez longtemps pour fêter leur cinquième anniversaire à cause de la diarrhée et de la pneumonie. / Les bactéries, les virus et les champignons sont trois types de microbes qui sont trop petits pour être visibles à l'œil nu. / Les microbes les plus dangereux se trouvent dans les déjections humaines et animales, les éternuements, sous les ongles et dans la terre.

**Commentaires :** selon e-bug (cf. sites internet à consulter), les microbes (minuscules micro-organismes vivants, non visibles à l'œil nu) les plus courants sont les bactéries, les virus et les champignons. On les trouve partout flottant autour de nous dans l'air que l'on respire, dans les aliments que l'on mange, à la surface de notre corps, dans la bouche, le nez et l'intestin. Si un enfant avait la taille de l'Europe, un champignon aurait la taille d'un terrain de football, une bactérie aurait la taille d'un autobus et un virus la taille d'un ballon de football. Selon l'INPES (cf. sites internet à consulter) « il est prouvé scientifiquement que les actions de promotion du lavage des mains dès le plus jeune âge au sein des familles, des crèches et en milieu scolaire sont efficaces sur la réduction de la transmission des infections digestives et/ou respiratoires épidémiques ».

## PAGE 4 : QU'EST-CE QUI EST BON POUR TA SANTE ? (TROUVE L'INTRUS)

**Réponse :** l'intrus est « je mange par terre »

## PAGE 5 : COMMENT L'EAU PEUT-ELLE TRANSMETTRE LES MALADIES ?

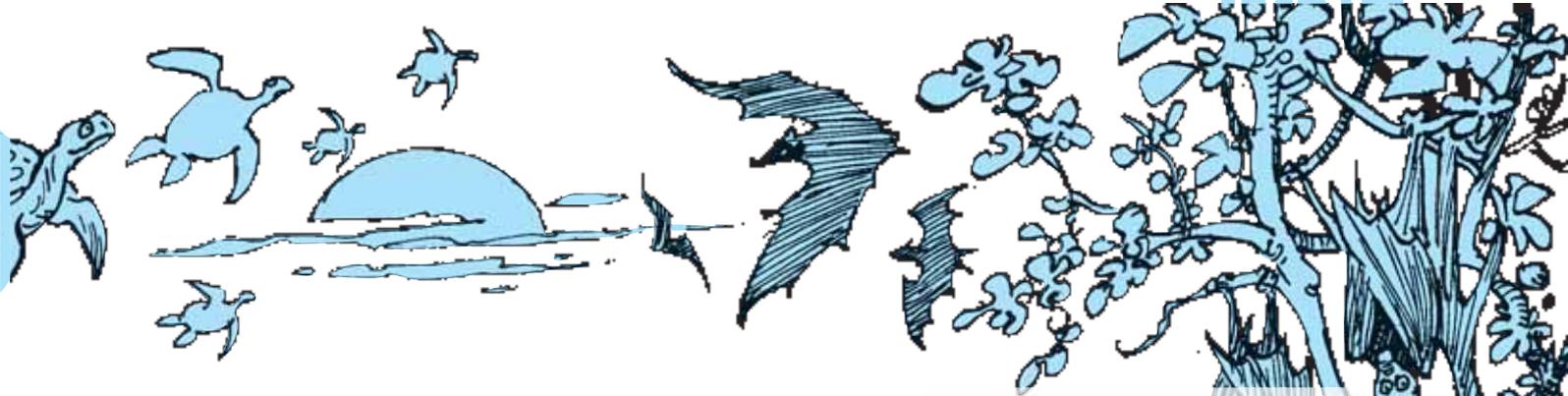
**Réponses** adaptées aux pays où n'existent pas de services publics d'alimentation en eau et d'assainissement : utiliser pour la boisson et la préparation des aliments des eaux souterraines (captées par des puits ou des forages) ou de l'eau de pluie, qui sont de meilleure qualité que les eaux de rivière. / Faire ses besoins à des endroits où personne ne vient chercher l'eau pour boire ou pour préparer les aliments. Dans ce contexte, privilégier l'utilisation de latrines qui ne sont pas situées à proximité de puits ou de forages d'eau potable. / Se laver les mains avec du savon après avoir fait ses besoins, avant de préparer les repas et avant de manger.

**Commentaires :** la très grande majorité des infections digestives qui concernent l'homme, sont liées à la contamination, par des déjections humaines ou animales, de ce qu'il mange ou boit. Ainsi que le précisent les informations publiées à l'occasion de la journée mondiale du lavage des mains « le lavage des mains au savon interrompt la transmission de la maladie. Les mains sont souvent des vecteurs qui transportent des agents pathogènes (microbes dangereux pour l'homme) d'une personne à l'autre, soit par contact direct ou indirect au contact des surfaces. Quand elles n'ont pas été lavées au savon, les mains qui sont entrées en contact avec des matières fécales (déjections) humaines ou animales, des fluides corporels (excrétions nasales) et des aliments contaminés ou de l'eau contaminée, risquent de transporter des bactéries, des virus et des champignons involontairement ». Un article cité par le même document précise que le lavage des mains au savon réduit de 44% la mortalité due à la diarrhée dans les pays où la population n'a pas accès à l'eau potable et à l'assainissement. La directive européenne qui définit la qualité d'une eau potable, prévoit des normes qui globalement se traduisent par l'absence de bactéries, de virus et de parasites dans 100 grammes d'eau... à comparer avec la contamination des déjections humaines ou animales qui sont de l'ordre de plusieurs millions de bactéries et virus dans 100 grammes de déjection. D'où l'intérêt de ne pas contaminer l'eau de boisson et les aliments par des déjections humaines ou animales et de veiller à se laver les mains systématiquement après avoir été aux toilettes, avant de préparer les aliments et avant de manger.

## PAGE 6 : LES UTILISATIONS DE L'EAU ET LES SOURCES DE POLLUTION

**Réponses :** en amont des endroits où la population vient chercher l'eau dans la rivière pour boire et préparer les aliments, éviter que les animaux ou les hommes ne fassent leurs besoins, la lessive, ne nettoient des voitures et ne déversent des déchets.

**Commentaires :** il est sûrement utile de limiter au maximum les rejets et les déversements en amont de l'endroit où des familles viennent chercher l'eau pour boire ou pour préparer les aliments, mais ces précautions risquent de ne pas suffire. Dans ce contexte, il est préférable que les personnes qui n'ont pas accès à l'eau potable de réseaux publics, s'alimentent en eau par des puits ou des forages, ou par l'eau de pluie, qu'ils fassent leurs besoins dans des latrines (qui ne soient pas situées à proximité de puits ou de forages d'eau potable) et qu'ils se lavent les mains avec du savon après avoir fait leurs besoins, avant de préparer les repas et avant de manger.



#### PAGE 12 : UNE BONNE ALIMENTATION

**Réponses :** +Les comportements « bons pour ta santé » sont : consommer des fruits et légumes / favoriser l'allaitement maternel / conserver les aliments au frais / prendre un petit déjeuner équilibré.

+Les comportements « mauvais pour ta santé » sont : manger par terre / consommer des repas trop gras et peu équilibrés / consommer en excès des glaces et boissons sucrées / consommer de l'alcool / consommer des poissons pêchés à proximité de rejets d'eaux usées / laisser les aliments à la portée des mouches / consommer des sucreries en excès / consommer des coquillages dont le ramassage est interdit.

#### PAGE 13 : UNE EAU BONNE POUR LA SANTE

**Réponses :** il faut privilégier l'eau du robinet distribuée par le réseau d'eau public ou par les bornes fontaines à cartes qui sont, elles aussi, alimentées par le réseau public. L'eau des rivières, de puits ou sources privées ainsi que l'eau de pluie sont considérées comme des eaux « non potables ».

#### PAGE 14 : LA SANTE, L'HYGIENE ET LE MODE DE VIE

**Réponses :** en ce qui concerne les français qui se lavent les mains avant chaque repas, les chiffres varient de 1 sur 10 à 9 sur 10 ! / Dans l'idéal il est recommandé de se nettoyer le corps et le visage une fois par jour, en particulier après avoir fait un effort intense / Il est recommandé d'acheter une nouvelle brosse à dents tous les trois mois / En moyenne, un enfant a besoin de 9 h à 10 h de sommeil par nuit / Selon l'endroit où l'on habite (pays tempérés ou pays chauds) on a besoin de boire au moins 1 à 2 litres d'eau par jour.

**Commentaires :** selon une enquête téléphonique réalisée par l'INPES en 2005-2006 auprès de 4112 personnes de 18 à 79 ans, la quasi-totalité des personnes interrogées (97,5%) déclarent se laver les mains « systématiquement » ou « souvent » après avoir été aux toilettes, 95,75% avant de faire la cuisine et 91,7% avant de s'occuper d'un bébé de moins de 6 mois, 62,9% après avoir caressé un animal, 57,9% après avoir pris les transports en commun et 44,6% après s'être mouché. Les déclarations concernant le lavage des mains en sortant des toilettes ne correspondent peut être pas complètement à la réalité, si l'on se réfère aux constats que l'on peut faire dans le quotidien sur ce sujet !

#### PAGE 15 : SANTE, ENVIRONNEMENT ET VACCINATION

**Réponses :** 1-C-X ; 1-D-X ; 2-B-W ; 3-A-V ; 4-E-Y ; 5-F (actuellement, la vaccination contre la leptospirose est recommandée pour certaines activités professionnelles à risque)

#### PAGE 16 : COMMENT ATTRAPE-T-ON LE PALUDISME, LA DENGUE, LE CHIKUNGUNYA ?

**Réponses :** en se faisant mordre par un chien : faux / en mangeant un mauvais repas : faux / en tétant le sein : faux / en buvant de l'eau polluée : faux / en utilisant les mêmes affaires de toilette : faux / en buvant de l'eau contenant des larves ou des moustiques morts : faux / par un mauvais esprit / en se serrant la main : faux / en se faisant piquer par un moustique : vrai.

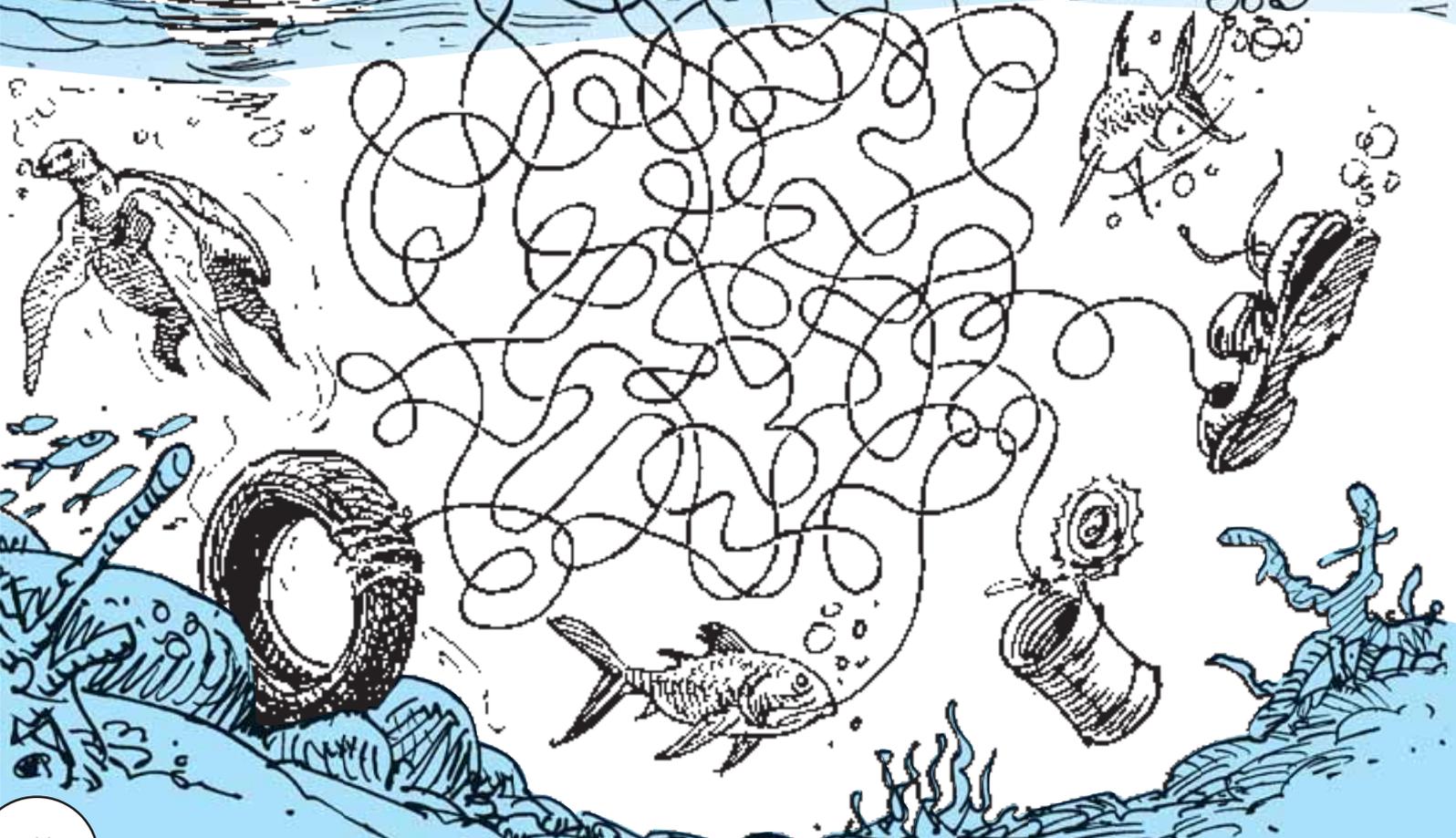
#### PAGE 17 : COMMENT EVITER DE SE FAIRE PIQUER PAR LES MOUSTIQUES QUI TRANSMETTENT LE PALUDISME, LA DENGUE, LE CHIKUNGUNYA ?

**Réponses :** en dormant sous une moustiquaire imprégnée d'insecticide : vrai / en utilisant des spirales à l'extérieur de la maison : vrai / le soir et la nuit, en portant des vêtements sombres : faux / le soir et la nuit, en portant des vêtements clairs et couvrant bien les bras et les jambes : vrai / en couvrant les réserves d'eau : vrai / en dormant fenêtre ouverte, sans moustiquaire : faux / en utilisant un diffuseur électrique : vrai / en coupant les végétaux et nettoyant son environnement : vrai.



# RÉCRÉATION

Quel est le pêcheur qui fera la meilleure pêche ?



## LE LAVAGE DES MAINS QUELQUES SITES INTERNET A CONSULTER

<http://www.who.int/gpsc/5may/fr/> (organisation mondiale de la Santé – Genève)

<http://www.globalhandwashingday.org/> (journée mondiale du lavage des mains)

<http://www.unicef.fr/contenu/actualite-humanitaire-unicef/>

[vos-savons-journee-mondiale-du-lavage-des-mains-2010-10-01](#) (UNICEF Genève)

<http://www.e-bug.eu/> (Union Européenne)

<http://www.cdc.gov/handwashing/> (USA)

<http://www.inpes.sante.fr/default.asp> (France)

<http://adosen-sante.com> (France)

<http://www.hygiene-educ.com/fr/home.htm> (France)

<http://www.pseau.org/outils/biblio/> (France).

## RESSOURCES DOCUMENTAIRES

- Centres Régionaux et Départementaux de Documentation Pédagogique (C.R.D.P. et C.D.D.P.)
- Bibliothèques Départementales de Prêt (B.D.P.)
- Bibliothèques Municipales
- Instances Régionales d'Education et de Promotion de la Santé (I.R.E.P.S.)
- Institut Pasteur
- Agences Régionales de Santé (A.R.S.)

Ce document a été réalisé par François Mansotte, Ingénieur Sanitaire à l'Agence de Santé Océan Indien, avec le concours de Nadine Astarie, Christine Bouvier, Antoine Chassaignon, Zania Haribou, Patricia Leneutre, Aleth Mansotte, Sadanati Tsimaidi et la participation d'enseignants du vice rectorat de Mayotte contactés par Christine Bouvier. Son élaboration a été confiée à l'IREPS (Instance Régionale en Education et Promotion de la santé) Mayotte.



Le cahier appartient à :  
\_\_\_\_\_

