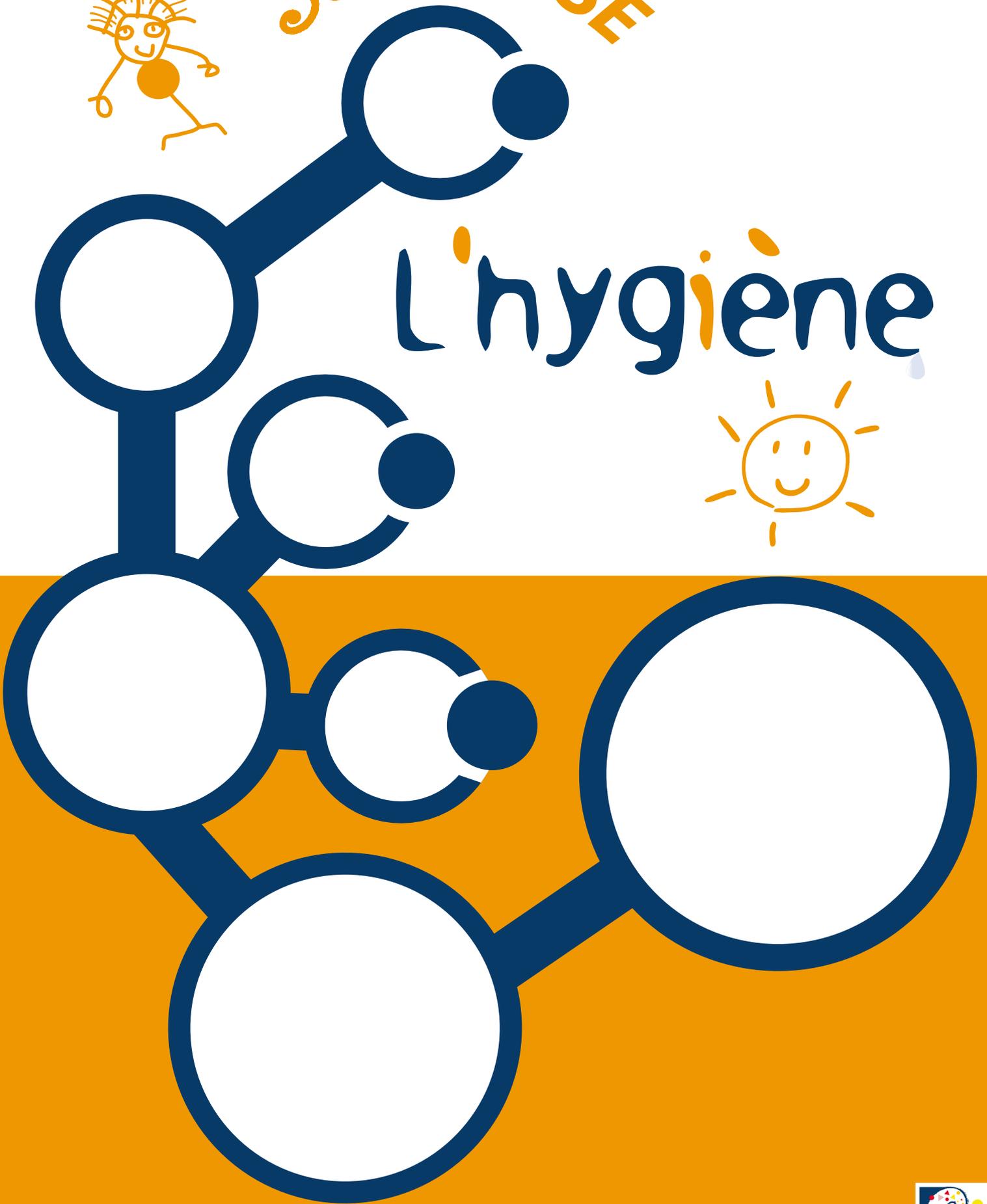
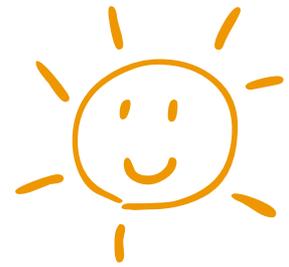


Service PSE



L'hygiène







La santé de nos enfants est une denrée précieuse pour laquelle nous nous devons d'être tout particulièrement vigilant. Nous entendons parler quotidiennement de la santé et des facteurs influençant celle-ci.

Parmi ces facteurs, les lieux de vie sont souvent mentionnés ; les enfants passent une très grande partie de leur temps sur les bancs d'école. Le Service de Promotion de la Santé à l'Ecole est attentif à la santé des élèves et à leur environnement scolaire. Ainsi, en plus des missions bien connues (bilan de santé, vaccinations, prophylaxie, ...), il crée des outils de prévention dont l'objectif est d'amener les jeunes à vivre leur santé consciemment.

Dans ce cadre, le Service de Promotion de la Santé à l'Ecole de la Province de Liège a réalisé, à l'intention des écoles, un outil relatif à l'hygiène « En quête d'hygiène ».

Les acquis de l'hygiène semblent évidents dans notre société et pourtant, même si les recherches scientifiques attestent que l'amélioration considérable de notre espérance de vie est davantage le fait de mesures hygiéniques que de la médecine curative, le thème de l'hygiène reste tabou. Or, l'hygiène est partout ; se laver les mains ou omettre de le faire fait déjà partie de l'hygiène...

Notre Service de Promotion de la Santé à l'Ecole reste à votre disposition pour toutes informations complémentaires que vous souhaiteriez ou toutes suggestions pour nos actions futures.

Paul-Emile MOTTARD  
Député permanent chargé de la Culture  
et de la Promotion de la Santé à l'Ecole

# REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier :

Les nombreuses écoles qui ont répondu à notre état des lieux, nous permettant ainsi d'identifier les besoins des écoles en matière de santé et d'outils s'y rapportant.

Plus particulièrement, l'Ecole de la Coopération à Saint-Nicolas ; Madame Rensonnet, Directrice de cet établissement, les enseignantes et les élèves qui nous ont donné joie et énergie pour la réalisation de cet outil. Un très vif remerciement aux parents des élèves de ces classes pour nous avoir permis de réaliser le photo langage et de le diffuser dans d'autres écoles.

Mention spéciale pour les enfants de Sabine, Murielle et Cécile qui ont accepté de participer eux-aussi à l'élaboration du photo langage. Merci aux photographes en herbe !

Les membres de la cellule « santé » composée de médecins scolaires, d'infirmières PSE et PMS, d'assistantes sociales et d'une licenciée en psychologie dont le travail a été d'échanger autour de la santé et de l'hygiène. Cette cellule a eu le bonheur d'être complétée par la présence de Madame Delvaux, travaillant à l'Espace Santé de la FMSS, qui nous a apporté son éclairage, ses compétences et son expertise professionnelles. Les échanges de cette cellule « santé » ont pu se concrétiser et prendre la forme de cet outil à destination des écoles et de leurs élèves.

Les Centres Locaux de Promotion de la Santé pour leur aide méthodologique et la mise à disposition de leurs ressources documentaires.

Le service PSE de la Province de Liège

# SOMMAIRE

QUE PENSONS NOUS  
DE L'HYGIÈNE?

ENQUÊTE SUR L'HYGIÈNE  
DE VIE À L'ÉCOLE

JEUX SUR LE THÈME  
DE L'HYGIÈNE

PASSONS À L'ACTION

ACTIVITÉS AUTOUR  
DES 5 SENS

QUE PENSONS NOUS  
DE NOTRE PROJET?

INFORMATIONS ET  
RÉFÉRENCES UTILES

## LÉGENDE FICHES À DESTINATION



DU GROUPE



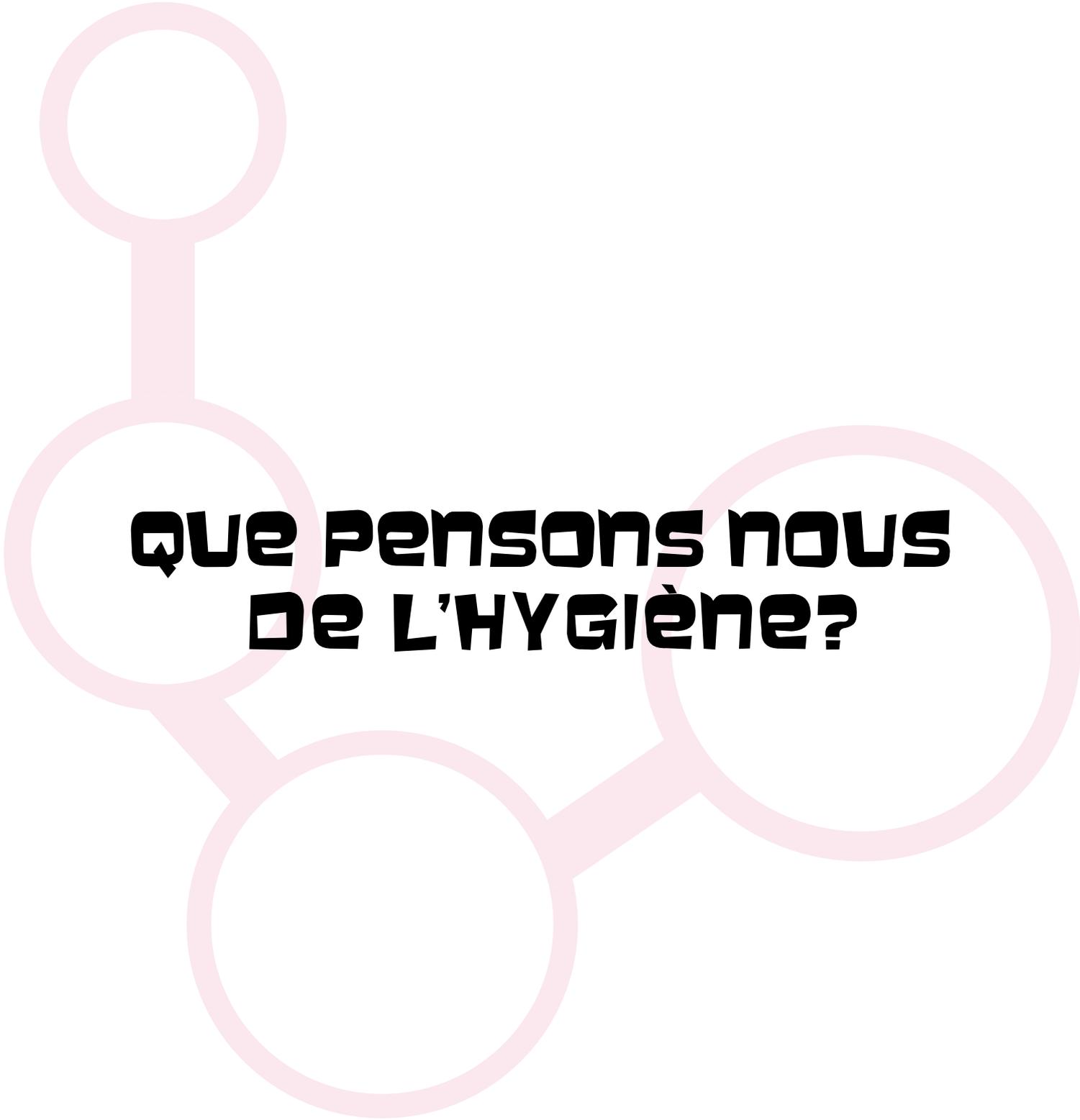
DE L'ÉLÈVE



DU PROFESSEUR

PHOTOCOPIEZ LES FICHES NÉCESSAIRES POUR VOS ACTIVITÉS





# **QUE PENSONS NOUS DE L'HYGIÈNE?**



# PHOTO Langage

## Objectifs :

Le photo langage est un outil qui permet l'expression des représentations des participants. Celui-ci a pour but de faire réagir les élèves sur ce qu'est l'hygiène en dépassant la standardisation des messages classiques pour introduire des éléments symboliques et affectifs.

Ainsi, chaque participant a la possibilité de s'exprimer verbalement par rapport à une image qu'il rattachera à une situation dont il a envie de parler. Il ne s'agit pas de décrire la photo mais d'exprimer ce que la photo suscite en soi, ce qu'elle révèle d'elle-même à la personne à partir d'une situation concrète. Sur le plan symbolique, les associations suscitées par la photo sont valorisées. Sur le plan du groupe, chacun communique ce qu'il désire exprimer. L'objectif est que chacun apporte son point de vue en se sachant écouter par les autres.

## Mode d'utilisation :

Plusieurs possibilités, à savoir : un choix individuel, un choix par sous-groupes, un choix en grand groupe ou un choix par l'animateur.

## Règles de base :

### A. Au démarrage.

Expliquer les règles de base de l'animation ;

1. Droit de passer : Chacun est libre de se taire.
2. Ecoute active : Chacun a le droit de parler et d'être écouté.
3. Valeur positive : Il n'y a pas de « bonne » ou de « mauvaise » réponse.

Ensuite ;

1. Fixer le temps de choix des photos et en silence.
2. Fixer le nombre de photos choisies.
3. Exprimer clairement la consigne de départ à laquelle les jeunes doivent répondre par leur choix de photo(s). Parmi les consignes proposées ci-dessous, en choisir une ou deux et se tenir à ce choix. Il est important de ne pas changer la ou les consignes choisies au départ (2 consignes au maximum) ;
  - Choisir 1, 2 photos qui sont associées pour vous au mot hygiène.
  - Choisir 1,2 photos exprimant ce qui est le plus important au sujet de l'hygiène.
  - Sur les photos, quelles sont les attitudes que vous préférez ?
  - Quelles sont les photos que vous rejetez, pourquoi ?
  - Dites avec 1 ou 2 photos ce qu'on attend de vous au sujet de l'hygiène.



# PHOTO LANGAGE

- Dites avec 1 ou 2 photos ce qui vous semble important de changer au sujet de l'hygiène dans votre vie personnelle.
- Dites avec 1 ou 2 photos ce qui vous semble important de changer au sujet de l'hygiène dans l'école.
- Dites avec 1 ou 2 photos votre réaction aux attentes des adultes.

4. Prendre les photos en main quand tout le monde a eu le temps de choisir sa ou ses photos.

B. Après le choix :

Laisser les élèves s'exprimer librement selon les modalités choisies au départ ( mode d'utilisation, règles de base, choix de la ou des consignes).

C. Après le photo langage :

Demander aux élèves s'ils pensent qu'il manque des photos, si oui, lesquelles ?

→ Quelles photos manque-t-il ?

Rôle de l'animateur :

Avant de démarrer l'animation, la personne responsable de celle-ci informe clairement les élèves à propos des objectifs et des règles de base du photo langage (voir ci-dessus).

La personne qui anime le photo langage doit tolérer l'ambiguïté et parfois la susciter, être permissive dans l'accueil des différences, veiller au respect de l'opinion de chacun (y compris respecter les silences) pour éventuellement in fine se positionner en médiateur.

A la fin de la séance, la personne qui a animé le photo langage évalue, avec le groupe, le vécu de la séance et ce qu'il en retient.

Principes :

Il s'agit de laisser parler librement les élèves ; sans les forcer et sans qu'aucun jugement ne soit émis par quiconque.

Cet outil suscite une réflexion critique personnelle qui, à plus ou moins long terme, peut tendre à une prise de conscience qui pourra avoir des répercussions sur le comportement. Pour ce faire, il s'agit d'amener les élèves à identifier et expliquer leur choix et de les amener à se positionner par rapport à ceux-ci.

Le photo langage permet de faciliter le dialogue. De ce fait, il doit permettre de favoriser les échanges mais aussi l'imaginaire, le respect des opinions d'autrui et la recherche de centres d'intérêts communs.

Bon à savoir :

Le photo langage présenté dans cet outil « En quête de l'hygiène » évoque l'hygiène à travers les notions de plaisir, de besoin, d'apprentissage, de respect de l'autre, de culture et d'environnement.



Pistes pour l'évaluation de l'animation « Photo langage » :

- Pour la classe, le photo langage a permis de parler de l'hygiène de différentes manières. Ainsi, pour nous, l'hygiène c'est (indiquer les différentes notions abordées lors de l'animation « photo langage ») :

- Quels ont été les moments forts de l'animation ?

- Qu'avons-nous principalement retenu ?

- Qu'avons-nous aimé ?

- Qu'avons-nous moins bien aimé ?

- Manque-t-il des photos ?

Si oui, lesquelles ?

- Qu'avons-nous envie de dire ?



# PROTRAIT CHINOIS

## Objectifs :

Le portrait chinois est un outil qui permet l'expression des représentations des participants.

Ainsi, chaque participant a la possibilité de s'exprimer verbalement en complétant des phrases du type « Si l'hygiène était un animal, ce serait... ».

## Règles :

Quelques règles de base à observer :

1. Je parle en « JE ».
2. J'écoute celui qui parle.
3. J'ai le droit de me taire.
4. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse.
5. Je ne me moque pas.
6. Ce qui se dit ici reste ici.

## Rôle de l'animateur :

Avant de démarrer l'animation, la personne responsable de celle-ci informe clairement les élèves à propos des objectifs et des règles de base du portrait chinois (voir ci-dessus).

La personne qui anime le portrait chinois doit installer un climat de confiance propice à l'expression de chacun, elle veille au respect de l'opinion de chacun et amène les participants à expliciter leurs réponses le mieux possible en les incitant à ouvrir le champs à une approche plus globale du concept.

A la fin de la séance, la personne qui a animé le portrait chinois évalue, avec le groupe, le vécu de la séance et ce qu'il en retient.

## Principes :

Il s'agit dans un premier temps, d'un travail individuel basé sur la fiche d'activité « Portrait chinois ». Cependant, en fonction des groupes classes, il peut être conseillé de commencer l'activité par un brainstorming en posant la question suivante au groupe classe : « Pour vous, c'est quoi l'hygiène ? ».

Dans un second temps, les élèves seront amenés à parler librement ; sans les forcer et sans qu'aucun jugement ne soit émis par quiconque.

Cet outil suscite une réflexion critique personnelle qui, à plus ou moins long terme, peut tendre à une prise de conscience qui pourra avoir des répercussions sur le comportement. Pour ce faire, il s'agit d'amener les élèves à identifier et expliquer leurs choix et leurs comportements et de les amener à se positionner par rapport à ceux-ci.



# PORTRAIT CHINOIS

Le portrait chinois permet de faciliter le dialogue. De ce fait, il doit permettre de favoriser les échanges mais aussi l'imaginaire, le respect des opinions d'autrui et la recherche de centres d'intérêts communs.

Déroulement :

Au préalable : (si l'animateur estime cela nécessaire pour le groupe classe)

Elaborez une carte conceptuelle en posant la question suivante au groupe classe : « Pour vous, c'est quoi l'hygiène ? ».

Première étape :

Distribuez aux élèves la fiche d'activité « Portrait chinois » qui se trouve ci-après.

Deuxième étape :

Demandez aux élèves d'inscrire, spontanément, 3 mots qui évoquent pour eux le terme « hygiène ».

Troisième étape :

Demandez aux élèves de compléter individuellement les phrases suivantes :

Si l'hygiène était un animal, ce serait...

Si l'hygiène était une plante, ce serait...

Si l'hygiène était un sport, ce serait...

Si l'hygiène était un personnage télévisé, ce serait...

Si l'hygiène était un outil, ce serait...

Si l'hygiène était un plat, ce serait...

Si l'hygiène était une couleur, ce serait...

Si l'hygiène était une fleur, ce serait...

Si l'hygiène était une partie du corps, ce serait...

Si l'hygiène était un vêtement, ce serait...

Si l'hygiène était un appareil électroménager, ce serait...

Quatrième étape :

Les élèves sont amenés à présenter leurs réponses à la classe et les expliquent. Avec l'aide des élèves, identifier les notions mises en avant derrière les réponses données.

Si l'hygiène était un animal, ce serait un poisson.

Pourquoi ?

Parce qu'il vit dans l'eau ; c'est comme s'il était toujours propre.

Notions mises en avant : Propreté – Eau.

Cinquième étape :

Avec l'aide des élèves, synthétisez ce que représente le mot « hygiène » pour la classe. En accord avec la classe, établir une liste des concepts-clefs identifiés derrière le mot « hygiène » .

« Pour la classe X, l'hygiène représente ... »

(Liste des concepts-clefs établie en accord avec la classe).



# PORTRAIT CHINOIS

→ Lorsque tu entends le mot « hygiène » à quoi penses-tu ?  
( Ecris 3 mots)

- a) .....
- b) .....
- c) .....

→ Complète les phrases suivantes :

- Si l'hygiène était un animal, ce serait.....
- Si l'hygiène était une plante, ce serait.....
- Si l'hygiène était un plat, ce serait.....
- Si l'hygiène était un sport, ce serait.....
- Si l'hygiène était un bonhomme de dessins animés, ce serait.....
- Si l'hygiène était un outil, ce serait.....
- Si l'hygiène était un véhicule, ce serait.....
- Si l'hygiène était une couleur, ce serait.....
- Si l'hygiène était une fleur, ce serait.....
- Si l'hygiène était une partie du corps, ce serait.....
- Si l'hygiène était un vêtement, ce serait.....
- Si l'hygiène était un appareil électroménager, ce serait.....

# PORTRAIT CHINOIS



Pistes pour l'évaluation de l'animation « Portrait chinois » :

- Pour la classe, le « portrait chinois » a permis de parler de l'hygiène de différentes manières. Ainsi, pour nous, l'hygiène c'est (indiquer les différentes notions abordées lors de l'animation « portrait chinois ») :

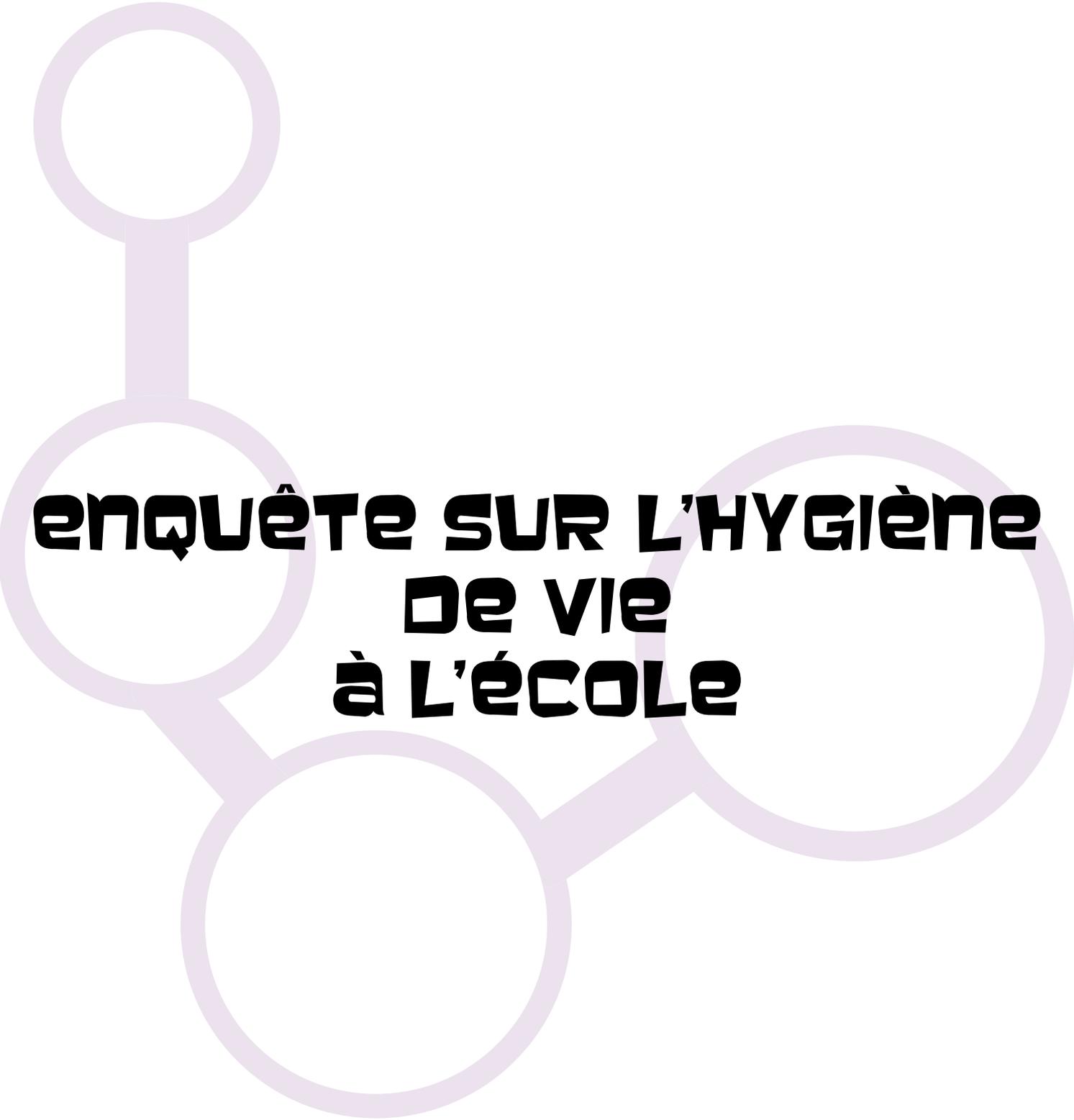
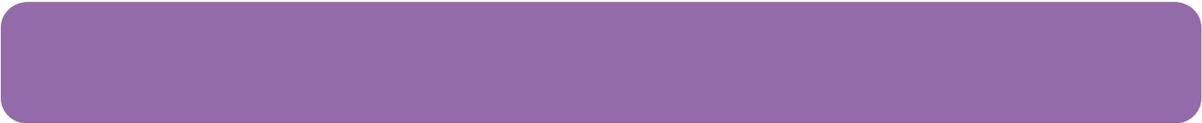
- Quels ont été les moments forts de l'animation ?

- Qu'avons-nous principalement retenu ?

- Qu'avons-nous aimé ?

- Qu'avons-nous moins bien aimé ?

- Qu'avons-nous envie de dire ?



# **ENQUÊTE SUR L'HYGIÈNE DE VIE À L'ÉCOLE**



# ENQUÊTE SUR L'HYGIÈNE DE VIE À L'ÉCOLE

## Objectifs :

- Identifier avec les élèves, les personnes qui ont une responsabilité vis-à-vis des conditions d'hygiène à l'école.
- Réaliser avec l'aide des élèves un état des lieux en matière d'hygiène à l'école.
- Proposer des solutions pour améliorer ou maintenir les conditions d'hygiène à l'école.
- Synthétiser les résultats obtenus et dégager des pistes d'action.

## Remarques :

- Assurer la participation active des élèves et ce, tout au long du processus.
- Ne pas faire croire aux enfants que nous pourrions résoudre tous les problèmes constatés comme par magie (certains changements prendront du temps, nécessiteront des ressources matérielles, financières ... d'autres pas).
- Ne pas passer sous silence les obstacles qui peuvent être rencontrés.
- Ne pas rendre les élèves seuls responsables des problèmes rencontrés par rapport à l'hygiène à l'école.

## Première étape :

Avec le soutien de l'enseignant, les élèves vont inventorier les personnes qui sont concernées de près comme de loin par le cadre de vie qu'est l'école et l'hygiène qui y est rencontrée. Ils seront amenés à expliquer ce que font ces personnes par rapport à l'hygiène et au cadre de vie, quand et comment elles le font. Pour ce faire, la classe peut utiliser la fiche d'activité « Enquête d'hygiène à l'école - 1 ». Par la suite, il se peut que cette liste de personnes ressources soit utile aux élèves. En effet, ils pourront s'adresser à l'une ou l'autre de ces personnes pour avancer dans leur projet.

## Deuxième étape :

Constituer des groupes de 4-5 élèves.

Distribuer aux groupes une des fiches d'activités proposées « Enquête d'hygiène à l'école - 2 ». Idéalement, chaque groupe travaillera sur un lieu déterminé (le groupe enquêteur « classe », le groupe enquêteur « couloirs et escaliers », le groupe enquêteur « cour et préau », le groupe enquêteur « toilettes », le groupe enquêteur « réfectoire – lieu où nous mangeons », ...).

Chaque groupe tentera de compléter au mieux sa fiche « Enquête d'hygiène à l'école - 2 ». En cas de nécessité, les groupes pourront s'adresser aux personnes ressources identifiées dans la fiche d'activité « Enquête d'hygiène à l'école - 1 ».

## Troisième étape :

Les élèves vont synthétiser les données recueillies.

Pour ce faire, ils peuvent utiliser la fiche d'activité « Enquête d'hygiène à l'école - 3 » qui reprend les lieux explorés, ce que les élèves ont constaté, les problèmes perçus comme étant importants et les pistes d'actions que proposent les élèves. Si nécessaire, les élèves pourront s'adresser aux personnes ressources identifiées dans la fiche d'activité « Enquête d'hygiène à l'école - 1 ».



# ENQUÊTE SUR L'HYGIÈNE DE VIE À L'ÉCOLE-1

## Identification des personnes qui ont une responsabilité vis à vis des conditions d'hygiène à l'école

Qui s'occupe de l'entretien de ton école?	Que font ces personnes concernant l'entretien de ton école?	Quand s'occupe-t-elle de l'entretien de ton école?	comment ces personnes entretiennent-elles ton école?	Dans quel but, en rapport avec la santé, ton école est-elle entretenue?



Etat des lieux en matière d'hygiène à l'école.						
CLASSE						
LIEUX	Besoin	But	Les questions	Les réponses	Les problèmes soulevés	Les solutions proposées
Air	Respirer		→ L'air est-il suffisamment renouvelé? → Est-il possible d'ouvrir les fenêtres ? → Avons-nous l'habitude d'ouvrir les fenêtres pour aérer? → Quand? → Y a-t-il une quantité de lumière suffisante? → Les fenêtres sont-elles dégagées? → L'éclairage électrique est-il suffisant?			
Lumière	Voir clair		→ Le sol est-il sans risque? → Les malettes font-elles obstacle? → Les vêtements sont-ils accrochés au porte-manteaux?			
Sécurité	Eviter de tomber					
Eau	S'hydrater		→ Où pouvons-nous boire? → Quand pouvons-nous boire? → Comment pouvons-nous boire? (gobelet)			
Eau	Enlever les microbes		→ Pouvons-nous nous laver les mains en classe? → Disposons-nous de savon et d'essuies? → Si nous ne pouvons pas nous laver les mains en classe, où pouvons-nous le faire? → Quand nous lavons-nous les mains à l'école?			



# ENQUÊTE SUR L'HYGIÈNE DE VIE À L'ÉCOLE-2

<b>Température</b>	<b>Rester éveillé et se sentir bien</b>	→ Quelle est la température ambiante de la classe?			
<b>Propreté</b>	<b>Eviter les microbes</b>	→ Les murs sont-ils propres? → Le sol est-il régulièrement nettoyé? → Si nous renversons un produit, de quoi disposons-nous pour réparer les dégâts?			



COURS ET PREAU					
LIEUX	But	Les questions	Les réponses	Les problèmes soulevés	Les solutions proposées
Air	Se dépenser et s'aérer	→Pouvons-nous aller dehors? →A quel(s) moment(s) ?			
Protection	Rester en bonne santé	Y a-t-il des endroits où se mettre quand il pleut ou qu'il y a beaucoup de soleil?			
Convivialité	Se sentir bien	Comment est l'ambiance dans la cours de récréation?			
Propreté	Respecter notre environnement	Où pouvons-nous mettre nos déchets?			



# ENQUÊTE SUR L'HYGIÈNE DE VIE À L'ÉCOLE-2

LES TOILETTES					
LIEUX	But	Les questions	Les réponses	Les problèmes soulevés	Les solutions proposées
Besoin Uriner et defequer	Expulser les déchets produits par le corps	→ Pouvons-nous aller aux toilettes quand nous en avons besoin?			
Propreté	Rester en bonne santé	→ Disposons-nous de papier pour nous essuyer?			
Intimité	Se sentir bien	→ Pouvons-nous fermer les portes des wc à clefs?			
Eau	Enlever les microbes	→ Pouvons-nous nous laver les mains après être allé aux toilettes?			
		→ Est-ce que nous nous lavons les mains et quand le faisons-nous?			



LE REFECTOIRE - LE LIEU OU NOUS MANGEONS						
LIEUX	Besoin	But	Les questions	Les réponses	Les problèmes soulevés	Les solutions proposées
Nourriture	Se nourrir		→ Où mangeons-nous? → Quand mangeons-nous? → Le lieu où nous mangeons est-il propre? → y a-t-il du matériel de nettoyage à notre portée? Si oui, quel est-il?			
Propreté	Eviter les microbes et la contamination					
Eau	Boire		→ Où est situé le point d'eau le plus proche du lieu où nous mangeons? → Quand pouvons-nous boire? → Comment pouvons-nous boire?			
	Enlever les microbes		→ Pouvons-nous nous laver les mains en classe? → Disposons-nous de savon et d'essuies? → Si nous ne pouvons pas nous laver les mains en classe où pouvons-nous le faire? → Quand nous lavons-nous les mains à l'école?			
Confort	Etre bien installé		→ Comment sont les tables et les chaises? → Y a-t-il des odeurs agréables ou désagréables? → Y a-t-il des fenêtres? → Y a-t-il un éclairage suffisant?			
Lumiere	Voir clair					
Air	Respirer		→ Les fenêtres s'ouvrent-elles?			







## ENQUÊTE SUR L'HYGIÈNE DE VIE À L'ÉCOLE - 3

→ Quels sont les lieux que nous avons exploré pour mener notre enquête ?

→ Qu'avons-nous principalement constaté ?

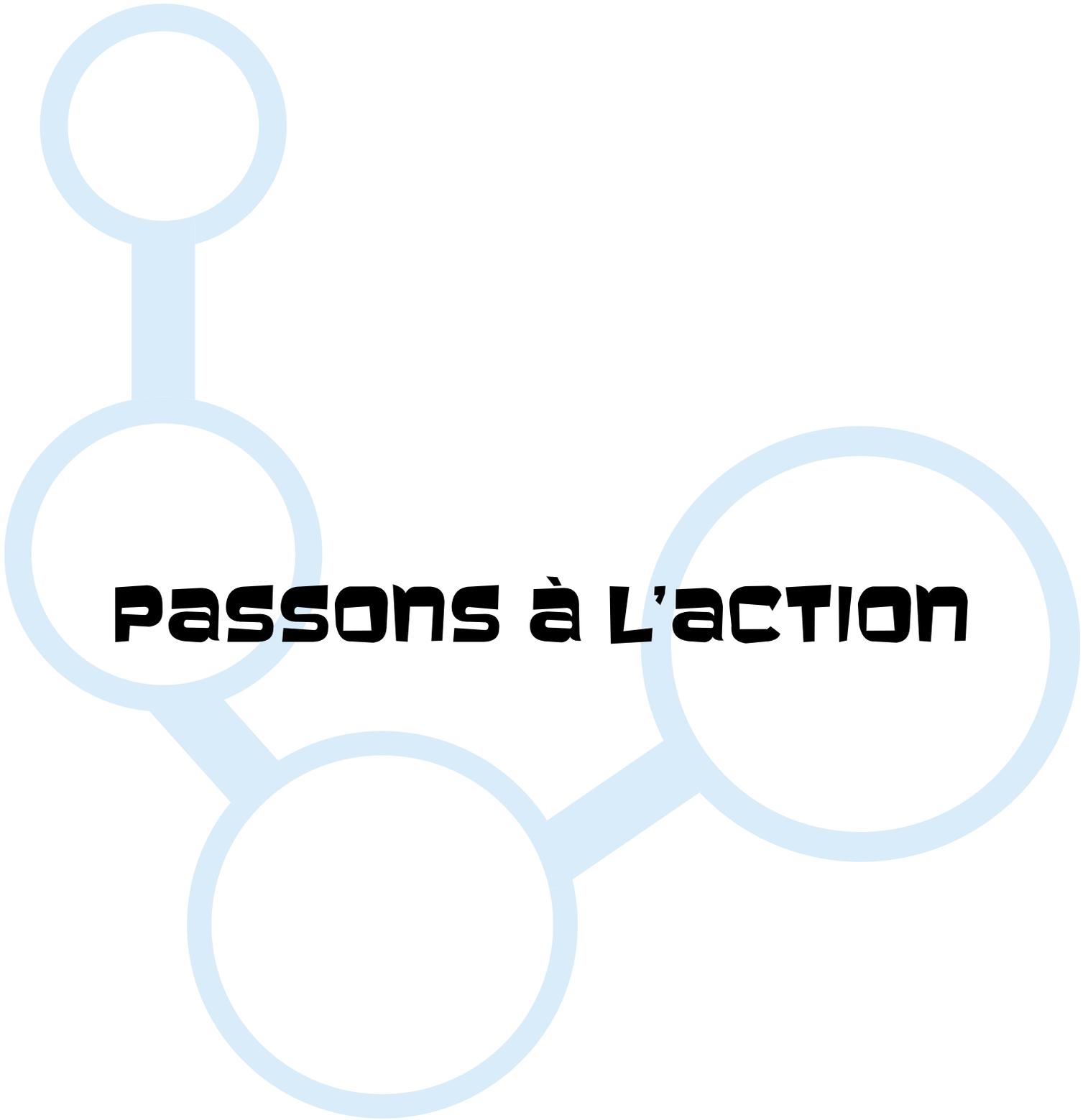
→ Quels sont les problèmes qui nous paraissent les plus importants ?

→ A la suite de l'enquête, qu'avons-nous décidé de faire ?

→ Comment allons-nous nous y prendre ?

→ A qui allons-nous nous adresser pour nous aider ?





**PASSONS à L'ACTION**

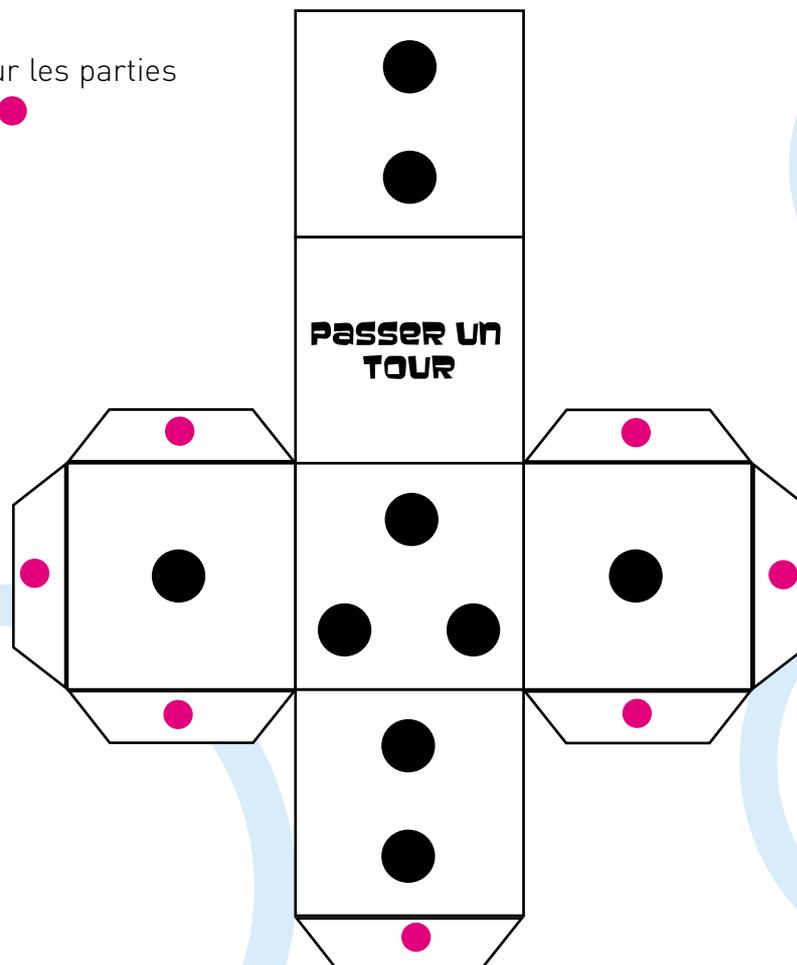




**\* 1**  
**JEUX SUR LE THÈME**  
**DE L'HYGIÈNE**  
**(CONNAISSANCE)**



Appliquer de la colle sur les parties munies d'un point rose ●



## PRÉPARATION :

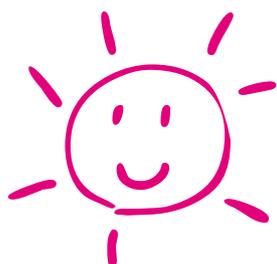
- Photocopier les pages 30 à 49, découper ces fiches d'après leur encadré.
- Assembler le dé repris ci-dessus.
- Utiliser le plateau de jeux ci-joint ( vous pouvez le photocopier en format A3).

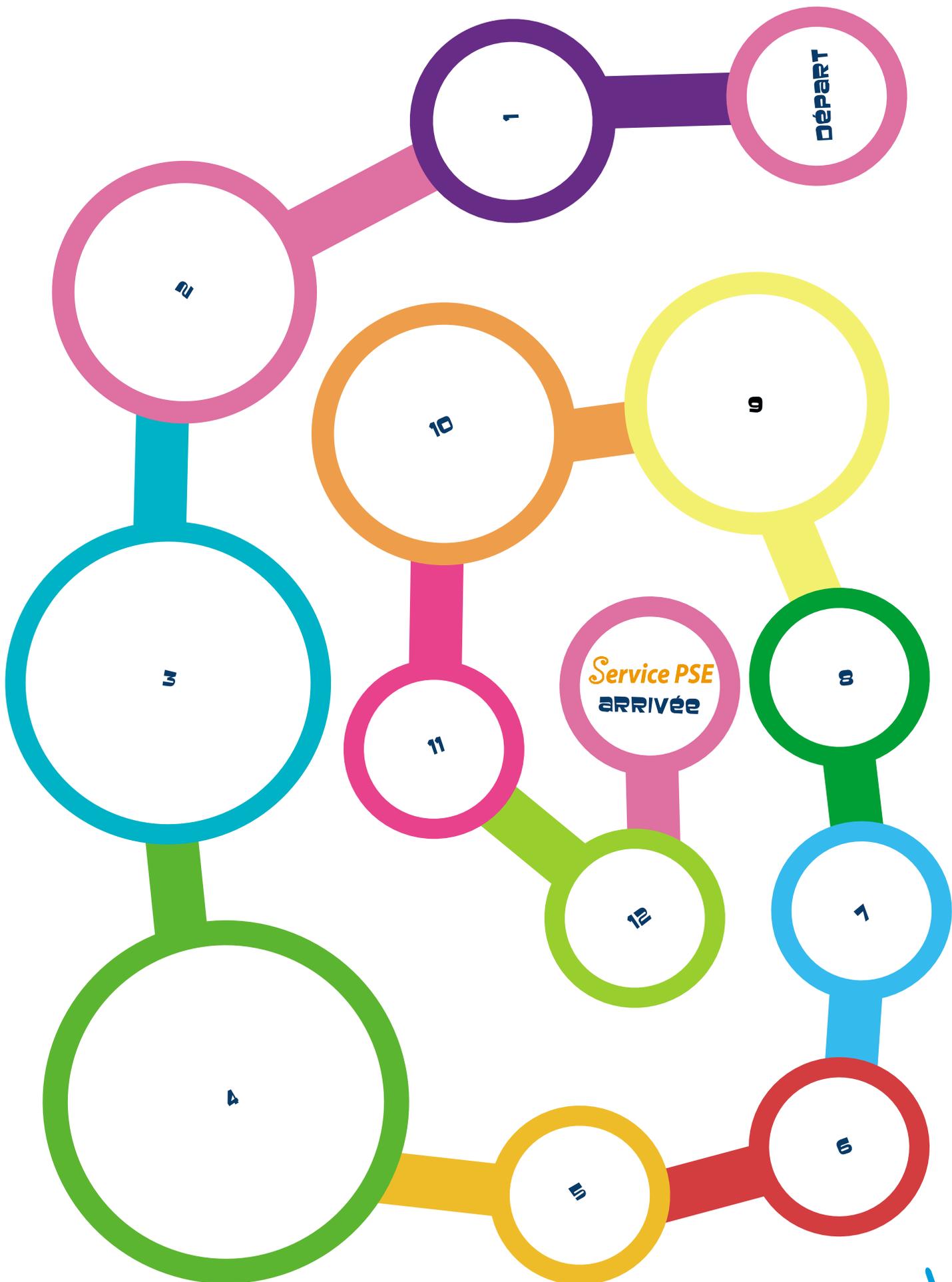
## RÈGLES :

Lancer le dé, le numéro affiché correspond au nombre de case pour lesquelles vous pouvez avancer.  
Si vous parvenez à justifier la réponse à la question tirée au hasard vous avancez d'une case supplémentaire.

**ATTENTION TOUTE MAUVAISE REPONSE IMPLIQUE UN GAGE !!!!**

**BON AMUSEMENT !**







# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Le dentiste fait toujours mal quand il nous soigne les dents.



**FAUX**

Il ne faut pas en avoir peur car le dentiste est l'ami de tes dents. Même si tes dents sont malades, s'il y a des caries par exemple, le dentiste utilise un produit qui endort ta dent. Ainsi, tu ne sens rien pendant qu'il soigne ta dent.

De plus, si tu consultes régulièrement le dentiste, il pourra repérer une carie dès qu'elle apparaît ; son traitement sera beaucoup plus rapide et tu seras très vite soigné.

→ Il faut se laver les dents avant chaque repas.



**FAUX**

C'est après chaque repas que tu dois te brosser les dents, pour éliminer les débris de nourriture entre les dents ; les microbes adorent ces débris de nourriture !

→ Il faut aller chez le dentiste uniquement quand j'ai mal aux dents.



**FAUX**

Il vaut mieux aller chez le dentiste deux fois par an à partir de l'âge de 3 ans (les adultes doivent y aller une fois par an), même si tu n'as pas mal aux dents. Le dentiste contrôle tes dents, regarde si elles poussent correctement, si tu n'as pas un début de carie....

Il te donnera aussi des conseils pour éviter les caries.

→ Il faut se brosser les dents pendant au moins deux minutes.



**VRAI**

Tu dois les brosser suffisamment longtemps pour enlever les débris de nourriture nichés entre les dents ; ainsi tu éviteras les caries.

→ Il ne faut pas se brosser les dents de lait car elles vont tomber.



**FAUX**

Même si les dents de lait vont tomber, tu dois quand même en prendre soin et les brosser au moins deux fois par jour (après le petit déjeuner et avant de te coucher), sinon tu risques d'avoir des caries.

→ Il faut changer de brosse à dents tous les trois mois.



**VRAI**

Si tu ne changes pas régulièrement de brosse à dents, les poils s'usent et le brossage n'est plus assez efficace.



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Quand on perd ses dents, après, elles repoussent toujours.



**FAUX**

Les dents de lait tombent et sont remplacées par les dents définitives. Plus tard, si une dent définitive tombe ou meurt, elle ne repoussera plus jamais. Tu dois donc en prendre grand soin.

→ La carie est un trou dans la dent.



**VRAI**

Quand tu manges, le sucre reste collé aux dents. Les microbes, qui sont dans ta bouche, mangent le sucre et le transforment en acide qu'ils recrachent sur tes dents. L'acide attaque les dents et creuse un trou de plus en plus grand ; ça s'appelle une carie.

→ Les caries, ça fait mal aux dents.



**VRAI**

La carie est un trou dans la dent qui devient noire et ça peut faire très mal. C'est pour ne pas attraper de carie qu'il faut bien se brosser les dents après avoir mangé et qu'il faut aller régulièrement chez le dentiste. Si un jour tu attrapes une carie, il faut que ton dentiste soigne très vite ta dent pour éviter que le trou grandisse et que cela fasse mal.

→ Il ne faut pas sucer son pouce, sinon les dents poussent mal.



**VRAI**

En suçant ton pouce, tu empêches tes dents de pousser correctement et elles risquent alors d'être de travers. Tu devras alors porter un appareil dentaire pour qu'elles soient de nouveau bien placées. Donc, mieux vaut ne pas sucer son pouce...

→ Pour garder mes dents en bonne santé, je ne mange pas trop de sucreries.



**VRAI**

Tu dois éviter de manger trop souvent des sucreries comme les « chiques », les bonbons, le chocolat, la glace... car le sucre qu'elles contiennent colle aux dents et provoque des caries. Après avoir mangé des sucreries, n'oublie pas de bien te brosser les dents.

→ Il faut se brosser les dents le soir avant de se coucher.



**VRAI**

Tu dois te brosser les dents avant de te coucher et ne plus rien manger ni boire après, sauf de l'eau sinon, les microbes ont toute la nuit pour faire des dégâts aux dents.

# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE



→ Je peux boire des boissons sucrées aussi souvent que je le désire.



**FAUX**

Tu dois éviter de boire trop souvent des boissons sucrées comme le coca, le citronné, l'orangeade, le cacao sucré,....car ces boissons font grossir mais en plus, le sucre qu'elles contiennent peut provoquer des caries.

→ Je dois continuer à me brosser les dents même si mes gencives saignent.



**VRAI**

Si tes gencives saignent, ce n'est pas une raison pour ne plus te brosser les dents ! Au contraire, le saignement est le signe d'une irritation de la gencive par de méchantes bactéries qu'il faut tenter de déloger ! Il faut, en plus, consulter le dentiste qui te donnera des conseils comme par exemple l'utilisation d'une brosse à dents à poils moins durs, l'amélioration de ta technique de brossage, ...

→ Il y a au total 20 dents de lait.



**VRAI**

Les dents de lait poussent à partir de l'âge de six mois et sont au nombre de 20 vers l'âge de 2 ans et demi. Elles commencent à tomber vers l'âge de sept ans et sont remplacées, une à une, par les dents définitives.

→ Il y a au total 36 dents définitives.



**FAUX**

Les dents définitives sont au nombre de 28 à 32.

Les 4 molaires « de sagesse » poussent entre l'âge de 15 à 25 ans, parfois beaucoup plus tard ou jamais.

→ Pour avoir de bonnes dents, il suffit de manger ce que l'on aime.



**FAUX**

Tu dois éviter de manger trop de sucreries comme les chiques, les bonbons, le chocolat, la glace, ...et de boire trop de boissons sucrées comme le coca, la grenadine, l'orangeade, le citronné,....

Le sucre, que ces aliments contiennent, colle aux dents et peut provoquer des caries dentaires.

Tu peux manger sucré mais avec modération et surtout en te brossant bien les dents après !

→ Certaines dents de lait tombent vers 15 ans.



**VRAI**

La dernière dent de lait peut tomber très tard... Parfois même à l'âge de 17 ans ! Normalement, toutes les dents de lait sont tombées à l'âge de 18 ans au plus tard.



## JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ La partie dure de la dent est constituée d'ivoire et la partie externe est recouverte d'émail.

**VRAI**

L'émail est un tissu très dur, entourant la dent et la protégeant.

Sous l'émail, se trouve la dentine qui est constituée d'ivoire. Elle est un peu moins dure que l'émail mais sensible à la douleur.

Sous la dentine se trouve la pulpe, un tissu mou contenant les vaisseaux sanguins, qui nourrissent la dent, ainsi que les nerfs, qui la rendent sensible à la douleur.



→ Pour avoir de bonnes dents, il faut manger des aliments riches en calcium et en phosphore (produits laitiers, viandes, poissons).

**VRAI**

Les aliments riches en calcium et en phosphore rendent les dents plus solides et résistantes face aux caries ; l'émail est ainsi encore plus dur.



→ Il faut utiliser du fil dentaire une fois par jour.

**VRAI**

Le fil dentaire permet de nettoyer les espaces qui ne sont pas accessibles à la brosse à dents ; entre les dents et sous la gencive. Idéalement, il faut utiliser du fil dentaire tous les soirs, après avoir mangé et avant d'aller se coucher...



→ Il faut toujours mettre beaucoup de dentifrice sur la brosse à dents.

**FAUX**

Tu dois utiliser très peu de dentifrice. La grosseur d'un petit pois suffit largement pour un bon brossage. Tu ne dois surtout pas en avaler.



→ Après s'être brossé les dents, on range la brosse à dents n'importe comment.

**FAUX**

Tu dois bien rincer ta brosse à dents et la ranger en mettant les poils vers le haut pour qu'ils sèchent correctement.



→ Après s'être brossé les dents, il faut rincer sa brosse à dents à l'eau claire.

**VRAI**

Tu dois la rincer correctement à l'eau claire pour enlever tous les dépôts de dentifrice et de la plaque dentaire qui sont retenus par les poils.





# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Nous avons quatre sortes de dents : les incisives, les canines, les pré-molaires et les molaires. Chacune de ces dents a un rôle particulier.



**VRAI**

Nous avons 8 incisives qui servent à couper les aliments, 4 canines qui servent à arracher, déchirer les aliments ainsi que 8 pré-molaires et 12 molaires qui servent à mâcher et à broyer les aliments.

→ Le fluor protège mes dents.



**VRAI**

Le fluor rend l'émail de tes dents plus dur et augmente sa résistance face aux acides. Le fluor ralentit aussi la transformation des sucres en acide et peut même éliminer en partie les microbes. On trouve du fluor dans le dentifrice, dans l'eau et dans certains aliments tels que la viande, les œufs, les légumes, les céréales, les fruits, .....

→ Une brosse à dents doit être très dure.



**FAUX**

Les poils de ma brosse à dents ne doivent être ni trop durs, ni trop mous. Ils doivent être doux afin de ne pas blesser les gencives.

→ Je peux me brosser la langue pour ôter les dépôts qui s'y trouvent.



**VRAI**

Le brossage de la langue peut compléter celui des dents. Il permet d'éliminer les dépôts de nourriture et les microbes présents sur la langue.

→ Quand on prend son bain, il faut se laver à l'eau claire et au savon.



**VRAI**

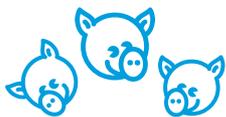
Pour être bien propre, il ne suffit pas de tremper dans l'eau ; il faut aussi se savonner énergiquement partout et puis bien se rincer. Ainsi, la transpiration, la saleté et les microbes que nous avons accumulés pendant la journée disparaissent.

→ Il faut se laver seulement une fois par semaine.



**FAUX**

Nous transpirons tout le temps ; nous jouons et nous nous salissons... pour éviter les mauvaises odeurs et pour se sentir bien, il est important de se laver chaque jour pour débarrasser notre peau des impuretés. On peut se laver à l'évier, dans une baignoire ou sous la douche !



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Les vêtements se changent une fois par semaine.



**FAUX**

Quand les habits sont sales ou quand on a beaucoup transpiré (si on a eu chaud par exemple), il faut changer de vêtements. Comme ça, on est propre et on sent bon ; c'est bien plus agréable pour soi et pour les autres !

→ Il vaut mieux mettre des chaussettes que d'être pieds nus dans des chaussures ou des baskets.



**VRAI**

Quand on ne met pas de chaussettes dans les chaussures ou les baskets, la transpiration des pieds n'est pas absorbée et les pieds baignent dans l'humidité. Les pieds transpirent beaucoup plus, cela facilite la macération et l'apparition de champignons, de cloches... et de mauvaises odeurs. Les chaussettes sont les amies des pieds !

→ Je me lave les mains uniquement avant d'aller au lit, jamais à un autre moment.



**FAUX**

Il faut se laver les mains beaucoup plus souvent que cela ! Les mains touchent une multitude d'objets, parfois très sales. Elles sont recouvertes de microbes, parfois très méchants, qui sont capables de nous rendre malades.

Il est vraiment important de se laver les mains avant de manger sinon, les microbes peuvent se retrouver dans la bouche.

Après être allé aux toilettes, il faut aussi se laver les mains parce que là aussi, il y a beaucoup de microbes.

Un bon lavage des mains permet de faire disparaître tous les microbes qui recouvrent la peau et se nichent sous les ongles.

→ Quand le nez coule, il faut se moucher.



**VRAI**

Pour bien dégager son nez et chasser les microbes, il faut se moucher le nez. Sinon, on risque de renifler ; les mucosités et les microbes seront alors renvoyés dans les sinus et l'arrière-gorge, et risqueront de boucher les bronches et les oreilles !

Si on ne se mouche pas, on guérira moins vite et on risque même de tomber plus gravement malade....

→ Il faut s'essuyer les mains après les avoir lavées.



**VRAI**

Idéalement, il faut s'essuyer les mains après les avoir lavées mais il faut que l'essuie soit propre et changé régulièrement. Si l'essuie est sale, il vaut mieux laisser ses mains sécher toutes seules, sans rien toucher tant qu'elles sont mouillées ou il faut utiliser un morceau de papier (comme les papiers cuisine par exemple)

→ On peut prêter son mouchoir en tissu à son ami même si on s'est déjà mouché dedans.



**FAUX**

Quand un mouchoir a été utilisé, il est rempli de microbes... Il est donc important de ne pas le prêter ! Un mouchoir est personnel et ne se prête pas... L'idéal est d'utiliser un mouchoir en papier que l'on jette dans la poubelle une fois qu'il est usagé.



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Si quelqu'un éternue, c'est important qu'il mette sa main devant la bouche.



**VRAI**

Lorsqu'on éternue, les microbes sont envoyés dans l'air à grande vitesse. Pour éviter de contaminer tout le monde, il est important de mettre sa main devant la bouche et le nez quand on éternue. Ainsi, les microbes sont arrêtés par la main et ils ne volent pas partout dans l'air !

→ Après avoir caressé son animal préféré, on peut mettre ses doigts en bouche.



**FAUX**

Même s'ils ont l'air propres, les animaux sont remplis de parasites et de microbes... Bien sûr, on peut caresser son chien, son chat, son hamster... mais après, il faut bien se laver les mains pour éliminer les microbes qui sont sous nos ongles, sur nos doigts et nos mains.

→ Les pieds n'ont pas besoin d'être lavés tous les jours.



**FAUX**

La transpiration est abondante au niveau des pieds et sèche difficilement puisque nos pieds sont en permanence enfermés dans leurs chaussures à l'abri des courants d'air ! Les microbes et les champignons adorent cette humidité et s'y multiplient tant et plus ! Aïe, les mauvaises odeurs !!!

Comme les autres parties du corps, il est important de se laver les pieds chaque jour à l'évier, dans la baignoire ou sous la douche.

→ Cracher par terre, c'est bien !



**FAUX**

Ce n'est pas propre de disperser ses microbes dans la nature. De plus, ce n'est ni élégant ni poli. Si on doit expectorer parce qu'on est malade, on prend un mouchoir en papier que l'on jette après, dans une poubelle.

→ Après avoir été aux toilettes, je ne tire surtout pas la chasse.



**FAUX**

Après avoir été aux toilettes, il est important de tirer la chasse à chaque fois. Ainsi, une grosse partie des microbes part dans les égouts. En plus, on évite les mauvaises odeurs, par respect pour ceux qui vont aux toilettes après nous.

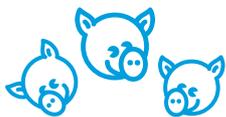
C'est important pour l'hygiène et pour le savoir-vivre.

→ Après le sport, il faut se laver.



**VRAI**

Après le sport, il est important de bien se laver parce qu'on a bougé, on a eu chaud et donc, on a beaucoup transpiré. On s'est peut-être aussi sali dans la boue. Il faut donc libérer le corps de ces impuretés et c'est en se lavant que l'on peut y arriver.



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ La transpiration c'est de l'eau, ça ne sent pas mauvais.



**VRAI**

Au départ, la transpiration n'a pas d'odeur. C'est seulement quand on garde la transpiration sur soi ou sur ses vêtements que les mauvaises odeurs apparaissent : certaines bactéries qui ont élu domicile sur notre peau se nourrissent de la transpiration, et la dégradent en produits malodorants. Ce qui sent, c'est donc la sueur qui est décomposée par les bactéries.

→ Quand on sent la transpiration, on « camoufle » l'odeur en mettant du déodorant.



**FAUX**

Avant de mettre du déodorant, il est important de bien se laver ainsi, on élimine les bactéries qui dégradent la sueur et sont à l'origine des mauvaises odeurs. C'est seulement après s'être lavé que l'on peut mettre du déodorant qui va parfumer la peau et retarder l'apparition des mauvaises odeurs.

→ Quand je deviens plus âgé, ma transpiration sent plus fort.



**VRAI**

A partir de la puberté, quand le corps change, les glandes sébacées qui se situent essentiellement sous les bras et au niveau du sexe, deviennent plus actives sous l'effet des hormones. Ces glandes secrètent des liquides gras, qui se mêlent à la transpiration et qui donnent à chacun une odeur corporelle unique. Cette odeur est peu perceptible mais si on oublie de se laver, ces sécrétions se dégradent, s'accumulent et sont à l'origine d'odeurs parfois fortes. Une bonne hygiène corporelle évite ou apaise les inconvénients liés à ce phénomène.

→ Quand les filles ont leurs règles, elles ne doivent pas se laver.



**FAUX**

Le sang, que ce soit le sang des règles ou le sang qui s'épanche d'une blessure, n'a au départ aucune odeur. C'est la dégradation du sang qui s'opère au contact de l'air qui, après quelques heures, est à l'origine des odeurs. Quand les filles ont leurs règles, il faut une hygiène encore plus soignée pour éviter les mauvaises odeurs et les infections.

→ Au XVIIème siècle, les gens pensaient que l'eau rendait malade, ils ne se lavaient donc pas.



**VRAI**

A cette époque, la médecine n'était pas aussi pointue qu'à l'heure actuelle et les gens mettaient du parfum pour cacher les mauvaises odeurs, ils ne se lavaient pas car ils pensaient que la crasse les protégeait des maladies. Maintenant, la médecine a bien changé et les connaissances scientifiques aussi. Dans nos pays industrialisés, nous savons qu'une bonne hygiène commence par la nécessité de se laver avec de l'eau et du savon !



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Autrefois, même dans les châteaux, il n'y avait pas de W.C.



**VRAI**

Parfois, on se soulageait dans les escaliers et on jetait le pot de chambre par les fenêtres. Maintenant, tout cela a bien changé... heureusement, non ?

C'est le placement des égouts dans les villes qui a provoqué la disparition des grandes épidémies de maladies contagieuses.

→ Chez nos grands-parents, quand ils étaient petits, il n'y avait pas toujours de salle de bain et de WC à l'intérieur de la maison.



**VRAI**

Le W.C. était à l'extérieur de la maison, dans les jardins et on récupérait les excréments pour enrichir la terre. On se lavait chaque jour à l'aide d'un bassin, on prenait un bain une fois par semaine dans une grande cuve.

→ Si les ongles des mains ou des pieds sont sales, il ne faut surtout pas utiliser de brosse à ongles.



**FAUX**

La brosse à ongles aide à enlever la saleté qui se trouve en dessous des ongles ; accompagnées de savon, les saletés qui se trouvent sous l'ongle se détachent plus facilement. L'usage de la brosse à ongles est donc important.

→ Dans certains pays « moins développés » il n'y a pas toujours de l'eau disponible pour se laver.



**VRAI**

Les personnes de ces pays se lavent alors de façon plus écologique ou encore, elles doivent beaucoup marcher pour trouver un endroit où se trouve de l'eau pour se laver.

→ Il faut laver le sexe avant l'anus pour éviter les infections et l'apparition de microbes.



**VRAI**

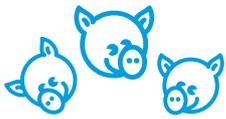
Il faut toujours laver son sexe d'avant en arrière pour ne pas ramener des bactéries (provenant des matières fécales) de l'anus vers l'organe sexuel.

→ Les cheveux, ça se lave une fois par mois.



**FAUX**

A chaque fois que les cheveux sont sales ou gras, il faut les laver. Cependant, il ne faut pas le faire trop fréquemment sinon ils risquent de devenir secs ou, au contraire, de plus en plus gras. Généralement, il faut laver ses cheveux une à deux fois par semaine.



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Pour éviter l'apparition de champignons entre les orteils, il est important, après s'être lavé, de prendre soin de bien essuyer l'eau qui se trouve entre les orteils.



**VRAI**

La bonne hygiène des pieds reste le meilleur moyen de prévenir les champignons. Pour cela, il faut garder les pieds propres, frais et secs. Il est donc important de bien assécher les pieds et les orteils à l'aide d'une serviette propre après les avoir lavés et surtout à la sortie de la piscine.

→ Pas besoin de tirer la chasse après avoir fait pipi !

La réponse n'est pas si simple !!!

L'eau est une richesse rare de par le monde, et coûteuse, même dans nos pays d'Europe.

Tirer la chasse équivaut à envoyer à l'égout 20 litres d'eau pour un petit pipi !

Cependant, si l'urine qui, au départ n'a pas d'odeur désagréable, séjourne dans le vase des W.C., elle va rapidement se dégrader et dégager une mauvaise odeur d'ammoniac !

Chez soi, les parents font le choix qu'ils estiment raisonnable.

Dans les lieux publics comme l'école, il vaut mieux tirer la chasse par respect pour autrui.

Pour éviter le gaspillage, on a inventé des chasses de W.C. à deux débits qui, pour un petit pipi, le petit débit envoie un petit courant d'eau.



→ L'urine est pleine de microbes.



**Faux**

L'urine d'une personne en bonne santé ne contient pas de microbes susceptibles de nous rendre malade.

→ Trop se laver n'est pas bon pour la santé

**VRAI**

Trop, c'est trop !

Certaines personnes, par peur des microbes, se lavent, en partie ou entièrement, de nombreuses fois par jour. Leur peau perd son film gras protecteur et elle devient très fragile et s'infecte plus facilement.



→ Quand la tête gratte, il est important de prévenir les parents.

**VRAI**

C'est peut-être le signe qu'on a attrapé des poux. Il faut le dire aux parents pour qu'ils vérifient si on a des poux ou non. Si on a des poux, il faut très vite faire un traitement approprié (shampooing et retirer des lentes).



→ Les poux ne se cachent que dans les cheveux sales.

**FAUX**

Tout le monde peut attraper des poux ! Qu'on se lave les cheveux 2 fois par semaine ou une fois par mois, personne n'est à l'abri des poux !



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE



→ On peut prêter son bonnet et son écharpe à ses copains.



**FAUX**

Le bonnet et l'écharpe sont des effets personnels qu'il ne faut pas prêter... Il arrive qu'un petit pou malin se glisse dans un bonnet ou une écharpe et voilà une nouvelle personne contaminée... !

→ Un shampoing ordinaire suffit à tuer les poux.



**FAUX**

Quand on a des poux, il faut absolument utiliser une lotion spéciale que les parents achètent à la pharmacie ; on appelle ça une lotion « anti-poux ».

→ Un pou ne sait pas nager donc, quand je me lave les cheveux, il meurt.



**FAUX**

Un pou sait très bien nager ; il ne meurt pas quand je me lave les cheveux.

→ Il ne faut pas avoir peur des poux, ça gratte mais ce n'est pas grave.



**VRAI**

Le pou de tête n'est pas dangereux ; il ne transmet aucune maladie. Mais si l'on gratte les petites plaies laissées par les piqûres, celles-ci risquent de s'infecter.

→ Quand on a des poux, on ne dit rien à l'institutrice et on continue de venir à l'école comme si rien n'était.



**FAUX**

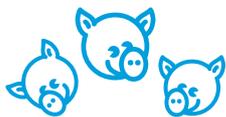
Quand on a des poux, il faut toujours prévenir l'institutrice ou l'instituteur comme ça, il peut prévenir les autres parents pour qu'ils regardent la tête de leur enfant et le soigne si cela est nécessaire. Ainsi, on évite que toute la classe ou toute l'école soit contaminée !

→ Si un ami a des poux, il ne faut plus lui parler.



**FAUX**

On n'attrape pas des poux en parlant avec un ami qui en a ni en jouant avec lui ! Il faut juste éviter de mettre nos cheveux contre les siens, de prendre son bonnet ou son écharpe... Imagine un peu que tu aies des poux et que plus personne ne te parle ou ne joue avec toi... tu te sentirais comment ?



## JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Les œufs du pou s'appellent les lentes.



**VRAI**

Elles apparaissent comme des points blancs ou grisâtres. Elles sont collées à la base du cheveu et s'en décollent très difficilement.

→ Quand on a eu des poux, il faut laver les draps de lit, les manteaux, les peluches,...



**VRAI**

Ainsi, on est certain qu'un pou ou une lente ne s'y est pas glissé et on évite une nouvelle contamination. Après tout le travail passé à enlever les lentes de la chevelure, ce serait trop bête d'attraper à nouveau des poux parce qu'un seul pou s'est caché dans notre peluche préférée...

→ Après la gym ou la piscine, on peut se coiffer les cheveux avec la brosse de son copain ou de sa copine.



**FAUX**

La brosse à cheveux est un objet personnel qui peut abriter des poux, comme le bonnet et l'écharpe. Pour les filles, les pinces à cheveux, les élastiques et les chouchous sont aussi des objets personnels qui ne se prêtent pas...

→ Le peigne à poux fait mal, maman ne doit pas l'utiliser.



**FAUX**

Même après un shampoing anti-poux, il faut utiliser le peigne fin pour enlever les petits œufs (les lentes) qui collent aux cheveux. Si cela fait mal, il faut d'abord démêler les cheveux avec un peigne dont l'espace entre les dents est plus large. Ensuite, le peigne à poux (qui est indispensable) passe plus facilement.

→ Un pou mesure 2 à 3 millimètres.



**VRAI**

Le pou a une taille qui se situe entre la puce et la mouchette.

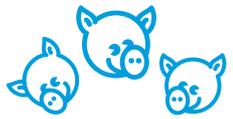
→ La femelle pond une douzaine de lentes par jour.



**VRAI**

Le pou aime les grandes familles. La femelle peut pondre plus de 10 lentes par jour, et ce, pendant 20 à 30 jours... Tu imagines combien de petits poux cela fait... Une femelle pou pourrait donc pondre de 200 à 300 œufs !

# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE



→ Les œufs, que l'on appelle lentes, éclosent après une semaine.



**VRAI**

C'est au bout de 8 à 10 jours qu'un petit pou sortira de la lente. Il faudra attendre 10 à 15 jours pour que ce dernier devienne adulte et puisse à nouveau se reproduire.

→ Un pou vit plus ou moins deux jours.



**FAUX**

La durée de vie d'un pou se situe entre 20 et 30 jours dans son habitat qui est la chevelure mais, en dehors des cheveux, le pou vit environ 24 à 72 heures selon les conditions.

→ Il ne faut pas relaver bonnets et écharpes après avoir reçu un traitement anti-poux.



**FAUX**

Des poux ou des lentes vivantes peuvent être tombées dans tes vêtements. Si tu les remets sur toi après ton traitement, sans les avoir lavés, tu risques de te re-contaminer et le traitement que tu viens de terminer n'aura servi à rien. Une autre solution est de mettre les vêtements dans un sac en plastique bien fermé pendant 24 heures dans le congélateur. Ainsi, les poux meurent par eux-mêmes car ils ne savent plus se nourrir et parce qu'ils sont gelés.

→ Je peux acheter mes traitements anti-poux dans les grands magasins.



**FAUX**

Seul ton médecin ou ton pharmacien peut te conseiller sur le traitement qui te convient le mieux ; les lotions anti-poux sont des médicaments ; on les trouve donc en pharmacie et pas dans un grand magasin.

→ Il suffit de mettre de l'eau vinaigrée sur les cheveux pour tuer les poux.



**FAUX**

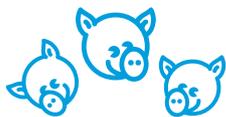
Le vinaigre ne tuera ni les poux ni les lentes. Tu peux l'utiliser après le traitement anti-poux car il va t'aider pour faire fondre le ciment (la colle) qui se trouve autour de la lente.

→ Un pou ne se nourrit que de sang.



**VRAI**

On dit du pou qu'il est hématophage.



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Le pou injecte de la salive en nous piquant.



**VRAI**

Pour se nourrir, le pou injecte un anti-coagulant qui a pour fonction de faire en sorte que ton sang reste plus liquide. Cette substance nous irrite et nous chatouille... Ce n'est pas le pou qui court sur notre tête qui nous chatouille mais bien la salive que le pou nous injecte quand il nous pique.

→ Le pou de tête ne vit pas que sur les cheveux humains.



**FAUX**

Les animaux n'hébergent pas le pou humain. Le nom scientifique du pou de tête est : *PEDICULUS CAPITIS*.

→ Lorsqu'on a de longs cheveux, il vaut mieux les attacher pour venir à l'école.



**VRAI**

Si je n'ai pas de pou, il vaut mieux que mes cheveux ne pendent pas sur les cheveux d'autres personnes qui ont peut-être des hôtes indésirables. Et, si j'ai des poux, par respect pour les autres, je ne laisse pas pendre mes cheveux sur d'autres personnes qui seraient à leur tour contaminées.

→ Il vaut mieux ranger bonnet et écharpe dans la manche de son manteau.



**VRAI**

Comme cela, le bonnet et l'écharpe ne seront pas en contact avec les effets des autres élèves, ainsi on évite les risques de contamination.

→ Quand on a fait un traitement pour se débarrasser des poux, il faut toujours en refaire un 10 jours plus tard.



**VRAI**

Car les traitements agissent essentiellement sur les poux, au bout de 8 à 10 jours, l'éclosion des lentes a eu lieu, il faut donc refaire un traitement pour tuer les larves qui viennent d'éclore.

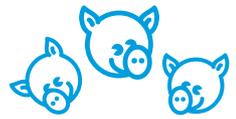
→ On doit faire un traitement préventif (contre les poux) toutes les semaines.



**FAUX**

Les lotions contre les poux sont nocives pour la santé lorsqu'on en abuse. De plus, les lotions contre les poux tuent les poux, mais ne dissuadent pas de nouveaux poux de venir ultérieurement visiter notre tête. Il ne sert donc à rien de les utiliser si on n'est pas infesté. D'ailleurs, quand on n'est pas malade, on ne prend pas de médicament n'est-ce pas ? Par contre, il faut demander à quelqu'un de l'entourage de regarder nos cheveux au moins deux fois par semaine. Si on remarque un pou ou des lentes, alors on fait un traitement.

# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE



→ Si quelqu'un de la famille a des poux, il faut vérifier les cheveux de toute la famille.



**VRAI**

Il n'y a pas qu'à l'école qu'il y a des poux, les parents ou les frères et sœurs peuvent également en attraper. S'il n'y a qu'un enfant qui se soigne alors que d'autres membres de la famille ont des poux, cela ne sert pas à grand chose.

→ Les poux peuvent sauter.



**FAUX**

Les poux ne sautent pas et ne volent pas. Ils se déplacent sur les cheveux grâce à leurs pattes.

→ Il n'y a pas besoin de lire la notice (le mode d'emploi) avant d'utiliser un produit anti-poux.



**FAUX**

Chaque traitement est différent. Avant d'utiliser un produit, il faut bien lire le mode d'emploi. Si on n'applique pas correctement un produit, le traitement risque de ne servir à rien !

→ Si à l'école on ne dit pas qu'il y a des poux, il ne faut pas regarder régulièrement les cheveux.



**FAUX**

Il faut contrôler les cheveux très régulièrement (une à deux fois par semaine). En plus, il n'y a pas qu'à l'école qu'on peut attraper des poux. En contrôlant régulièrement la chevelure, dès que l'on a des poux, on peut s'en rendre compte ; on évite ainsi que les poux aient le temps de se propager...

→ Même si les lentes semblent mortes, il faut les enlever.



**VRAI**

D'abord, on n'est jamais tout à fait sûr que les lentes soient bien mortes.

Ensuite, si les cheveux sont exempts de lentes, on voit beaucoup plus vite si on est à nouveau infesté.

→ Si plusieurs personnes de la famille ont des poux, il faut les traiter toutes le même jour.



**VRAI**

Quand plusieurs personnes d'une même famille ont des poux, il faut traiter tout le monde le même jour pour éviter une re-contamination après le traitement.



## JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Les shampoings contre les poux sont aussi efficaces que les lotions contre les poux.



**FAUX**

Un shampoing contre les poux n'agit que pendant la brève période où il est appliqué (une demi-heure maximum). Les lotions doivent être laissées sur les cheveux pendant toute une nuit : les poux sont donc soumis à plus rude épreuve !

→ Les produits contre les poux sont sans danger pour nous.



**FAUX**

Les choses ne sont pas si simples ! A doses importantes, les produits contre les poux sont toxiques pour notre corps aussi, comme tous les pesticides. Il ne faut donc pas en abuser et faire des tas de traitements inutiles par simple crainte d'attraper des poux... ou en pensant en être plus vite débarrassé.

→ Dessine un pou.

→ Cite les familles alimentaires.

→ Pour la semaine prochaine, la classe réalisera une pyramide alimentaire en découpant des images dans les revues publicitaires.

→ Mime le brossage des dents.



# JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Cite le petit déjeuner idéal.

→ Dessine un savon.

→ Cite ce qu'il faut pour se laver les mains correctement.

→ Pour la semaine prochaine, découpe dans des magazines publicitaires, 5 aliments riches en sucre.

→ Pour la semaine prochaine, découpe dans un vieux magazine une image qui représente quelqu'un qui déborde de santé, qui est en pleine santé.

→ Trouve dans la classe quelque chose qui est en rapport avec l'hygiène.



## JEUX SUR LE THÈME DE L'HYGIÈNE

→ Trouve un fruit, demande à un ami ou une amie de fermer les yeux et de reconnaître ce fruit en le touchant et en le sentant.

→ Mime quelqu'un qui se lave.

→ Trouve l'endroit le plus proche de toi, qui te permette de te laver les mains correctement et vérifie que tous les éléments essentiels sont bien présents.

→ Raconte une histoire qui contient les mots « main », « peau », « eau ».

→ Raconte une histoire qui contient les mots « beau », « mouchoir », « pou », « chocolat ».

→ Tout le monde fait un cercle, on va faire le téléphone sans fil ; tu vas lire en silence la phrase suivante et la dire dans le creux de l'oreille de la personne qui se trouve à ta droite, elle va devoir dire cette phrase à son voisin de droite et ainsi de suite. La dernière personne du cercle devra dire à haute voix la phrase qu'elle aura entendue. Chhuut... voici la phrase à lire silencieusement :  
« Charlotte a mangé un repas équilibré et elle a bu de l'eau »





\* 2

# ACTIVITÉS AUTOUR DES 5 SENS



# ACTIVITÉS AUTOUR DES 5 SENS

## Introduction :

Les enfants sont naturellement des observateurs et des explorateurs de leur environnement quotidien et familial.

Afin de percevoir le monde qui nous entoure, notre cerveau doit interpréter des informations qui viennent de partout et qui sont de tout ordre. Ainsi, images, sons, odeurs, goûts, sensations sont des informations qui parviennent à notre corps et qui doivent être traduites sous forme d'influx nerveux qui seront analysés et interprétés par notre cerveau.

Avant de démarrer les différentes activités qui traitent de l'hygiène au travers des sens, il est intéressant de s'arrêter sur les 5 sens principaux et de travailler avec les élèves cette notion de « sens ». A quoi servent nos sens, comment utiliser chacun d'entre eux pour décrire des objets de la vie courante.

Ainsi, les élèves seront amenés à réfléchir aux sens auxquels ils font appel pour définir les objets qui les entourent.

Les sens peuvent être comparés les uns aux autres et des discussions peuvent mettre en avant ce que le monde serait sans un de ces sens.

Ensuite, nous vous proposons une série d'activités ayant trait à l'hygiène et faisant appel à l'un ou l'autre de ces sens. Parmi celles-ci, vous trouverez ;

- Pourquoi doit-on se laver les mains ?
- L'expérience des paillettes
- La fabrication du savon
- Et si on se lavait les mains ?
- La connaissance de nos dents
- La fabrication du dentifrice
- Se brosser les dents, c'est important !
- Un coup de spray, à tes souhaits
- Entendu ! A la reconnaissance des bruits...
- Touché ! A la reconnaissance des objets...
- Idées de prolongements



# La VISION

Les yeux sont semblables à des caméras.

La lumière issue des objets qui nous entourent entre dans l'œil par une petite ouverture qui s'appelle la pupille. Ensuite, elle traverse le cristallin et l'image des objets est projetée sur l'écran situé au fond de l'œil ; la rétine. Cette image est transmise au cerveau qui va l'analyser et l'interpréter.

Qu'est-ce que je fais avec mes yeux ?

.....

Qu'est-ce qui accroche mon regard ?

.....

Notre environnement est adapté aux personnes qui ont une bonne vision...

Qu'est-ce qui se passe si je suis privé de la vue ? Donne un exemple.

.....

.....

.....

Le vocabulaire de la vision :

Quelques expressions :

« Avoir un compas dans l'œil », « Oeil pour œil , dent pour dent », « Ne pas pouvoir fermer l'œil », « Ne pas avoir les yeux dans la poche », « Cela saute aux yeux », « Ne pas avoir froid aux yeux », « Jeter un coup d'œil », « Mon œil ! »...

Quelques verbes :

« Voir », « Regarder », « Admirer », « Percevoir », « Observer », « Distinguer », « Apercevoir », « Contempler »...

Quelques noms communs :

« La netteté », « Le flou », « L'obscurité », ...

Sais-tu comment les yeux fragiles se protègent ?

- contre la chaleur et le dessèchement ?

f les larmes mouillent les yeux en permanence.

- contre les poussières ?

→ les larmes lorsqu'elles coulent emportent avec elles les poussières qui ont atteint nos yeux.

- contre les petits projectiles ?

→ si l'œil perçoit un objet (une mouche par exemple) qui va droit sur lui, la paupière, par réflexe, se ferme comme un bouclier.

- contre la transpiration ?

→ les sourcils et les cils retiennent la transpiration, empêchant que l'œil ne soit atteint.

- contre la lumière ?

→ Une forte lumière ou le soleil peut provoquer des brûlures graves des yeux. Pour éviter ces brûlures, les yeux se ferment automatiquement lorsque la lumière est trop forte. Si, face à la mer ou sur la neige, nous devons garder les yeux ouverts, pensons à mettre de bonnes lunettes de soleil !



# L'ouïe

## L'ouïe

Les oreilles ont une forme spéciale qui ressemble à un coquillage et qui nous permet de bien entendre les sons.

Chez l'homme, l'audition est un sens particulièrement bien développé qui joue un rôle très important au niveau de la communication verbale. Lorsque tu parles avec une personne, celle-ci peut t'entendre et te comprendre. Son cerveau donne du sens à ce qu'elle entend. Si tu parles à cette même personne et qu'il y a beaucoup de bruit autour de vous, vos cerveaux vont devoir faire un choix. Ils vont faire attention à ce que vous dites et ils vont essayer de mettre les bruits « parasites » de côté.

La partie visible de l'oreille s'appelle le pavillon. Après le pavillon, il y a le conduit auditif, fermé par le tympan. Le tympan est une petite peau très fine qui vibre quand un son entre dans l'oreille. Pour le protéger, l'oreille produit du cérumen (substance grasse et jaunâtre) qui arrête la poussière.

La partie invisible de l'oreille est très importante car elle transmet les sons au cerveau pour qu'il les reconnaisse.

Qu'est-ce que je fais avec mes oreilles ?

.....

Qu'est-ce qui retient mon attention ?

.....

Mets la main derrière ton oreille, comment entends-tu ?

.....

Notre environnement est adapté aux personnes qui ont une bonne audition...  
Qu'est-ce qui se passe si je suis privé de l'ouïe ? Donne un exemple.

.....  
.....  
.....

Le vocabulaire de l'ouïe :

Quelques expressions :

« Etre dur d'oreille », « Je suis tout ouïe », « Prêter l'oreille », ...

Quelques noms communs :

« Un gémissement », « Le vrombissement », « Le brouhaha », « Le bruit », « Le clapotis », « Le boucan », « Le tapage », « Le vacarme », ...

Quelques verbes :

« Chuchoter », « Murmurer », ...

Quelques onomatopées :

« Pin-pon », « Plouf », « Crac », « Ding dong », « Ouille », « Pif paf », « Badaboum », « Pan », « Glouglou », « Tic tac », ...

Sais-tu que la partie interne de l'oreille joue un rôle très important au niveau de ton équilibre ?

Quand tu risques de tomber, ton oreille interne alerte ton cerveau qui va commander tes muscles pour qu'ils fassent les bons gestes qui t'empêcheront de tomber.



# L'ODORAT

Le nez est un organe extrêmement sensible qui peut percevoir des milliers d'odeurs qui se déplacent dans l'air.

Lorsque nous respirons par le nez, l'air passe directement dans la gorge et une petite partie arrive dans les cellules olfactives. Ces cellules vont transmettre des impulsions au nerf olfactif qui envoie un signal au cerveau. Ensuite, le cerveau analyse l'odeur et peut la reconnaître.

Qu'est-ce que je fais avec mon nez ?

.....

Qu'est-ce que je détecte comme odeur ?

.....

Au niveau de l'odorat, qu'est-ce qui se passe quand j'ai un rhume ?

.....  
.....  
.....

Le vocabulaire de l'odorat :

Quelques expressions :

« Piquer du nez », « Fourrer son nez partout », « Avoir la moutarde qui monte au nez », « Passer sous le nez », « Tirer les vers du nez à une personne », ...

Quelques verbes :

« Sentir », « Humer », « Respirer », ...

Quelques Adjectifs :

« Inodore », « Odorant », « Nauséabond », « Infecte », « Fraîche », « Parfumé », ...

Sais-tu pourquoi c'est important de sentir les choses ?

L'odorat est un sens qui joue un rôle crucial chez de nombreuses espèces vivantes. Bien qu'il ne soit pas le sens le plus développé chez l'être humain, l'odorat nous permet de nous protéger des substances qui pourraient avoir un effet néfaste sur le corps humain.

Si tu sens le brûlé par exemple, tu sauras qu'il y a un danger.

C'est la même chose si tu trouves que le poisson ne sent pas bon, c'est probablement qu'il n'est plus consommable.

Généralement, la notion de sentir bon ou de sentir mauvais va de pair avec la perception que l'on a du goût de l'aliment.

Sais-tu ce qu'est le mucus et à quoi il sert ?

Les fosses nasales sont tapissées d'une muqueuse moite qui sécrète du mucus qui est une sécrétion visqueuse. Tous les microbes et toute la poussière que nous respirons avec l'air sont retenus par ce mucus. Quand tu te mouches, ce mucus est expulsé avec toute la saleté.



# LE GOÛT

La langue est composée de 3000 papilles gustatives formées de cellules qui sont spécialisées dans la reconnaissance des saveurs de base. Ces cellules réceptrices captent les stimulations et les transmettent au cerveau afin que celui-ci les analyse.

Il existe 4 saveurs de base ; le salé, le sucré, l'amer et l'acide.

Chaque partie de la langue reconnaît un goût particulier.

Au milieu, la langue n'en reconnaît aucun.

Par contre, à l'arrière, la langue reconnaît ce qui est amer comme les oignons et les pamplemousses par exemple.

Sur les côtés, elle reconnaît ce qui est acide comme le citron par exemple.

Sur le devant, elle reconnaît le sucré et le salé.

La langue ressent aussi le chaud, le froid et la douleur.

Pour bien reconnaître le goût des aliments, la langue doit toujours être mouillée de salive. Si ta langue est sèche, tu reconnaîtras moins bien le goût des aliments.

Qu'est-ce que je fais avec ma langue ?

.....

Qu'est-ce que je peux décrire comme goût ?

.....

Si je me brûle la langue avec une boisson ou un aliment trop chaud, que se passe-t-il ?

.....  
.....  
.....

Le vocabulaire du goût :

Quelques expressions :

« Dévorer un livre », « Boire les paroles de quelqu'un », « Etre au goût du jour », « Goûtes-moi cela tu m'en diras des nouvelles », ...

Quelques verbes :

« Déguster », « Saliver », « Goûter », « Savourer », « Avaler », ...

Quelques Adjectifs :

« Salé », « Acide », « Piquant », « Amère », « Pétillant », « Brûlant », « Goûteux », « Tiède », « Glacé », « Sucré », ...

Sais-tu pourquoi c'est important de goûter les choses ?

Si tu manges un aliment qui n'est pas frais, tu pourras peut-être t'en rendre compte parce qu'il aura un drôle de goût. Cela te permettra de ne pas l'avalier et d'éviter de faire une indigestion !



# Le TOUCHER

La peau est une grande enveloppe élastique et solide qui recouvre tout notre corps et qui le protège contre l'entrée de l'eau et des microbes, les frottements, les chocs et les agents chimiques. L'épaisseur de la peau varie de 1 à 4 millimètres. La peau régule la température du corps, elle lutte contre la chaleur grâce à la sudation et contre le froid grâce aux poils et à la graisse.

La peau comporte deux couches, la première couche se nomme l'épiderme et comporte des petits trous qui s'appellent les pores de la peau. La seconde couche est le derme, elle est en dessous de l'épiderme. Le derme comporte des terminaisons nerveuses qui transmettent les sensations au cerveau.

C'est par la peau que viennent les sensations du toucher, du chaud, du froid et de la douleur. Le corps doit pouvoir faire la différence entre une sensation agréable au toucher et une situation dangereuse.

Qu'est-ce que je fais avec mes mains ?

.....

Si je mets des gants ou que mes mains sont glacées par le froid (après avoir joué dans la neige par exemple), que se passe-t-il ?

.....

Le vocabulaire du toucher :

Quelques expressions :

« Perdre la main », « Donner un coup de main », « Avoir quelque chose sous la main », « Reprendre la main », « Faire main basse sur quelque chose », « De la main à la main », « Avoir la main sur le cœur », « Ne pas y aller de main morte », « Mettre la main à la pâte », ...

Quelques adjectifs :

« Rugueux », « Râpeux », « Doux », « Lisse », ...

Quelques verbes :

« Toucher », « Caresser », « Effleurer », « Picoter », « Tâtonner », « Chatouiller », ...

Sais-tu ce qu'est la transpiration, à quoi elle sert et pourquoi ça sent ?

Nous transpirons tous et c'est normal. Quand il fait chaud, la transpiration permet au corps de se maintenir à la bonne température, la sueur permet le refroidissement de la peau. Ainsi, tout le monde possède des glandes appelées sudoripares qui produisent en moyenne un litre de sueur par jour et qui permettent de réguler la température du corps. Ces glandes sont présentes sur toute la surface de la peau et plus particulièrement sur les paumes des mains, sous la plante des pieds, sur le visage et le crâne. On en retrouve également sous les aisselles et autour des organes sexuels. La transpiration permet à notre corps, d'éliminer les déchets et les toxines.

La transpiration est une fonction essentielle de l'organisme qui permet de réguler naturellement la température du corps (37° C) et d'éliminer les toxines et les déchets. Ainsi, plus nous avons chaud, plus nous transpirons. Mais la quantité de sueur peut considérablement varier d'une personne à l'autre.

Normalement, la sueur ne sent rien, mais sa décomposition par les bactéries peut la rendre malodorente. Le nettoyage de la peau à l'eau et au savon ne suffit pas toujours à enrayer la production de mauvaises odeurs. A ce moment, l'utilisation d'un déodorant peut être recommandée. Celui-ci doit s'utiliser après la toilette, sur une peau propre et sèche.

Les vêtements synthétiques n'absorbent pas la transpiration de la même manière que les vêtements naturels (coton, lin, ...). Ainsi, l'odeur peut être plus forte car la transpiration reste au niveau de la peau et les bactéries se transforment davantage.



## POURQUOI DOIT-ON SE LAVER LES MAINS?

**Objectif :**

Découvrir que les éléments qui nous entourent ne sont propres qu'en apparence et que les mains sont des cibles privilégiées de la contamination microbienne.

**Matériel :**

- Fiche d'activité « Pourquoi doit-on se laver les mains ? ».
- Loupes.
- Microscopes.

**Déroulement :**

- Distribuer une fiche d'activité « Pourquoi doit-on se laver les mains ? » par élève.
- Chaque élève travaille sur sa fiche d'activité.
- Mise en commun des travaux des élèves.



# FICHES D'ACTIVITÉS "POURQUOI DOIT-ON SE LAVÉR LES MAINS?"

Dans la classe, cherchez (par groupe de 4 – 5 élèves) à la loupe des empreintes et des traces invisibles à l'œil nu sur tout ce que vous avez l'habitude de toucher (ex : poignées de portes, tables, ...).

Sur quoi avez-vous trouvé des traces invisibles à l'œil nu mais que vous pouvez voir à la loupe ?

.....  
 .....  
 .....

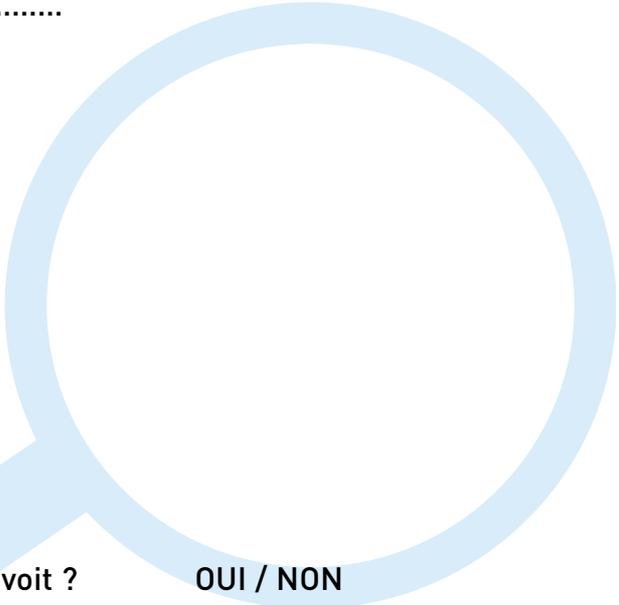
Ramassez des objets (feuilles de papiers, emballages, stylos, ...) dans la classe et examinez ces objets au microscope.

Que voyez-vous ?

.....  
 .....  
 .....

Sélectionnez un seul objet et dessinez ce que vous voyez.

Objet choisi: \_\_\_\_\_



Les mains ne sont-elles pas souvent sales sans que cela se voit ?

OUI / NON

Qu'est-ce qui salit les mains ?

.....  
 .....  
 .....

Quand doit-on se laver les mains ?

.....  
 .....

Pourquoi doit-on se laver les mains ?

.....  
 .....



## L'EXPÉRIENCE DES PAILLETTES

### Objectifs :

- Découvrir le principe de contamination croisée d'un individu à l'autre par contact interposé.
- Prendre conscience que les microbes voyagent aussi dans l'air.

### Matériel :

- 2 marqueurs...
- De la colle en stick.
- Des paillettes de deux couleurs différentes.
- Une grande feuille.
- Fiche d'activité « Expérience des paillettes ».

### Déroulement :

- Recouvrir les marqueurs de colle puis de paillettes.
- Faire circuler les marqueurs de mains en mains dans la classe, afin que chaque élève écrive son nom sur la grande feuille.
- Distribuer une fiche d'activité « Expérience des paillettes » par élève.
- Les élèves travaillent la partie A de la fiche d'activité « Expérience des paillettes ».
- Placer les enfants par groupe de deux.
- Distribuer une petite quantité de paillettes d'une couleur dans le creux de la main d'un des deux élèves du groupe, dans le creux de la main de l'autre élève, distribuer une petite quantité de paillettes de l'autre couleur.
- A tour de rôle, chaque enfant souffle sur ses paillettes en direction de son camarade.
- Les élèves travaillent la partie B de la fiche d'activité « Expérience des paillettes ».



# FICHES D'ACTIVITÉS " L'EXPÉRIENCE DES PAILLETES "

## Partie A

Où puis-je observer les paillettes sur mon corps ?

.....  
.....

Que s'est-il passé ?

.....  
.....

Comment les paillettes sont-elles passées d'un élève à un autre ?

.....  
.....

Conclure :

Les paillettes pourraient être des microbes !

## Partie B

Où puis-je observer les paillettes sur mon corps et mes vêtements ?

.....  
.....

Que s'est-il passé ?

.....  
.....

Comment les paillettes ont-elles pu passer d'un élève à un autre ?

.....  
.....



# La FABRICATION DU SAVON

## Pourquoi faire du savon ?

- Développer les capacités d'observation et de déduction.
- S'amuser.
- Apprendre à récupérer et recycler les chutes de savon.

## Que faut-il pour faire du savon ?

- 500 grammes de savon de Marseille ou de récupération.
- 2 tasses d'eau ou d'infusion de pétales de fleurs (Vous pouvez additionner l'eau d'huiles essentielles).
- Des colorants alimentaires .
- Éventuellement des petits jouets en plastique à incruster dans les savons.
- Des petits moules à gâteaux ou à glaçons.
- Une casserole.
- Une cuillère.

## Comment faire du savon ?

- Expliquez aux enfants que vous allez fabriquer des petits savons en utilisant soit des restes de petits savons soit du savon de Marseille.
  - Râper le savon en paillettes dans une casserole.
  - Mélanger dans un bol l'eau et le colorant ou les huiles essentielles.
  - Placer les jouets au fond des moules.
  - Faire chauffer, mais non bouillir le mélange d'eau.
  - Mélanger les paillettes de savon et l'eau.
  - Si vous avez un micro-onde faire chauffer le mélange 3 à 4 minutes à température moyenne.
  - Mélanger puis refaire chauffer jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
  - Si vous n'avez pas de micro-ondes faire chauffer le mélange à feu doux sans cesser de mélanger jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
  - Lorsque le mélange est homogène, remplir les moules. (Attention, le mélange n'est jamais totalement homogène)
  - Laisser sécher les savons pendant 12 heures.
  - Démouler les savons (si les moules sont rigides vous devrez taper sur le fond pour démouler les savons). Si les savons sont encore trop tendres laissez-les sécher à l'air 12 heures de plus.
  - Egaliser et sculpter les contours des savons.



## ET SI ON SE LAVAIT LES MAINS?

**Objectif :**

Se laver les mains correctement.

**Matériel :**

- Des éviers
- Du savon liquide ou solide.
- Des serviettes propres.
- Des feuilles.

**Déroulement :**

- Aux éviers, chaque élève regarde ses mains (dessus, dessous, au bout des doigts, entre les doigts, sous les ongles, ...) et explique où il remarque que c'est sale.
- Chaque élève sent ses mains et dit ce que cela sent.
- Chaque élève se mouille les mains et explique ce qu'il ressent.
- Chaque élève prend du savon (liquide ou solide) et dit ce qu'il sent comme odeur. Il précise le contact du savon (est-ce liquide, solide, est-ce que ça glisse...)
- Chaque élève prend le temps de faire mousser le savon.
- Chaque élève se rince les mains correctement.
- Chaque élève s'essuie les mains correctement et dit ce qu'il ressent au contact du linge (c'est doux, c'est rêche, ça sent bon, ...)
- Chaque élève sent l'odeur de ses mains et exprime ce que cela sent.
- En classe, dessiner ce que l'on a fait pour avoir les mains bien propres afin de pouvoir l'expliquer aux enfants des autres classes ou aux parents.



# La connaissance de nos dents

## Objectif :

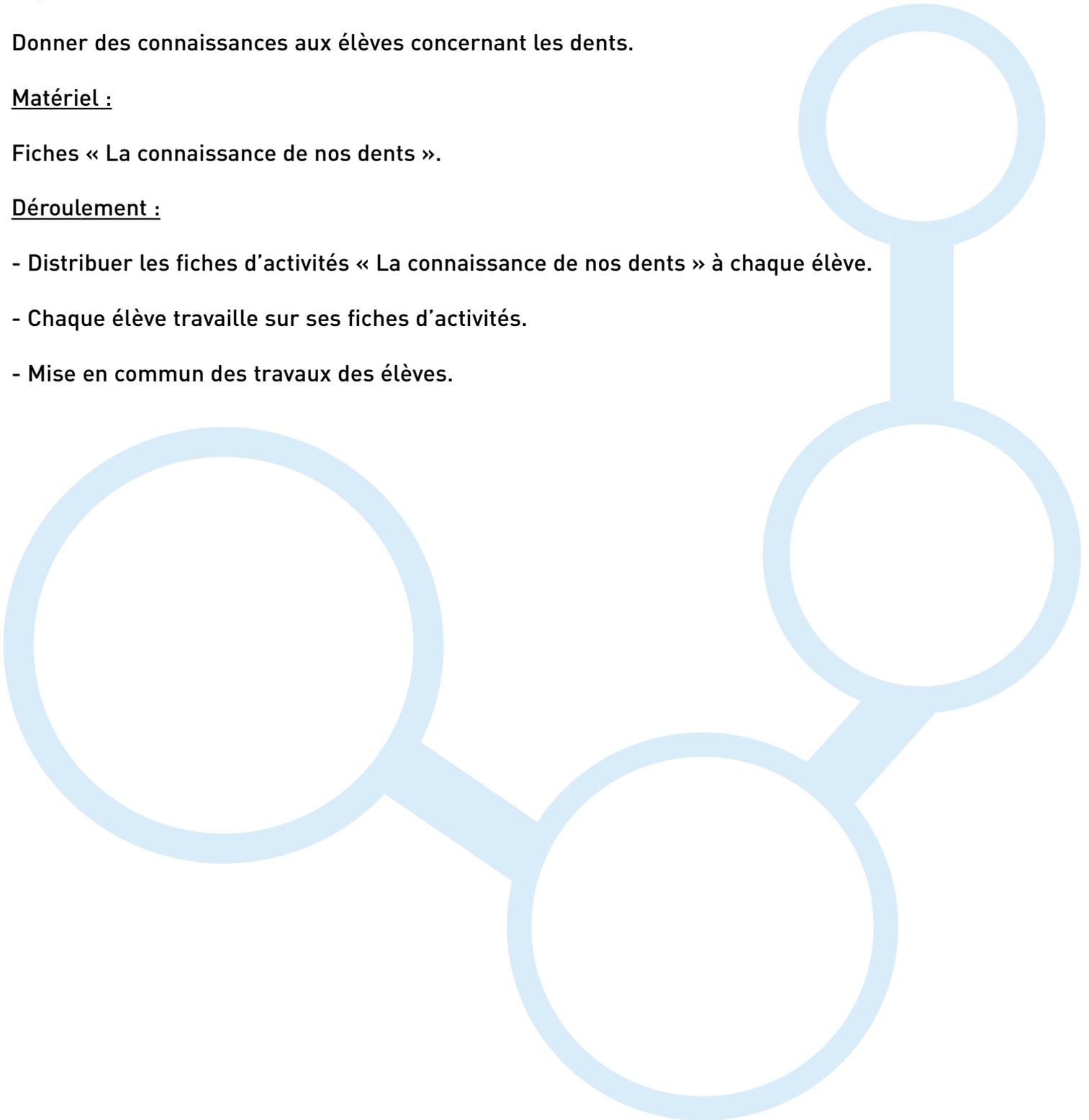
Donner des connaissances aux élèves concernant les dents.

## Matériel :

Fiches « La connaissance de nos dents ».

## Déroulement :

- Distribuer les fiches d'activités « La connaissance de nos dents » à chaque élève.
- Chaque élève travaille sur ses fiches d'activités.
- Mise en commun des travaux des élèves.





# FICHE D'ACTIVITÉ " LA CONNAISSANCE DE NOS DENTS" -1

Tu as trois sortes de dents ; les incisives, les canines et les molaires. Chacune de ces dents a une fonction bien particulière.

Les incisives sont les dents de devant, elles servent à couper. Tu les utilises quand tu mords dans une pomme.

Les canines sont les dents qui servent à déchirer ce que tu manges comme par exemple un sandwich. Les molaires se trouvent dans le fond de la bouche, elles servent à broyer les aliments avant de les avaler.

A quoi peuvent servir tes dents ?

Dessine un enfant qui mange

Les dents servent à .....

Dessine un enfant qui parle

Les dents servent à .....

Dessine un enfant qui sourit

Les dents servent à .....



## FICHE D'ACTIVITÉS " LA CONNAISSANCE DE NOS DENTS " -2

Comment combattre l'ennemi de nos dents ?

L'ennemi n°1 des dents est le sucre. Pourquoi ?

Dans la bouche, nous avons toutes sortes de microbes que l'on appelle des bactéries. La nourriture de certaines bactéries est le sucre. Quand les bactéries ont de la nourriture (du sucre), elles se multiplient et elles fabriquent de l'acide. Et, l'acide va attaquer l'émail des dents. L'émail est la partie blanche, dure et brillante qui recouvre la dent. C'est quand l'émail de la dent est attaqué que nous risquons alors d'avoir des caries.

Les caries, qu'est-ce que c'est ?

La carie est une maladie de la dent qui au début, ne se voit pas. A un moment donné, une petite tache blanche va apparaître sur l'émail de la dent et, petit à petit, un trou va se former dans la dent. Ce trou va grandir et va devenir de plus en plus profond si on ne fait rien. Si on ne soigne pas la dent, elle va faire mal et elle va être détruite ! Le dentiste peut la soigner sans te faire mal.

Comment combattre les caries ?

En mangeant moins d'aliments sucrés et moins souvent.

En se brossant correctement les dents après chaque repas pour éliminer le sucre et les bactéries qui recouvrent les dents.

Où trouvons-nous le sucre ?

Le sucre se retrouve dans beaucoup d'aliments ; c'est pourquoi tu dois te laver les dents après chaque repas.

A propos, il te viendrait à l'idée de manger 8 morceaux de sucre ?

Je crois que NON !

Pourtant, lorsque tu bois une cannette contenant de la limonade au cola, au citron..., elle contient 8 sucres !

Et un bâton de chocolat contient 5 sucres quant à la gaufre au sucre... elle en contient 13 !

Impressionnant non ?

Attention, le sucre est partout !

Comment bien se brosser les dents ?

La brosse à dents doit pouvoir passer partout, sur les côtés, entre les dents, au-dessus des dents, derrière les dents...

Le brossage des dents doit se faire en petits ronds et doit durer au moins 3 minutes... 3 minutes, c'est long... c'est par exemple, le temps d'une chanson complète de ton artiste préféré.

Comment doit-être la brosse à dents ?

Une brosse à dents doit être adaptée à l'âge, tes parents doivent utiliser des brosses à dents plus grandes que la tienne parce que leur bouche est plus grande.

Pour pouvoir aller partout, ta brosse à dents doit avoir des poils souples. Dès que les poils ne sont plus droits, ta brosse à dents doit être changée... Il faut remplacer sa brosse à dents plusieurs fois par an.

Et le dentifrice dans tout ça ?

Le dentifrice n'est pas indispensable au brossage, ce n'est pas lui qui détruit les bactéries mais, il donne un goût de fraîcheur et cela est très agréable.

Et le dentiste ?

Le dentiste soigne les dents malades ou il remplace les dents tombées mais il aide aussi les enfants qui ont de bonnes dents pour qu'elles restent en bonne santé.

Il faut aller chez le dentiste au moins une fois par an même si on a de belles dents en pleine forme!



# FICHE D'ACTIVITÉS " La connaissance de nos dents " - 2

1. De quoi se nourrissent les bactéries que nous avons dans la bouche ?

.....  
.....

2. Qu'est ce que nous risquons d'attraper quand l'émail de la dent est attaqué ?

.....  
.....

3. Que se passe-t-il si on ne soigne pas une carie ?

.....  
.....

4. Qui peut soigner tes dents ?

.....  
.....

5. Quand faut-il se brosser les dents ?

.....  
.....

6. Combien de morceaux de sucre contient une cannette de limonade ?

.....  
.....

7. Combien de minutes doit durer le brossage des dents ?

.....  
.....

8. Idéalement, comment doit être une brosse à dents ?

.....  
.....

9. A quoi sert le dentifrice ?

.....  
.....

10. Que fait le dentiste ?

.....  
.....



# La FABRICATION DU DENTIFRICE

dentisterie sociale asbl

## Objectifs :

Cette manipulation vous permettra d'étudier, de tester et de fabriquer votre propre dentifrice, à votre goût.

Elle suit la Démarche Scientifique :

- Etudier le produit,
- Tester ses ingrédients,
- Mélanger les ingrédients
- Créer sa propre recette.

## Matériel :

Nous aurons besoin de :

- sacs à tartine,
- coton tiges,
- feuille de plastique à mélanger,
- choco,
- tube de 10 ml,
- entubeuse,
- colorants,
- aromatisants alimentaires, outre nos 4 ingrédients.

## Étude du produit :

Le dentifrice contient 4 ingrédients : du carbonate de calcium, du savon, de la glycérine, et de l'eau...

## Testons ces ingrédients :

La craie\*, c'est de la poudre de coquillage. Testons cette poudre entre les doigts et sur la langue: c'est « abrasif ».

\*son nom savant : « carbonate de calcium »,

La glycérine\* est liquide, toute douce entre les doigts, et goûte sucré, sans sucre et donc sans carie. Elle rend le dentifrice doux et sucré.

\*son nom savant : « propanetriol »

Avec l'eau, nous pourrons faire une pâte agréable de notre poudre de craie.

Le savon\* fait des bulles : mettons-en quelques granulés dans un peu d'eau - chaude de préférence - dans notre sac à tartine, et mélangeons bien avec les doigts : ça « mousse ».

\*son nom savant : « laurilsulfate de sodium »

## A quoi sert le dentifrice ?

A « frictionner » les dents : « frice » est l'abréviation de « friction », et « denti », c'est bien sûr les dents, en latin.



## La FABRICATION DU DENTIFRICE SUITE

Quelles taches va-t-on trouver sur les dents ? Par exemple, des taches de choco.

Barbouillons la feuille de plastique de 4 taches de choco, et voyons l'effet de nos 4 ingrédients sur notre tache :

- un peu d'eau sur un coton-tige, et frottons notre tache de choco n° 1
- un peu d'eau savonneuse sur le coton-tige, et frottons notre tache de choco n° 2,
- un peu d'eau carbonatée sur notre coton-tige, et frottons notre tache de choco n°3,
- et un peu de glycérine, sur notre coton-tige, et frottons la tache n° 4 ...

Que conclus-tu ?

Quel ingrédient a nettoyé la tache ?

Veux-tu tester une autre sorte de tache ?

Fabriquons notre dentifrice :

En utilisant les ingrédients étudiés, fabrique ton dentifrice :

Pour faire ton dentifrice, utilise :

- |   |                    |
|---|--------------------|
| → du carbonate de calcium pour nettoyer les dents | 2 ou 3 cuillères   |
| → du savon pour nettoyer et mousser               | 10 granulés        |
| → de la glycérine et de l'eau pour faire une pâte | 1 cuillère chacune |
| → Ajoute le colorant et le goût de ton choix      | 1 goutte chacun    |

→ Commence par la cuillère d'eau, chaude de préférence, et ajoute les 10 granulés de savon.

→ Mélange bien dans un coin de ton sac à tartine, entre le pouce et l'index...

→ Puis ajoute la cuillère de glycérine. Ouvre bien le sac, que la glycérine tombe au fond et ne reste pas coller sur les parois.

→ Maintenant, ajoute la craie, 1 cuillère à la fois. Ouvre bien le sac, qu'elle tombe bien au fond. Mélange. Quand tu en as mis deux, si la consistance est trop liquide, ajoutes-en une de plus. Au besoin, si c'est encore trop liquide, ajoutes-en encore une de plus. Une fois que c'est pâteux, c'est bon.

→ Ajoute le goût et le colorant. La framboise est colorée. Attention aux taches ! Bien sûr, tu peux faire du dentifrice « nature », sans goût et/ou blanc, sans colorant.

→ Coupe un coin du sac à tartine.

→ Pousse la pâte de dentifrice dans l'entubeuse.

→ Remplit ton tube (mais pourquoi est-il si petit ? Parce qu'il ne faut mettre qu'un petit pois sur ta brosse à dents !)

→ Plie le bout du tube

→ Goûte...

Comment vas-tu appeler ton dentifrice ?

Ainsi donc, le dentifrice, c'est principalement de la craie !

Qu'en conclure ?

La craie, ça abrase !

Ça abrase les taches, mais ça abrase aussi la brosse : voilà pourquoi il faut la changer tous les 3 mois : les poils sont usés.

Quant à la dent, son émail est inusable, tu peux y aller...

# SE BROSSER LES DENTS, C'EST IMPORTANT !



## Objectifs :

Permettre aux enfants de comprendre l'importance du brossage des dents pour les garder en bonne santé.

## Matériel :

- Fiche « Se brosser les dents, c'est important ! »
- la brosse à dents de chaque élève
- dentifrices de couleurs et de goûts différents
- gobelets en plastique

## Déroulement :

- Aux éviers, les élèves regardent leurs dents et expliquent où ils remarquent que c'est sale.
- Chaque élève sent ses dents avec la langue et dit ce qu'il ressent (les dents sont-elles lisses ? la bouche est-elle fraîche ? ...).
- Eventuellement, utiliser un colorant qui révèle la plaque dentaire.
- Les élèves mouillent leur brosse à dents.
- Les élèves regardent le dentifrice et expliquent ce qu'ils voient (la couleur, la texture, ...).
- Les élèves goûtent le dentifrice et expliquent ce qu'ils goûtent (quel goût cela a-t-il ? , est-ce que c'est bon / pas bon ?...)
- On tient la brosse à dents inclinée.
- On brosse les dents du haut en faisant des petits mouvements circulaires.
- On brosse les dents du bas en faisant des petits mouvements circulaires.
- On brosse les dents de devant en faisant des petits mouvements circulaires
- Faire le tour de toutes les dents sans oublier le dessus et l'arrière des dents.
- On se rince la bouche.
- On se sèche la bouche.
- Les élèves regardent leurs dents (Comment sont-elles ?). Si elles ne sont pas tout à fait propres, le brossage continue !
- Les élèves sentent leurs dents avec la langue et disent ce qu'ils ressentent (les dents sont-elles lisses ? la bouche est-elle fraîche ? ...).
- En classe, dessiner ce que l'on a fait pour avoir les dents bien propres afin de pouvoir l'expliquer aux enfants des autres classes ou aux parents.



# UN COUP DE SPRAY à TES SOUHAITS !

## Objectifs :

- Prendre conscience que les microbes voyagent aussi dans les airs.
- Comprendre la nécessité de mettre sa main devant la bouche quand on éternue ou quand on tousse.
- Comprendre l'importance de se laver les mains après avoir toussé ou éternué.

## Matériel :

- Un spray
- de l'eau

## Déroulement :

- Faire observer les particules en suspension à partir d'un coup de spray (se mettre dans une lumière adéquate de manière à ce que les élèves voient la répartition des particules dans l'atmosphère).
- Faire trouver l'analogie aux élèves entre l'éternuement et le spray.
- Asperger un élève et le faire réagir en rappelant que le spray peut être perçu de la même manière qu'un éternuement (est-ce toujours aussi amusant ?)
- Sélectionner 1 groupe de deux élèves et les placer de profil au reste de la classe. Un des élèves asperge son camarade.
- Faire réagir la classe.

Comment les particules d'eau sont-elles passées d'un élève à l'autre ? (passage par l'air)

A quoi peut-on identifier les particules d'eau ? (microbes/expectorations)

A quoi peut-on identifier le spray (toux/éternuement)

A quoi peut-on identifier la propagation des particules d'eau ? (contamination par éternuement).

- Humecter les mains des élèves et les faire apposer sur différentes surfaces pour visualiser les traces.

Que pourraient-êtré les traces ?

Comment l'humidité et la saleté sont-elles passées des mains sur les différentes surfaces ? (contact)

A quoi peut-on identifier cette humidité et ces traces ? (humidité des expectorations et microbes)

A quoi peut-on identifier la propagation des traces ? (contamination par contact)

Pour éviter de transmettre ses microbes, les enfants déduisent de l'expérience que :

- la nécessité de mettre la main devant la bouche quand on tousse / éternue
- l'utilité d'avoir un nez propre pour éviter de contaminer autrui (insister sur l'importance d'avoir un mouchoir jetable)
- l'utilité de se laver les mains après avoir toussé et éternué.

# ENTENDU ! à La reconnaissance DES BRUITS



## Objectifs :

- Reconnaître les bruits relatifs à l'hygiène via l'ouïe uniquement.

## Matériel :

- De quoi écouter un CD audio.
- CD audio « Entendu ! A la reconnaissance des bruits... »

## Conditions d'animation :

Cette activité nécessite un cadre de travail calme (avec limitation des bruits extérieurs) et une concentration de la part des élèves.

## Déroulement :

Disposer les élèves en groupe de 4 à 5 élèves.

Distribuer une fiche d'activité « Entendu ! A la reconnaissance des bruits... » par groupe.

Demander aux élèves de bien écouter les bruits et d'essayer de les reconnaître.

Faire passer les bruits un par un.

Les élèves inscrivent sur la fiche d'activité « Entendu ! A la reconnaissance des bruits... » ce à quoi, d'après eux, correspond le bruit entendu.

Une fois tous les bruits entendus, mettre en commun les réponses et repasser les bruits en disant à quoi ils correspondent.

## Consigne :

« Vous allez entendre des sons et des bruits en relation avec l'hygiène. En groupe et silencieusement, vous allez essayer de reconnaître ces bruits. Vous noterez les réponses du groupe sur la fiche d'activités qui vous est proposée ».

## Réponses :

Bruit n°1 : Quelqu'un qui se brosse les dents.

Bruit n°2 : Un aspirateur.

Bruit n°3 : Quelqu'un qui ouvre une fenêtre (pour aérer une pièce).

Bruit n°4 : Une douche qui coule.

Bruit n°5 : Quelqu'un qui se sèche les cheveux.

Bruit n°6 : Quelqu'un qui se mouche.

Bruit n°7 : Une chasse d'eau.

Bruit n°8 : Quelqu'un qui nettoie avec une brosse de rue.

Bruit n°9 : Quelqu'un qui boit de l'eau (pour se désaltérer).

Bruit n°10 : Quelqu'un qui urine.

Bruit n°11 : Quelqu'un qui se lave les mains.

Bruit n°12 : Quelqu'un qui se coupe les ongles.

Bruit n°13 : Une machine à laver le linge.

Bruit n°14 : Quelqu'un qui se frotte les pieds sur un paillason.

Bruit n°15 : Un camion poubelle.

Bruit n°16 : Un bain qui se remplit.



# FICHE D'ACTIVITÉS "ENTENDU à La RECONNAISSANCE DES BRUITS"

Bruit n°1 : .....

.....

Bruit n°2 : .....

.....

Bruit n°3 : .....

.....

Bruit n°4 : .....

.....

Bruit n°5 : .....

.....

Bruit n°6 : .....

.....

Bruit n°7 : .....

.....

Bruit n°8 : .....

.....

Bruit n°9 : .....

.....

Bruit n°10 : .....

.....

Bruit n°11 : .....

.....

Bruit n°12 : .....

.....

Bruit n°13 : .....

.....

Bruit n°14 : .....

.....

Bruit n°15 : .....

.....

Bruit n°16 : .....

.....



## TOUCHÉ ! à La Reconnaissance DES OBJETS...

### Objectifs :

- Reconnaître des objets relatifs à l'hygiène via le toucher uniquement.

### Matériel :

- Des objets relatifs à l'hygiène ; Brosse à dents, Savon, Tube de dentifrice, Gobelet, Essuie, Brosse à cheveux, Mouchoir, Petite bouteille d'eau, Brosse à ongles, Rouleau de papier wc, Gant de toilette, Peigne...
- De quoi bander les yeux des élèves ou une boîte en carton (assez grande) dans laquelle un trou rectangulaire est fait afin que les élèves puissent poigner dans les objets et les manipuler librement, sans les voir.

### Consigne :

« Vous allez toucher des objets et vous allez devoir essayer de les reconnaître uniquement en les touchant ».



# IDÉES DE PROLONGEMENT

## Création – Concours :

- Créer un article autour de l'hygiène.
- Créer un slogan autour de l'hygiène.
- Créer une chanson autour de l'hygiène.
- Créer une affiche autour de l'hygiène.
- Créer une saynète autour de l'hygiène.

## Exposition :

- Inviter les parents à venir voir une exposition consacrée à l'hygiène.

## Au cours de sciences :

- Etudier les yeux.
- Etudier les oreilles.
- Etudier la langue.
- Etudier le nez.
- Etudier les mains et les pieds.
- Etudier la peau et les muqueuses.
- Etudier les micro-organismes.
- Présenter la loupe, le microscope.

D'où proviennent les mauvaises odeurs ? → La décomposition de substances.

## Visite extérieure :

- Visiter une usine de savon, de dentifrice, de shampoing.
- Visiter le cabinet d'un dentiste.

## Au niveau culturel :

- Ailleurs, comment se passe l'hygiène, comment se lave-t-on ?
- Travailler l'échange culturel par rapport à l'hygiène, les habitudes, les coutumes des différents pays et familles.
- Pour cela, il est important que l'enseignant se sente à l'aise avec l'aspect culturel et inter culturel.
- Toute notion de jugement doit être évitée.

## Au niveau historique :

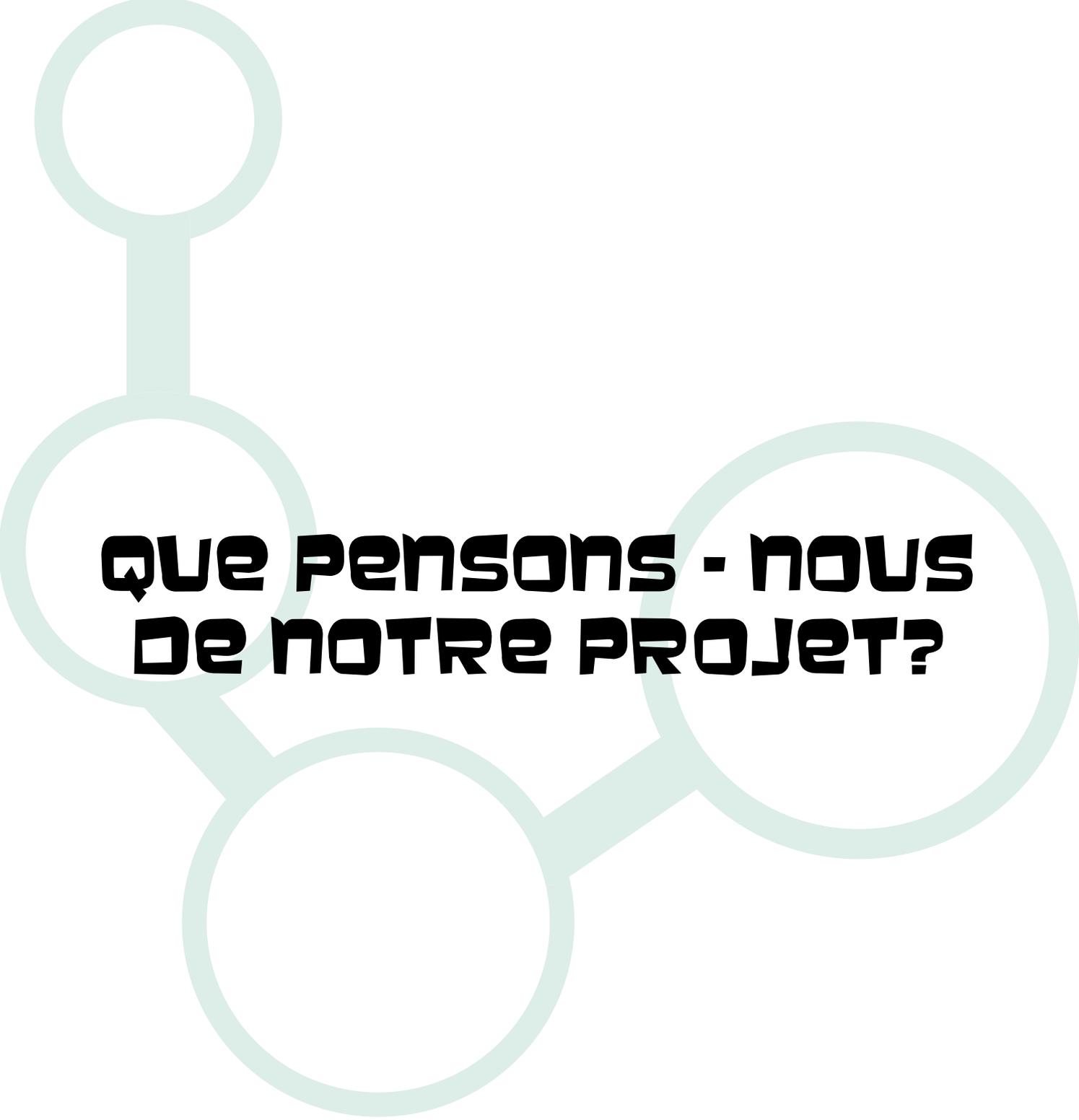
- Avant, comment se passait l'hygiène ?
- Les acquis de l'hygiène semblent évidents dans notre société, et pourtant... quel est le cheminement qui a conduit à ce que nous connaissons dans notre vie de tous les jours ?

## Autres :

- Espérance de vie et hygiène, quel rapport ?
- La propreté à l'excès, les conséquences...

En collaboration avec un laboratoire, réaliser l'expérience des boîtes de Pétri - Voir fiche d'activités « Les mains, un repère pour les microbes ».





**QUE PENSONS - NOUS  
DE NOTRE PROJET?**

# QUE PENSONS - NOUS DE NOTRE PROJET?



Travail collectif à faire en classe avec l'aide de l'enseignant.

Parmi les activités proposées, quelles sont celles qui ont été exploitées ?

Que pensons-nous de l'hygiène ?

- ◇ Photo langage
- ◇ Portrait chinois

Enquête sur l'hygiène de vie à l'école

- ◇ Identification des personnes qui ont une responsabilité vis-à-vis des conditions d'hygiène à l'école
- ◇ Etat des lieux en matière d'hygiène à l'école
- ◇ Synthèse des résultats obtenus et des pistes dégagées à la suite de l'état des lieux

Un peu de connaissance

- ◇ Jeux sur le thème de l'hygiène

Activités autour des 5 sens

- ◇ Fiche(s) la vision, l'ouïe, l'odorat, le goût, le toucher.
- ◇ Pourquoi doit-on se laver les mains ?
- ◇ Expérience des paillettes
- ◇ La fabrication du savon
- ◇ Et si on se lavait les mains ?
- ◇ La connaissance de nos dents
- ◇ La fabrication du dentifrice
- ◇ Se brosser les dents, c'est important !
- ◇ Un coup de spray - A tes souhaits !
- ◇ Entendu! A la reconnaissance des bruits
- ◇ Touché! A la reconnaissance des objets
- ◇ Idée de prolongement
- ◇ Les mains, un repère pour les microbes → Fiche disponible sur demande auprès du service PSE

Avons-nous réalisé d'autres choses ?

Si oui, quelles sont-elles ?

Quels sont les éléments qui ont facilité nos réalisations ?



## QUE PENSONS - NOUS DE NOTRE PROJET?

Qu'est-ce que nous n'avons pas pu réaliser?

Pourquoi?

Qu'avons-nous appris?

Avons-nous apporté des changements au sein de l'école?

Si oui, quels sont-ils?

Avons-nous modifié certains de nos comportements?

Si oui, donnons quelques exemples :

A qui avons-nous fait appel durant la réalisation de nos différentes activités?

Avons-nous invité des personnes à un moment donné?

Si oui qui?

# QUE PENSONS - NOUS DE NOTRE PROJET?



Quelles ressources avons-nous utilisées , (matériel, temps , argent,...) ?

Avons-nous mis en avant des besoins « santé » ?

Si oui, de quel(s) besoin(s) s'agit-il ?

Avons-nous rencontré des problèmes ou des difficultés?

Si oui, de quel(s) problème(s) / difficulté(s) s'agit-il ?

Quels ont-été les moments forts ?

Quelle était l'ambiance générale lorsque nous parlions « santé » en classe ou dans l'école ?

Au niveau relationnel, comment cela se passait-il ?



## QUE PENSONS - NOUS DE NOTRE PROJET?

Y a-t-il eu des effets non attendus ?

Une suite « santé » a-t-elle été envisagée ?

Si oui, quelle est-elle ?

Si non, pourquoi ?

Qu'avez-vous envie de dire à l'équipe de Promotion de la Santé à l'Ecole à propos de ce projet ?



# DES RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

## Albums :

Anissimov, Myriam

Les aventures de Proprette et Schmoutziker [texte imprimé] / Myriam Anissimov ; ill. de Claude Boujon. - Paris : l' École des loisirs, 1993. - 124 p. : ill., couv. ill. en coul. ; 22 cm. - (Mouche). - ISBN 2-211-01786-X

Dayre, Valérie

Jeudi, Gaspard a mal aux dents [texte imprimé] / Valérie Dayre ; ill. de Pascale Bougeault. - Paris : l' École des loisirs, 2001. - 71 p. : ill., couv. ill. en coul. ; 19 cm. - (Mouche). - ISBN 2-211-06311-X

Oster, Christian

Le bain de la princesse Anne [texte imprimé] / Christian Oster ; ill. de Nadja. - Paris : l' École des loisirs, 2004. - 46 p. : ill., couv. ill. en coul. ; 19 cm. - (Mouche). - ISBN 2-211-07371-9

Smadja, Brigitte

La plus belle du royaume [texte imprimé] / Brigitte Smadja ; ill. de Véronique Deiss. - Paris : l' École des loisirs, 2000. - 54 p. : ill., couv. ill. en coul. ; 19 cm. - (Mouche). - ISBN 2-211-05830-2

## Documentaires :

Auderset, Marie-José

Bien dans sa tête, bien dans son corps [texte imprimé] / texte, Marie-José Auderset, Jean-Blaise Held ; ill., Nestor Salas, fotogr., Bertrand Desprez. - Paris : de La Martinière jeunesse, 1997. - 103 p. : ill. en noir et en coul, couv. ill. ; 23 cm. - (Hydrogène). - Index. - ISBN 2-7324-2367-X

Hababou, Jacques

Le mystère du dentinaute [texte imprimé] / Jacques Hababou ; ill., Philibert. Flers : Équilibres aujourd'hui, 1993 (14-Condé-sur-Noireau : Impr. Corlet). - 59 p. : ill., couv. ill. en coul. ; 21 cm. - La couv. porte en plus : "où l'enfant apprend à combattre la carie dentaire pour une meilleure hygiène de vie". - ISBN 2-87724-092-4

Histoires ...

Histoires de dents [texte imprimé] : cycle 2 / Jacques Fijalkow, Joëlle Garcia, Patrice Cayré, Michel de la Cruz. - [Paris] : Magnard écoles, cop. 1996 (Impr. en Italie). - 32 p. : ill. en noir et en coul., couv. ill. en ; 28 cm. - (Magnard documents). - ISBN 2-210-77317-2 (42 F) (Magnard écoles) (rel.). -

Newson, Lesley

Comme un sou neuf [texte imprimé] : la bataille contre la saleté / Lesley Newson ; texte français de Sophie Lamotte d'Argy ; ill. de Erika Harispé. - [Paris] : Flammarion, 1995 (45-Manchecourt : Impr. Maury Eurolivres). - 98 p. : ill., couv. ill. en coul. ; 17 cm. - (Castor poche connaissances ; 2). - Trad. de : "Dealing with dirt". - ISBN 2-08-163826-6 (br.). -

Tordjman, Nathalie

Les dents à petits pas [texte imprimé] / Nathalie Tordjman ; ill. de Jörg Mühle. - Arles : Actes Sud junior, 2004 (85-Luçon : Impr. Pollina). - 46 p. : ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 25 cm. - (À petits pas). - Glossaire. - ISBN 2-7427-5113-0 (10 EUR) (Actes Sud junior) (br.). -



## DES ADRESSES UTILES

### → Centre Liégeois de Promotion de la Santé (CLPS)

Boulevard de la Constitution, 19

4020 Liège

04/349.51.44

[promotion.sante@clps.be](mailto:promotion.sante@clps.be)

[www.clps.be](http://www.clps.be)

### → Centre Local de Promotion de la Santé (CLPS)

Chaussée de Waremme, 139

4500 Huy

085/25.34.74

[huy@clps-hw.be](mailto:huy@clps-hw.be)

[www.clps-hw.be](http://www.clps-hw.be)

### → Centre Local de Promotion de la Santé (CLPS) – Antenne du CLPS de Huy

Place Roi Albert 1er, 16

4300 Waremme

019/54.65.69

[waremme@clps-hw.be](mailto:waremme@clps-hw.be)

[www.clps-hw.be](http://www.clps-hw.be)

### → Centre Verviétois de Promotion de la Santé (CVPS)

Rue de la Station, 9

4800 Verviers

087/35.15.03

[cvps.verviers@skynet.be](mailto:cvps.verviers@skynet.be)

<http://www.cvps.be>

## CONTACT

04 344 79 28

04 344 78 87

Quai du barbou 4

4020 Liège

[myriam.lecrenier@prov-liege.be](mailto:myriam.lecrenier@prov-liege.be)

[http://www.prov-liege.be/po\\_sante](http://www.prov-liege.be/po_sante)

