

À bas les microbes!

Cahier d'activité

Pour les jeunes de 9 à 11 ans
Années scolaire 4-6



Les faits sur les germes



Croix-Rouge canadienne



Financé partiellement par le gouvernement de l'Ontario

La Société canadienne de la Croix-Rouge, 2005, tous droits réservés.

Nous encourageons les enseignants et les éducateurs à reproduire ce document en vue de le distribuer à leurs jeunes en classe. Il est interdit de reproduire la totalité ou une partie de ce document à d'autres fins sans l'autorisation écrite de La Société canadienne de la Croix-Rouge.

La Société canadienne de la Croix-Rouge est enregistrée comme organisme canadien de charité sous le numéro 0017780-11.

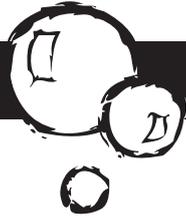
© La Société canadienne de la Croix-Rouge, 2008 02/2008
ISBN 978-1-55104-420-0

Croix-Rouge canadienne

170, rue Metcalfe, bureau 300
Ottawa (Ontario) K2P 2P2
Téléphone : (613) 740-1900
Télécopieur : (613) 740-1911
Site Internet : www.croixrouge.ca

Dans ce document, l'emploi du masculin ne comporte aucune discrimination de sexe et contribue uniquement à alléger le texte.

This program is also available in English.



À bas les microbes!

Les faits sur les germes.

*Ce cahier
appartient à :*

Votre santé est importante! En ayant une bonne connaissance des microbes et en sachant ce que votre famille peut faire afin de prévenir la propagation des maladies, vous pourrez être en santé et en sécurité durant l'année.

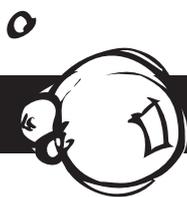
Ce cahier comprend de nombreuses activités que vous pouvez faire avec votre enseignant, vos camarades de classe ou à la maison avec votre famille. Ces activités amusantes vous permettront d'apprendre à quel point il est facile de mettre fin à la propagation des microbes.

Voici un aperçu de ce que vous apprendrez :

- Qu'est-ce qu'un microbe et comment se propage-t-il?
- Les microbes sont-ils bons ou mauvais pour nous?
- Comment éviter d'être malade?
- Quelle est la meilleure façon de se laver les mains?
- Pourquoi tousser ou éternuer dans sa manche?
- Quand doit-on rester à la maison et pourquoi?

Lorsque vous aurez terminé les activités contenues dans ce cahier, votre enseignant vous remettra un certificat de participation.

Amusez-vous en faisant ces activités!



Remerciements

Au printemps 2007, la Société canadienne de la Croix-Rouge s'est associée au ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario afin de concevoir le premier programme éducatif de prévention de transmission des maladies destiné aux enfants d'âge scolaire.

La Société aimerait remercier l'Unité de gestion des situations d'urgence du ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario pour son engagement et sa collaboration dans l'élaboration des concepts et du contenu des activités.

De plus, la Société veut témoigner sa reconnaissance aux experts en matière d'infection, de prévention et de contrôle de la Direction de la planification stratégique et de la mise en œuvre du ministère de la Santé et des Soins de longue durée, qui ont participé aux phases d'élaboration du programme et ont gracieusement accepté de réviser le contenu scientifique.

En plus du soutien et des efforts du personnel du ministère de la Santé et des Soins de longue durée, la Société aimerait remercier les membres du personnel de la Direction des politiques relatives au curriculum et à l'évaluation du ministère de l'Éducation de l'Ontario. Leur rétroaction et leurs commentaires d'une grande justesse sur le contenu et les approches d'enseignement ont grandement contribué à la réalisation de ce programme.



Enfin, un grand merci à Don Shropshire, directeur national, Gestion des sinistres, et à Isabelle Champagne-Shields, gestionnaire de projet de cette initiative, tout deux de la Croix-Rouge canadienne, ainsi qu'à Allison J. Stuart, sous-ministre adjointe par intérim, et Jennifer Veenboer, conseillère principale, Politique et programme, ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario. Nous aimerions aussi remercier l'Agence de la santé publique du Canada qui a généreusement fourni les services de traduction de ce programme. Toutes ces personnes ont fait preuve d'un engagement exceptionnel en matière de préparation aux urgences et d'éducation de public.

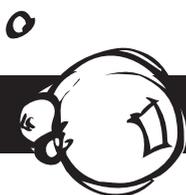


Table des matières

Que devez vous savoir au sujet des germes?

1

Activité 1 : Discussion en salle de classe sur les germes.....
1

Activité 2 : Exercice à trous et mots croisés

2

Se laver les mains – la meilleure façon d'éloigner les germes!

4

Activité 3 : La bonne façon de se laver les mains!

4

Activité 4 : Une excursion scolaire à la salle de bains

5

Activité 5 : Tableau pour le lavage des mains

6

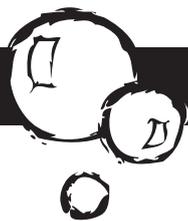
Activité 6 : Se laver les mains à l'aide d'un rince
mains à base d'alcool.....

7

AAA... tchoum! Faites le dans votre manche!

8

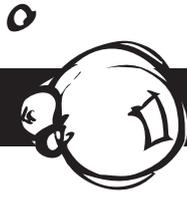




Que devez-vous savoir au sujet des germes?

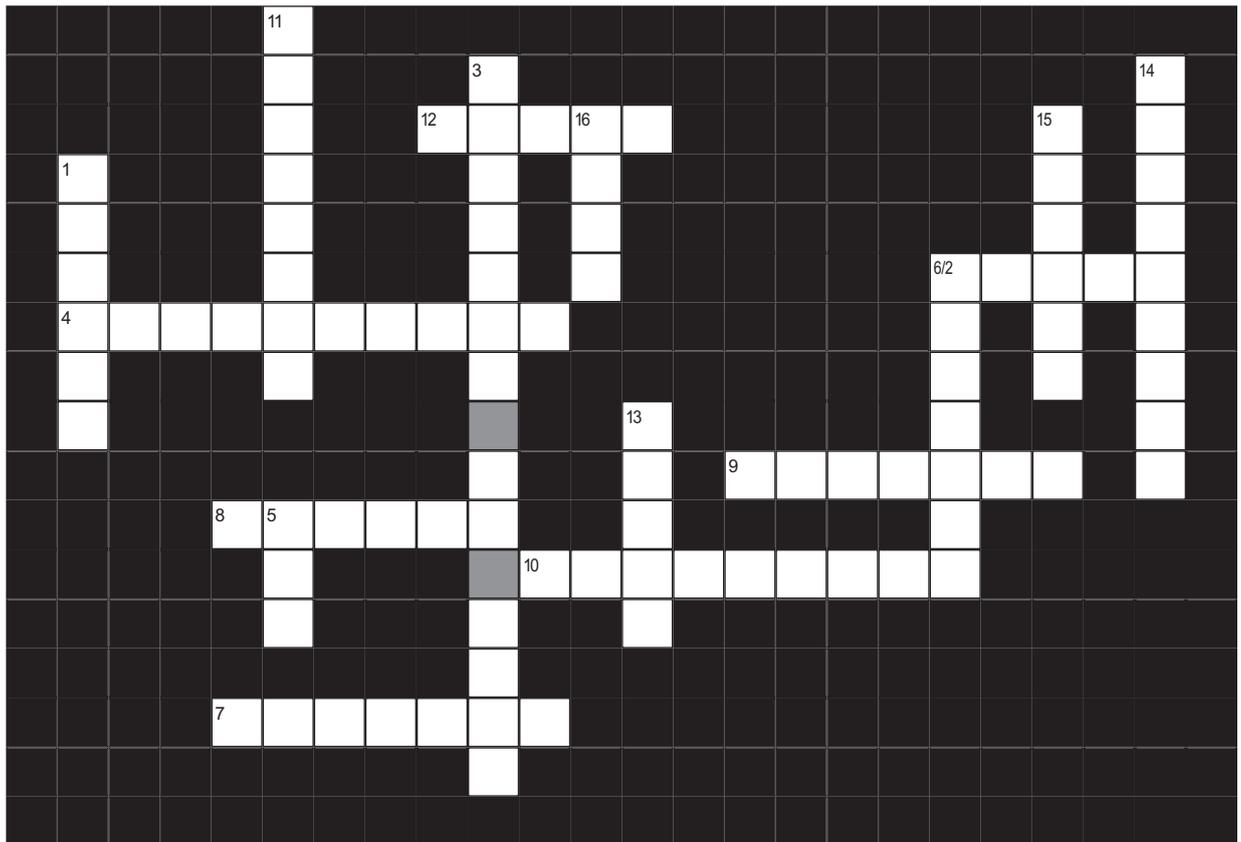
Activité 1 : Discussion en salle de classe sur les germes

Au cours de la présente activité, votre professeur partagera avec la classe des faits et des détails intéressants sur les germes. Il est important d'être très attentifs afin de pouvoir réaliser la prochaine activité!



Activité 2 : Exercice à trous et mots croisés

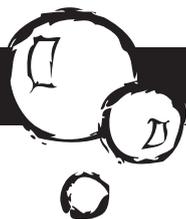
Complétez les mots croisés à l'aide des phrases à trous et en choisissant parmi la liste des mots.



Liste des mots

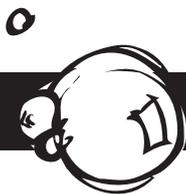
Maladie, manche, plusieurs, air, aseptiser, poignée de main, poisons, multiplier, corps, peau, nocifs, partout, virus, bactérie, point, germes





La bonne réponse est soulignée dans les phrases suivantes.

1. Les _____ sont de minuscules microbes qui peuvent vous rendre malades.
2. Mille germes pourraient couvrir la diagonale du _____ à la fin de la présente phrase.
3. Vous pouvez propager des germes par le truchement d'une _____.
4. Quand les bactéries pénètrent dans votre organisme, elles commencent rapidement à se _____.
5. Les germes peuvent se propager dans l'_____.
6. Comme les bactéries, les champignons peuvent dégager des _____; tandis que les virus ne le peuvent pas.
7. Quand des virus et des bactéries pénètrent dans votre organisme, ils peuvent causer une _____.
8. Quand vous éternuez, il vaut mieux couvrir votre bouche et votre nez avec un mouchoir ou votre _____.
9. Les germes se retrouvent _____.
10. Certains germes peuvent survivre pendant _____ heures à l'extérieur de votre organisme.
11. Une _____ est un type de germe.
12. Si vous vous coupez, des bactéries ou des virus nocifs peuvent pénétrer dans votre _____.
13. Qu'est-ce qui est plus petit, un virus ou une bactérie? _____
14. Il est important de vous laver les mains à l'eau chaude et souvent, ou de les _____ souvent.
15. Les micro-organismes ne sont pas tous _____.
16. Votre _____ aide à empêcher les germes de pénétrer dans votre corps.

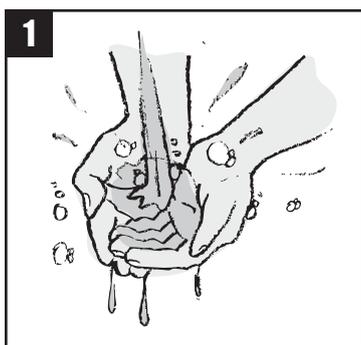


Se laver les mains – la meilleure façon d'éloigner les germes!

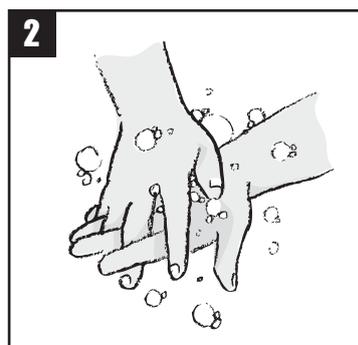
Activité 3 : La bonne façon de se laver les mains!

Au cours de cette activité, votre professeur vous expliquera la bonne façon de vous laver les mains. Soyez bien attentifs – il se peut que vous ayez à répondre à des questions à ce sujet!

Étapes prévues pour bien se laver les mains :



1. mouillez vos mains à l'eau chaude, appliquez le savon;

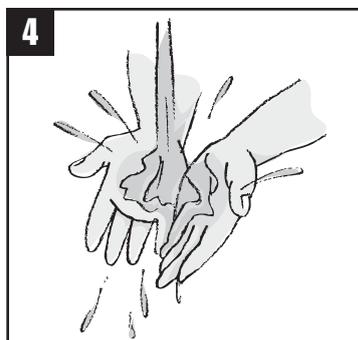


2. frottez vos mains ensemble pour former une mousse savonneuse, entre les doigts et sous les ongles aussi, en comptant jusqu'à 15 – une fois les mains retirées du jet d'eau (chantez la chanson « Bonne fête »);





3. frottez toutes les surfaces de vos mains : derrière vos mains, à l'intérieur des mains et les poignets;



4. rincez vos mains

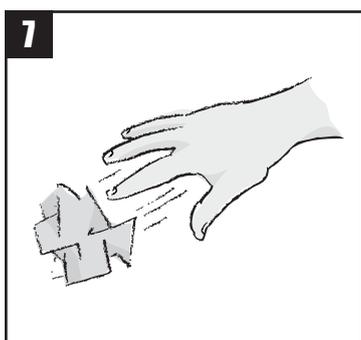
en comptant jusqu'à 10;



5. asséchez vos mains avec une serviette de papier ou utilisez un séchoir à air chaud;



6. si la chose est possible, fermez les robinets avec la serviette de papier;



7. jetez la serviette de papier en la déposant dans la poubelle près de l'évier.

Activité 4 : Une excursion scolaire à la salle de bain

Dans quelle mesure pouvez-vous bien vous laver les mains? Si vous avez été attentif, vous connaissez les principales étapes prévues pour bien se laver les mains, et pour le faire fréquemment!

Faites la démonstration de vos aptitudes dans le cadre d'une excursion scolaire à la salle de bain.



Activité 5 : Tableau pour le lavage des mains

Passez en revue le tableau qui suit et discutez avec vos compagnons de classe de l'utilisation possible du tableau à la maison pour que la bonne technique de lavage des mains devienne une bonne habitude! En utilisant le tableau ci-dessous, vous pouvez vérifier la fréquence à laquelle vous vous êtes lavé les mains, ainsi que la mesure dans laquelle vous l'avez bien fait. Gardez votre tableau dans votre chambre à coucher ou affichez-le à l'extérieur de la porte de la salle de bain! Une fois que vous aurez rempli votre tableau, amenez-le à la classe la semaine suivante et comparez-le à ceux de vos compagnons de classe!

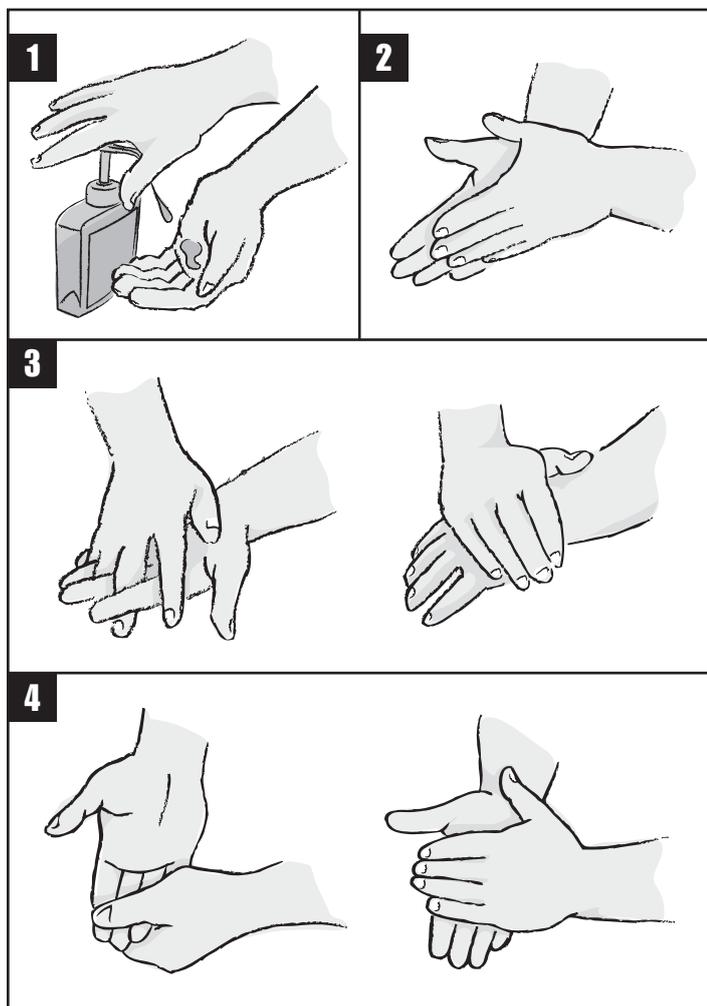
| Quand faut-il se laver les mains? | Jours | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche |
|---|-------|-------|-------|----------|-------|----------|--------|----------|
| Toutes les fois qu'elles semblent sales | | | | | | | | |
| Avant de préparer des aliments et après | | | | | | | | |
| Avant de consommer des aliments et après | | | | | | | | |
| Après avoir joué (à l'intérieur et à l'extérieur) | | | | | | | | |
| Après avoir toussé, éternué ou s'être mouché | | | | | | | | |
| Après avoir utilisé la salle de bain | | | | | | | | |
| Après avoir touché un animal de compagnie | | | | | | | | |
| Après avoir touché des ordures | | | | | | | | |
| Avant d'être près d'une personne malade et après | | | | | | | | |





Activité 6 : Se laver les mains à l'aide d'un rince-mains à base d'alcool

Passez en revue les étapes nécessaires pour bien vous laver les mains à l'aide d'un rince-mains à base d'alcool. Dressez une liste de questions que vous pourriez avoir au sujet de l'hygiène des mains adéquat et discutez-en avec votre professeur et votre famille.



Étapes

1. Appliquez $\frac{1}{2}$ cuillère à thé (un ou deux coups de pompe) du rince-mains dans la paume de votre main.
2. Frottez les paumes ensemble, paume à paume.
3. Frottez entre et autour des doigts, le bout des doigts, et le dos de chaque main et de chaque poignet.
4. Frottez vos mains ensemble pendant 15 secondes ou jusqu'à ce qu'elles soient sèches.

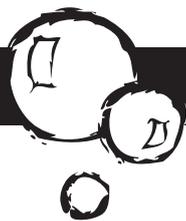


AAA... tchoum! Faites-le dans votre manche!

Activité 7 : Démonstration de la toux et l'éternuement parfaits

Au cours de l'activité, votre professeur vous fera une démonstration des étapes pertinentes de la toux et de l'éternuement. Soyez attentif et songez aux façons dont vous pouvez faire de l'étiquette de la toux et de l'éternuement une bonne habitude!

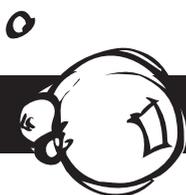




Activité 8 : Que dois-je faire en premier? Les étapes de l'étiquette de la toux et de l'éternuement

Mettez les étapes de l'étiquette de la toux et de l'éternuement en ordre.

| Ordre | Étapes |
|-------|---|
| | Déposez votre mouchoir dans la poubelle. |
| | Détournez-vous des personnes qui vous entourent. Ne tousssez pas ou n'éternuez pas vers des personnes, particulièrement pas vers leur figure. |
| | Lavez-vous bien les mains au savon et à l'eau immédiatement. Évitez de toucher des poignées de porte ou des objets qui vous entourent. Si vous n'avez pas accès à du savon et à de l'eau, utilisez un rince-mains à base d'alcool pour bien nettoyer vos mains. |
| | Couvrez votre bouche et votre nez d'un mouchoir jetable ou tousssez ou éternuez dans votre manche, et non pas dans vos mains. |



Activité 9 : Mises en situation – Jeux de rôles

Observez les autres équipes faire la mise en situation qui leur a été attribuée et fournissez une rétroaction sur la mesure dans laquelle « le toussueur » ou « l'éternueur » a bien fait les choses en utilisant les feuilles d'observations ci-dessous.

1. Cotez chacun des groupes en encerclant le numéro pertinent.
2. Notez ce qui a été bien fait.
3. Notez ce qu'il y aurait lieu d'améliorer.
4. Discutez de vos réponses avec la classe.

Note

3 points : étiquette parfaite de la toux et de l'éternuement – Toutes les étapes ont été réalisées.

2 points : étiquette moyenne de la toux et de l'éternuement – Une étape n'a pas été réalisée.

1 point : mauvaise étiquette de la toux et de l'éternuement – Deux ou trois étapes n'ont pas été réalisées.

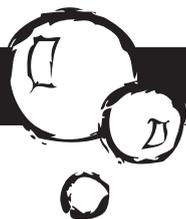
Feuille d'observations : Groupe 1

Ce qui a été bien fait

Ce qu'il faut améliorer

| | |
|-------|-------|
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |





Note

3 points : étiquette parfaite de la toux et de l'éternuement – Toutes les étapes ont été réalisées.

2 points : étiquette moyenne de la toux et de l'éternuement – Une étape n'a pas été réalisée.

1 point : mauvaise étiquette de la toux et de l'éternuement – Deux ou trois étapes n'ont pas été réalisées.

Feuille d'observations : Groupe 2

Ce qui a été bien fait

Ce qu'il faut améliorer

Note

3 points : étiquette parfaite de la toux et de l'éternuement – Toutes les étapes ont été réalisées.

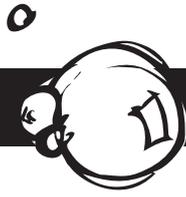
2 points : étiquette moyenne de la toux et de l'éternuement – Une étape n'a pas été réalisée.

1 point : mauvaise étiquette de la toux et de l'éternuement – Deux ou trois étapes n'ont pas été réalisées.

Feuille d'observations : Groupe 3

Ce qui a été bien fait

Ce qu'il faut améliorer



Note

3 points : étiquette parfaite de la toux et de l'éternuement – Toutes les étapes ont été réalisées.

2 points : étiquette moyenne de la toux et de l'éternuement – Une étape n'a pas été réalisée.

1 point : mauvaise étiquette de la toux et de l'éternuement – Deux ou trois étapes n'ont pas été réalisées.

Feuille d'observations : Groupe 4

Ce qui a été bien fait

Ce qu'il faut améliorer

Activité 10 : Résumé – La grande course de relais

Mettez à l'épreuve vos connaissances et vos aptitudes dans la grande course de relais! Votre professeur vous fournira des instructions. Que la meilleure équipe gagne!



Les Principes fondamentaux

En 1965, les sept Principes fondamentaux de la Croix-Rouge ont été adoptés lors de la XX^e Conférence internationale. Ils ont été élaborés afin de lier le Comité international, la Fédération et les Sociétés nationales.

Notre réseau est complexe, mais notre approche vraiment simple. Les Principes fondamentaux d'humanité, d'impartialité, de neutralité, d'indépendance, de volontariat, d'unité et d'universalité guident tous les programmes et activités de la Croix-Rouge. Ces principes nous permettent de venir en aide immédiatement à ceux qui sont dans le besoin, sans distinction de race, d'appartenance politique, de religion, de condition sociale ou de culture.

Humanité

Né du souci de porter secours sans discrimination aux blessés des champs de bataille, le Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, sous ses aspects international et national, s'efforce de prévenir et d'alléger en toutes circonstances les souffrances des hommes. Il tend à protéger la vie et la santé ainsi qu'à faire respecter la personne humaine. Il favorise la compréhension mutuelle, l'amitié, la coopération et une paix durable entre tous les peuples.

Impartialité

Il ne fait aucune distinction de nationalité, de race, de religion, de condition sociale et d'appartenance politique. Il s'applique seulement à secourir les individus à la mesure de leur souffrance et à subvenir par priorité aux détresses les plus urgentes.

Neutralité

Afin de garder la confiance de tous, le Mouvement s'abstient de prendre part aux hostilités et, en tout temps, aux controverses d'ordre politique, racial, religieux et idéologique.

Indépendance

Le Mouvement est indépendant. Auxiliaires des pouvoirs publics dans leurs activités humanitaires et soumises aux lois qui régissent leur pays respectif, les sociétés nationales doivent pourtant conserver une autonomie qui leur permette d'agir toujours selon les principes du Mouvement.

Volontariat

Il est un mouvement de secours volontaire et désintéressé.

Unité

Il ne peut y avoir qu'une seule Société de la Croix-Rouge ou du Croissant-Rouge dans un même pays. Elle doit être ouverte à tous et étendre son action humanitaire au territoire entier.

Universalité

Le Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, au sein duquel toutes les Sociétés ont des droits égaux et le devoir de s'entraider, est universel.



Croix-Rouge canadienne