Fiche 4 : Tour du monde de l'hygiène

Activité courte	**Activité longue**
9 ans et plus	

Avoir conscience
Communiquer de façon constructive
Développer des relations constructives

Matériel

- Stylos
- Annexes

Introduction :

Cette activité permettra aux participants de développer leur esprit critique par rapport aux différentes pratiques et ressources en matière d'hygiène dans le monde.

Objectifs :

- Informer sur les particularités en matière d'hygiène en fonction des différentes cultures
- Sensibiliser les participants aux inégalités en matière d'hygiène dans le monde

Techniques utilisées :

- Exposition
- Jeux

Déroulé de l'animation :

10min Temps 1 : Découverte de l'exposition

L'animateur expose les affiches (Annexe 4.1) dans la salle et propose à chacun de regarder individuellement l'exposition dans son ensemble.

30min Temps 2 : Réflexion en groupe sur une affiche

L'animateur constitue des groupes (cf. Guide d'animateur pour des techniques de constitution de groupe) et leur propose d'explorer attentivement pendant 5 minutes les informations d'une des affiches. Le groupe restitue ensuite à l'ensemble des participants les informations de leur affiche. L'animateur fait une synthèse.

20 min Temps 3 : Livret de jeux

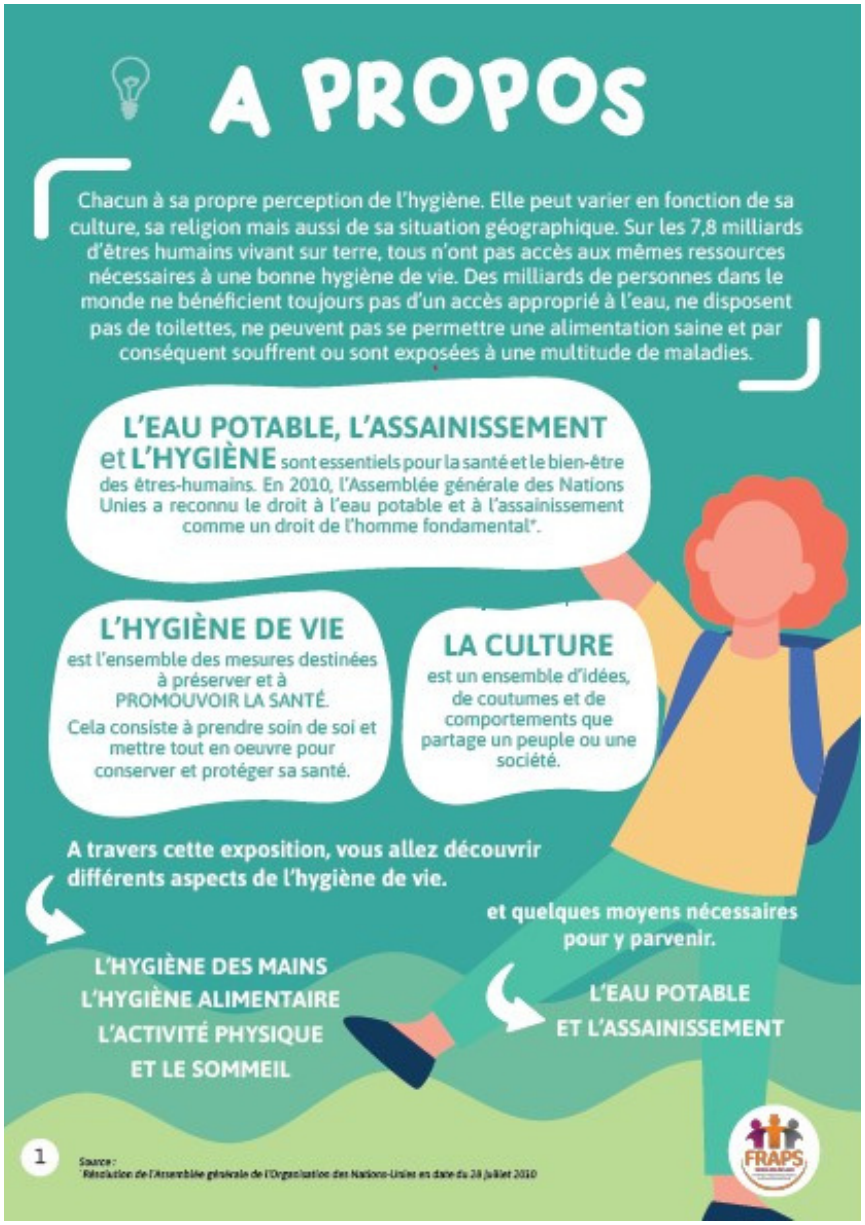
Chaque groupe remplit le livret de jeux (Annexe 4.2).

Pour aller plus loin :

- 1 jour, 1 question
  Pourquoi n'y a-t-il pas assez d'eau potable dans le monde ?

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.1 : Exposition



© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.1 : Exposition

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.1 : Exposition

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.1 : Exposition

ACTIVITE PHYSIQUE
bouger c'est la santé !

Une activité physique correspond à « tout mouvement produit par les muscles squelettiques, responsables d'une augmentation de la dépense énergétique »*. Jouer dans la cour, monter des escaliers, aller faire des courses sont autant de façons courantes de pratiquer une activité physique.

L'Organisation Mondiale de la Santé recommande pour les enfants et les adolescents de **5 à 17 ans** :

au moins **60 minutes d'activité physique par jour**

Les pratiques sportives dans le monde

En **Europe**, le **football** est très populaire. Suivi de près par le rugby, et le handball.
Au **Canada**, la pratique du **hockey sur glace** est courante.
En **Chine** le **tennis de table** est un sport très apprécié.
Le sport le plus populaire en **Australie** est le **cricket** comme en **Inde**.

Ah bon !?

En France, au Canada, en Suisse, ou encore en Angleterre il existe des pédibus. Cela correspond à un ramassage scolaire, où les enfants effectuent le trajet domicile-école à pied encadrés par des parents.
Sur la « ligne », plusieurs points de rendez-vous, telles des stations, permettent aux écoliers de rejoindre le convoi.

6

* Source : Définition de l'Organisation mondiale de la Santé.

FRAPS

LE SOMMEIL
rythmes et habitudes

Le sommeil est un besoin vital. Dormir suffisamment et dans de bonnes conditions améliore l'attention, le comportement, la mémoire et l'état général de notre santé mentale et physique. Il aide en outre l'organisme à maintenir et à réguler plusieurs fonctions vitales.

Un enfant entre 6 et 13 ans doit dormir en moyenne entre 9h et 11h*

Les habitudes de sommeil à travers le monde

Dans certains pays du sud, le rythme de sommeil est imposé par les conditions météorologiques. En Espagne, comme il fait chaud, les espagnols pratiquent la sieste l'après-midi et s'endorment tard le soir. En Suède, comme dans les autres pays scandinaves, on se couche tôt et on se lève tôt en hiver car le soleil se couche vers 15h.

LE HAMAC
Les Mexicains adorent le hamac (filet ou toile suspendu des deux côtés). Il est souvent utilisé pour faire la sieste après le repas.

LE FUTON
Commun au Japon, le futon (matelas de coton de faible épaisseur), est aussi utilisé dans d'autres pays d'Asie.

LE LIT
Le moyen le plus courant dans lequel on dort dans le monde.

Ah bon !?

Dans les endroits situés au-delà des CERCLES POLAIRES, au nord de la Russie, en Finlande ou en Norvège par exemple, le soleil ne se lève jamais au cœur de l'hiver : c'est la NUIT POLAIRE. Il fait nuit toute la journée.

7

*Source : Réseau Morphée, https://reseau-morphee.fr/

FRAPS

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.1 : Exposition

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.2 : Livret de jeux

GLOSSAIRE

OMS

L'Organisation mondiale de la Santé assure le leadership mondial en matière de santé publique au sein du système des Nations unies. Fondée en 1948, l'OMS travaille avec 194 États membres dans six régions et à partir de plus de 150 bureaux, pour promouvoir la santé, assurer la sécurité sanitaire à travers le monde et venir en aide aux personnes vulnérables. L'objectif pour la période 2019-2023 est de permettre à un milliard de personnes supplémentaires de bénéficier de la couverture sanitaire universelle, de protéger un milliard de personnes supplémentaires contre les urgences sanitaires et d'offrir santé et bien-être à un milliard de personnes supplémentaires.

UNICEF

L'UNICEF - United Nations International Children's Emergency Fund, soit Fonds des Nations unies pour l'enfance - est une agence des Nations unies, créée en 1946, dont le siège est à New York, aux États-Unis. Elle est chargée, dans le monde entier, de défendre les droits des enfants, de répondre à leurs besoins essentiels et de favoriser leur plein épanouissement.

A propos du programme commun OMS/UNICEF

Le Programme commun OMS/UNICEF de suivi de l'approvisionnement en eau et de l'assainissement (JMP) est responsable du suivi des avancées réalisées au niveau mondial au regard des cibles et des indicateurs des objectifs de développement durable (ODD) relatifs à l'eau, à l'assainissement et à l'hygiène (EAH). Le JMP réalise des estimations nationales, régionales et mondiales des progrès en matière d'EAH dans les ménages, les établissements scolaires et les établissements de santé.

Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé
www.frapscentre.org

Conception : FRAPS Centre-Val de Loire. Illustrations : Freepik.

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.2 : Livret de jeux

QUIZ

(Une réponse possible par questions)

1/ En quelle année, le droit à l'eau potable et à l'assainissement a été reconnu comme un droit de l'homme fondamental ?

.....

2/ Comment les astronautes font pipi dans l'espace ?

- ☐ Ils portent des couches.
- ☐ Ils font pipi dans un entonnoir en tenant un tuyau contre leur peau afin que rien ne s'échappe. Tout le pipi est ensuite collecté et transformé en eau propre et potable.
- ☐ Ils font pipi dans l'atmosphère. Si tu as déjà vu une étoile filante, il s'agissait peut-être de l'urine d'astronaute en flammes.

3/ Dans quelle partie du monde, environ la moitié de ses habitants n'ont pas accès à l'eau potable ?

- ☐ Afrique Susharienne
- ☐ Asie du sud
- ☐ Océanie

4/ L'assainissement

- ☐ N'existe pas à la campagne
- ☐ Permet d'évacuer et traiter les eaux usées

5/ Le lavage des mains

- ☐ Permet de limiter la propagation des virus et microbes
- ☐ Permet aux ongles de pousser plus vite
- ☐ Donne une jolie couleur à notre peau

6/ Peut-on conserver certains aliments plus longtemps en les faisant sécher au soleil ?

- ☐ OUI
- ☐ NON

7/ Léo a 12 ans, combien de temps d'activité physique doit-il pratiquer par jour ?

- ☐ 1 heure
- ☐ 30 minutes

8/ Quel sport est le plus populaire en Inde ?

- ☐ Le cricket
- ☐ Le kick boxing
- ☐ Le hockey sur glace

9/ La nuit polaire c'est quand...

- ☐ le soleil ne se couche pas
- ☐ le soleil ne se lève pas au coeur de l'hiver
- ☐ le soleil ne se lève pas au coeur de l'été

10/ Quand célèbre t-on la journée mondiale de la santé ?

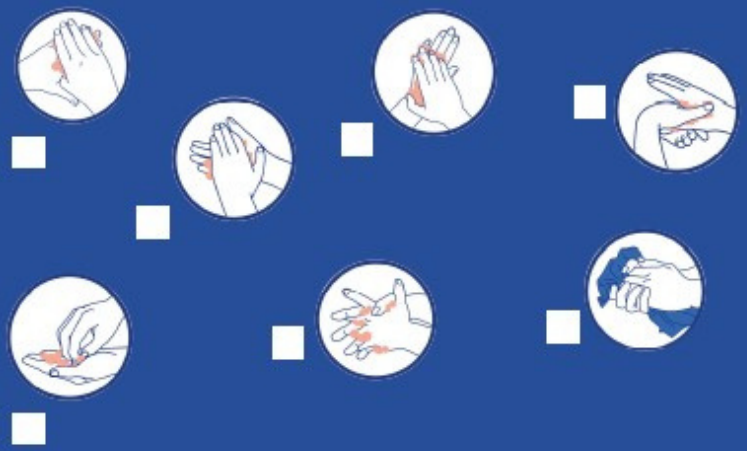
- ☐ le 7 février
- ☐ le 7 juin
- ☐ le 7 avril

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.2 : Livret de jeux

MELI-MELO

Numérote de 1 à 7 le bon ordre pour se laver les mains



SE LAVER LES MAINS 30 SECONDES EST LA MESURE D'HYGIÈNE LA PLUS EFFICACE POUR PRÉVENIR LA TRANSMISSION DE TOUS LES VIRUS.

COMMENT SE DIRE BONJOUR ?

Le savais-tu ?

JOINDRE SES MAINS ET LES ÉLEVER PRÈS DE SON VISAGE	INDE
FAIRE LA BISE À LA PERSONNE	JAPON
ENLACER LA PERSONNE, EN LA PRENANT DANS LES BRAS	FRANCE
FROTTER LE NEZ DE LA PERSONNE	ETATS UNIS
S'INCLINER TÊTE VERS LE BAS	GROENLAND

EN FRANCE, UNE PARTIE DE LA POPULATION A MODIFIÉ LA FAÇON DE SE DIRE BONJOUR PENDANT LA PANDÉMIE DE COVID-19. TROUVE OU INVENTE 3 FACONS DE SE DIRE BONJOUR QUI, À TON AVIS, RÉDUISENT LA TRANSMISSION DE VIRUS OU DE BACTÉRIES

1 .....

2 .....

3 .....

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)

Annexe 4.2 : Livret de jeux

INVENTE TA JOURNEE MONDIALE

Si tu devais créer une Journée mondiale, en lien avec l'hygiène dans le monde. quel serait son thème ?

LA JOURNÉE MONDIALE _____

_____

DATE _____

SLOGAN _____

_____

DESSINE-LA

SOLUTIONS

QUIZ

1/ En quelle année, le droit à l'eau potable et à l'assainissement a été reconnu comme un droit de l'homme fondamental ?
Le droit à l'eau potable et à l'assainissement a été reconnu comme un droit de l'homme fondamental en 2010 par les Nations Unies.

2/ Comment les astronautes font pipi dans l'espace ?
Les astronautes font pipi dans un entonnoir en tenant un tuyau contre leur peau afin que rien ne s'échappe. Tout le pipi est ensuite collecté et transformé en eau propre et potable.
Le pipi est composé à plus de 90 % d'eau. Cette méthode est utilisé depuis quelques années, ils portaient auparavant des couches.

3/ Dans quelle partie du monde, plus de la moitié de ses habitants n'ont pas accès à l'eau potable ?
En Afrique Subsaharienne, seuls 54 % des habitants ont accès à l'eau potable.

4/ L'assainissement
L'assainissement permet d'évacuer et traiter les eaux usées.

5/ Le lavage des mains
Le lavage des mains permet de limiter la propagation des virus et microbes.

6/Peut-on conserver certains aliments plus longtemps en les faisant sécher au soleil ?
Oui

7/ Léo a 12 ans, combien de temps d'activité physique doit-il pratiquer par jour ?
Il est recommandé pour Léo de pratiquer 1h d'activité physique par jour.

8/ Quel sport est le plus populaire en Inde ?
Le sport le plus populaire en Inde est le cricket.

9/ La nuit polaire c'est quand..
Le soleil ne se lève pas au coeur de l'hiver.

10/ Quand célèbre t-on la journée mondiale de la santé ?
Le 7 avril

1. Frottez-vous les mains, paume contre paume
2. Lavez le dos des mains
3. Lavez entre les doigts
4. Frottez le dessus des doigts
5. Lavez les pouces
6. Lavez aussi le bout des doigts
7. Séchez-vous les mains avec une serviette propre ou à l'air libre

Si vous n'avez pas d'eau et de savon, faites la même chose avec du gel hydro alcoolique.

COMMENT SE DIT-ON BONJOUR ?

Au Japon et en Inde par exemple, les personnes n'ont pas de contact physique, cela permet donc de réduire la transmission de virus ou bactéries.
Dans le cas d'une pandémie, comme celle liée au Covid-19, les contacts physiques sont à proscrire.
Selon une étude menée par des hygiénistes de l'Université d'Aberystwyth, au Pays de Galles, le check ou le « fist bump » (poing contre poing) transmettrait beaucoup moins de bactéries qu'une poignée de main classique.

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Novembre 2021 (MAJ Janvier 2023)