

Fiche 4 : Tour du monde de l'hygiène

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 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.



Pour aller plus loin :

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

Moi, l'hygiène de vie et les autres

Moi et l'hygiène de vie

C'est quoi un l'hygiène de vie ?

Annexe 4.1 : Exposition



Annexe 4.1 : Exposition

L'EAU POTABLE un accès insuffisant

L'eau potable est une eau que l'on peut boire ou utiliser à des fins domestiques (boisson, lavage de linge, hygiène...) et industrielles sans risque pour la santé.

2,2 milliards de personnes,
soit environ 1 personne sur 3
dans le monde **n'a pas accès à**
de l'eau potable à son domicile

En Afrique subsaharienne,
seuls 54 % des habitants
utilisent de l'eau potable.

A l'étranger, il est conseillé
de boire de l'eau
en bouteille
Dans la plupart des pays en
développement, l'eau n'est pas
traitée. Elle contient alors de
nombreux parasites et bactéries
et n'est donc pas potable.

Ah bon !?
Il est aujourd'hui possible de
transformer l'urine en eau
potable. Une pratique déjà
utilisée par les astronautes
depuis plusieurs
années.

2

Source : Estimations du rapport de Programme commun OMS/UNICEF de suivi de l'approvisionnement en eau, de l'assainissement et de l'hygiène intitulé « Progrès en matière d'eau potable, d'assainissement et d'hygiène des ménages, 2000-2020 » - <https://www.who.int/fr/news-room/facts-figures/data/assainissement>

L'ASSAINISSEMENT ou la crise des toilettes

L'évacuation et le traitement des eaux usées (eaux déjà utilisées) et des excréments s'appelle l'assainissement. La collecte de ces eaux et son élimination permet de ne pas polluer les cours d'eau et les sols et de minimiser les risques pour la santé. En France, 79 % de la population est raccordée à un réseau d'assainissement.

+ de 2 milliards de personnes
dans le monde ne disposent pas d'installations sanitaires
de base telles que des toilettes ou des latrines.

Près de la moitié vit en
Afrique subsaharienne

Les 2/3 vivent
à la campagne

673 millions de personnes
dans le monde font leurs besoins à l'air libre.
Principalement en ASIE DU SUD (Chine, Inde, Indonésie...) et en AFRIQUE
(Angola, Bénin, le Burkina Faso, le Cambodge, Côte D'Ivoire,...).

Ah bon !?
Il existe de nombreux endroits dans le monde équipés de
toilettes dites « à la turque ». À la place d'une cuvette, les
toilettes turques présentent un trou et deux repose-pieds
antidérapants au-dessus desquels l'utilisateur s'accroupit. Elles
sont plutôt hygiéniques, car l'utilisateur n'est à aucun moment
en contact avec une lunette.

3

Source : Estimations du rapport de Programme commun OMS/UNICEF de suivi de l'approvisionnement en eau, de l'assainissement et de l'hygiène intitulé « Progrès en matière d'eau potable, d'assainissement et d'hygiène des ménages, 2000-2020 » - <https://www.who.int/fr/news-room/facts-figures/data/assainissement>

Moi, l'hygiène de vie et les autres

Moi et l'hygiène de vie

C'est quoi un l'hygiène de vie ?

Annexe 4.1 : Exposition

Hygiène de vie

SE LAVER LES MAINS
un geste essentiel parfois inaccessible !

Se laver les mains avec du savon et de l'eau est une mesure essentielle pour limiter la propagation des microbes et virus qui peuvent causer des maladies.

3 milliards de personnes,
dans le monde ne disposent pas d'installation pour se laver les mains avec de l'eau et du savon au domicile.

environ 900 millions d'enfants
dans le monde ne disposent pas d'installations de base pour le lavage des mains dans leur école.

Ah bon !?
Au Japon, au restaurant, on sert d'abord au client un oshibori, une petite serviette chaude et humide, pour se nettoyer les mains avant de manger.

Source : Estimations du rapport du Programme commun OMS/UNICEF de suivi de l'approvisionnement en eau, de l'assainissement et de l'hygiène intitulé « Progrès en matière d'eau potable, d'assainissement et d'hygiène des ménages, 2000-2017 » - <https://www.unicef.org/fr/commissariat/CINA/5-de-progres-en-matiere-de-personnes-mort-par-le-pas-de-l'eau-de-se-laver-les-mains>

FRAPS

HYGIENE ALIMENTAIRE
pour une alimentation saine et sûre

L'hygiène des aliments comporte l'ensemble des pratiques visant à ce que les aliments soient sûrs et sains pour la consommation et pour la santé. On parle également de sécurité alimentaire. Prendre en compte l'hygiène dans son alimentation c'est se protéger contre certaines maladies.

Près de 600 millions de personnes
(soit 1 personne sur 10) dans le monde tombent malades en consommant des aliments contaminés et 420 000 d'entre elles meurent après avoir ingéré de la nourriture contaminée par des bactéries, des virus, des parasites ou encore des substances chimiques. Les nourrissons, les jeunes enfants, les personnes âgées et les malades sont plus particulièrement touchés.*

Les techniques de conservation des aliments

Il existe plusieurs techniques pour conserver ses aliments le plus longtemps possible afin de préserver leurs qualités gustatives, nutritives et éviter le gaspillage alimentaire.

- > La chaleur (stérilisation, pasteurisation...),
- > le froid (réfrigération, congélation...),
- > D'autres méthodes : le séchage ou le sucre avec les confitures.

Ah bon !?
L'Inde est connue pour sécher les piments, les mangues et les épices. Ils sont attachés et suspendus au soleil. En Norvège, le poisson (le cabillaud) fraîchement pêché est lavé et séché à l'air libre pendant environ trois mois (de février à juin) pour en faire de la morue séchée. Dans la région méditerranéenne, l'huile d'olive est utilisée pour conserver certains fruits et légumes (tomates, poivrons, courgettes, aubergines...)

* Source : Organisation mondiale de la Santé, 2020. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/food-safety-and-food-security>

FRAPS

Moi, l'hygiène de vie et les autres

Moi et l'hygiène de vie

C'est quoi un l'hygiène de vie ?

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 : Résea Morphée, <https://resea-morphee.fr/>

FRAPS

Moi, l'hygiène de vie et les autres

Moi et l'hygiène de vie

C'est quoi un l'hygiène de vie ?



Annexe 4.2 : Livret de jeux




Moi, l'hygiène de vie et les autres

Moi et l'hygiène de vie

C'est quoi un l'hygiène de vie ?

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

Moi, l'hygiène de vie et les autres

Moi et l'hygiène de vie

C'est quoi un l'hygiène de vie ?

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 FAÇONS DE SE DIRE BONJOUR QUI, À TON AVIS, RÉDUISENT LA TRANSMISSION DE VIRUS OU DE BACTÉRIES

- 1
- 2
- 3



Annexe 4.2 : Livret de jeux

Hygiène de vie

INVENTE TA JOURNÉE 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 utilisée 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 cœur de l'hiver.

Le soleil ne se lève pas au cœur 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.