

À bas les microbes!

Cahier d'activité

Pour les jeunes de 6 à 8 ans
Années scolaire jardin - 3



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.

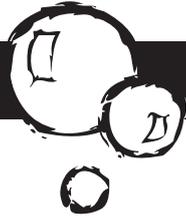
© La Société canadienne de la Croix-Rouge, 2008 02/2008
ISBN 978-1-55104-420-0

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.

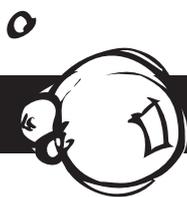
Ce cahier comprend de nombreuses activités que vous pouvez faire avec votre enseignant, vos camarades de classe ou à la maison avec votre famille. Ces activités amusantes vous permettront d'apprendre à quel point il est facile de mettre fin à la propagation des microbes.

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.

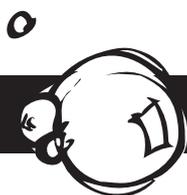


Table des matières

Que sais-je au sujet des germes?

1

- Activité 1 : Bande dessinée
1
- Activité 2 : Analyse d'une photo.....
4
- Activité 3 : Prévenir la maladie
5

Vous laver les mains – la meilleure façon de tenir les germes à l'écart!

6

- Activité 4 : Quand est le meilleur moment de vous laver les mains? ..
6
- Activité 5 : Puzzle
8
- Activité 6 : Excursion scolaire à la salle de bain.....
10
- Activité 7 : Dessinez les étapes de la bonne technique
de lavage des mains!
10
- Activité 8 : Comment vous laver les mains
avec un rince-mains à base d'alcool
11

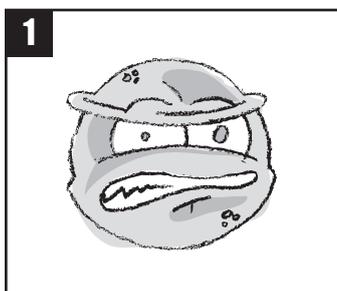


Que sais-je au sujet des germes?

Activité 1 : Bande dessinée

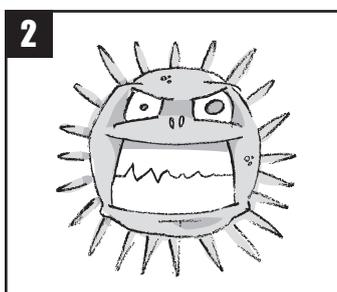
Le professeur lira la bande dessinée avec vous. Soyez attentif, car vous devrez répondre à des questions après l'exercice.

Important: Le fait que certains types de bactéries et de champignons peuvent causer des affections et des maladies, certaines bactéries et certains champignons sont bénéfiques. Dans certaines circonstances, ils sont nécessaires pour la vie humaine.



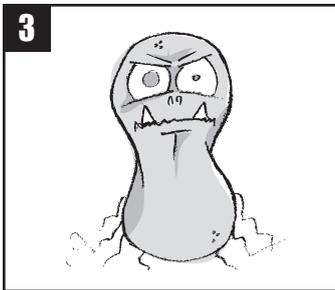
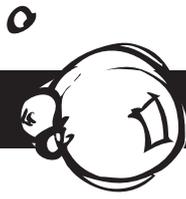
Cadre n° 1 : Streptococcus – (strep•to•co•cusse)

Bonjour! Je m'appelle Streptococcus. Je suis une petite bactérie ronde qui peut causer toutes sortes de maladies. Je peux irriter votre gorge, blesser vos poumons et vous donner la pneumonie. Vous pouvez m'attraper en touchant des poignées de porte, des ordinateurs ou des jouets, et en mettant ensuite vos doigts près de vos yeux, de votre nez, ou dans votre bouche. Vous pouvez aussi m'attraper en partageant des aliments ou des boissons avec un ami qui est déjà malade à cause de moi. Soyez vigilants! Le fait de bien laver vos mains fréquemment est la meilleure façon de m'éviter.



Cadre n° 2 : Rhinovirus – (rhi•no•vi•rus)

Bonjour! Je m'appelle Rhinovirus. Je suis le virus qui cause le rhume. Je suis chanceux car presque tout le monde m'attrape chaque année! J'ai la forme d'une balle recouverte de piques dépassant de partout. Je me cache partout – dans votre maison et dans votre salle de classe, sur vos jouets et vos livres. Je me déplace également dans l'air sous forme de minuscules gouttelettes. Alors prenez garde! Lavez-vous bien les mains, et tousssez et éternuez dans votre manche! Il s'agit de les meilleures façons de vous tenir loin de moi.



Cadre n° 3: Salmonella – (sal•mo•nè•la)

Bonjour! Mon nom est Salmonella. Je suis une bactérie ayant la forme d'une arachide à des nombreuses jambes longues. Une fois dans votre ventre, je peux provoquer une intoxication alimentaire! Je peux vivre sur des aliments comme les oeufs crus, le poulet cru ou non cuit, le lait non pasteurisé et certains fromages, et les fruits et légumes non lavés. Il est important de laver vos aliments et de bien les faire cuire. Sinon, je vous rendrai très malade et je vous causerai des maux de ventre!



Cadre n° 4: Influenza – (in•flu•en•za)

Je suis connu sous le nom de la grippe et je peux vous rendre la vie très difficile en vous faisant sentir fiévreux et endolori tout partout. Je peux aussi vous causer un écoulement nasal et vous faire tousser et, parfois, éternuer. Quand je suis vraiment méchant, je peux vous rendre la respiration très difficile. Ma forme change tout le temps afin que votre organisme ne puisse pas me reconnaître et lutter contre moi. Je peux être transmis d'une personne à l'autre si vous toussiez ou éternuez sans couvrir votre bouche et votre nez d'un mouchoir. Assurez-vous de bien vous laver les mains fréquemment et parlez à votre famille pour lui demander d'obtenir le vaccin antigrippal chaque année!

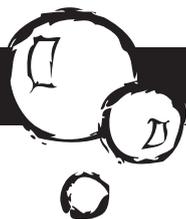
Période de questions et de réponses

Parlons des questions ci-dessous en tant que classe.

1. Qu'est-ce que sont les germes?

2. Comment pouvons-nous voir les germes?





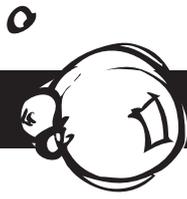
3. Où pouvons-nous trouver des germes?

4. Quels genres de formes prennent les bactéries?

5. Quels genres de formes prennent les virus?

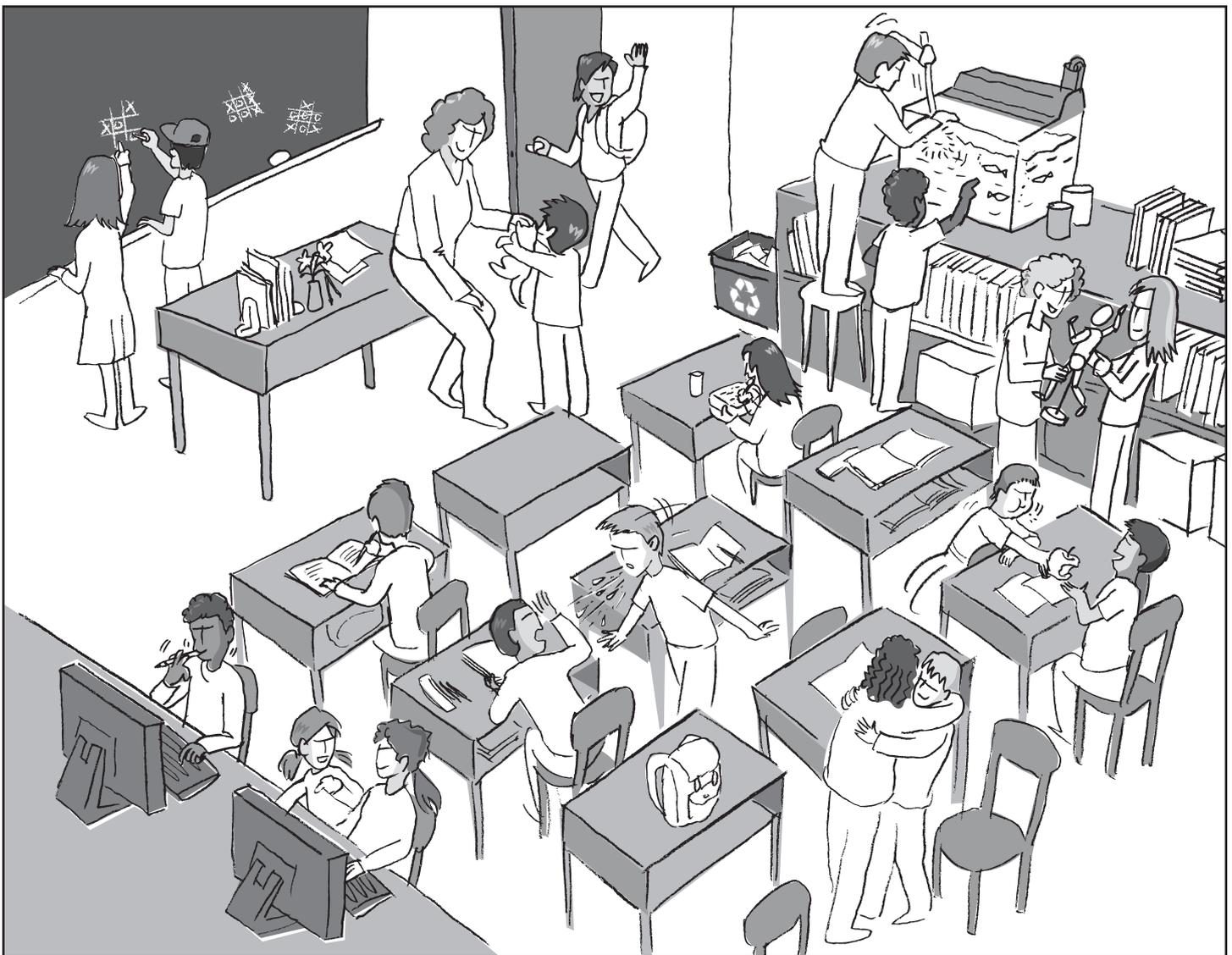
6. Dessinez une bactérie ou un virus et donnez-lui un nom.

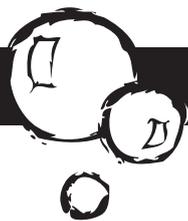
7. Comment pouvez-vous empêcher que vous et d'autres personnes tombiez malades?



Activité 2 : Analyse d'une photo

Regardez le dessin ci-dessous. Encerclez autant d'endroits où vous estimez que les virus et les bactéries peuvent se cacher.





Activité 3 : Prévenir la maladie

À partir de la liste figurant à l'avant de la salle de classe, choisissez une façon dont une personne peut prévenir la propagation des germes et dessiner cette façon dans l'espace ci-dessous.

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the student to draw their chosen method of preventing germ propagation.

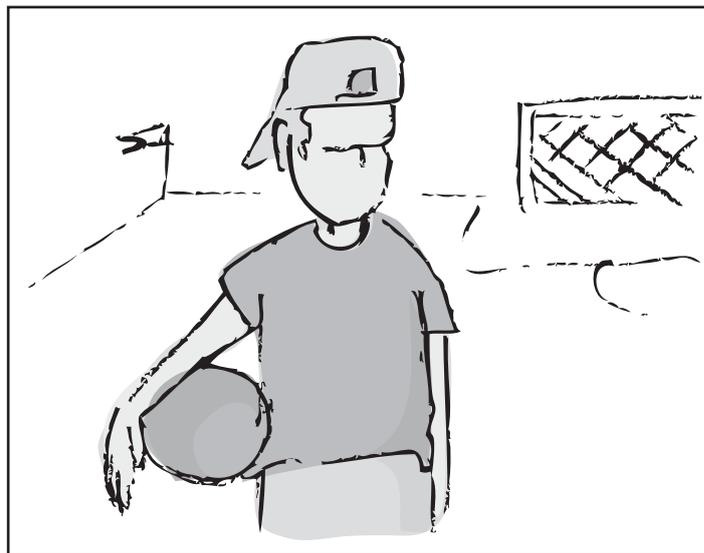


Vous laver les mains – la meilleure façon de tenir les germes à l'écart!

Activité 4 : Quand est le meilleur moment de vous laver les mains?

Il y a six (6) moments magiques quand vous devez vous laver les mains. Les connaissez-vous?

À partir des images ci-dessous, énumérez les six moments magiques pour vous laver les mains!



1. _____

2. _____

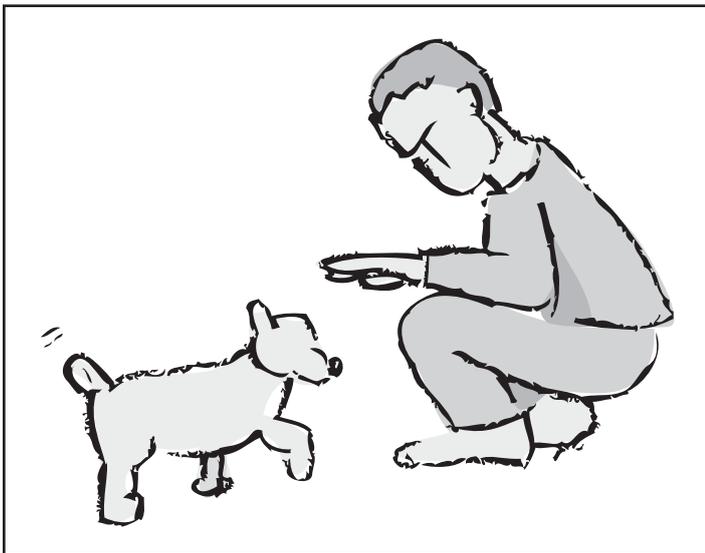




3. _____



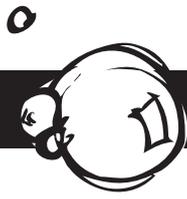
4. _____



5. _____



6. _____



Activité 5 : Puzzle

Une bonne technique de lavage des mains comprend sept (7) étapes clés. Les connaissez-vous? Les étapes sont énumérées ci-dessous. Avec la classe, mettez les étapes dans l'ordre adéquat!

Dessin n°



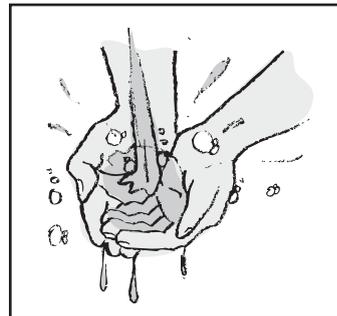
Séchez vos mains avec une serviette de papier ou utilisez un séchoir à air chaud

Dessin n°



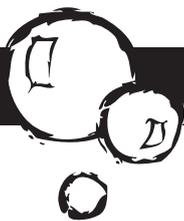
Frottez toutes les surfaces de vos mains : le dos et l'intérieur de vos mains, et les poignets

Dessin n°

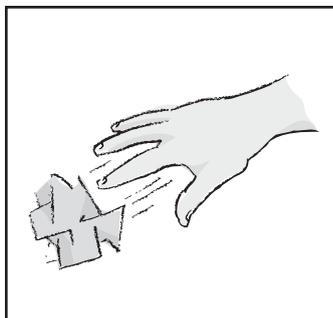


Mouillez vos mains à l'eau chaude et appliquez du savon





Dessin n°



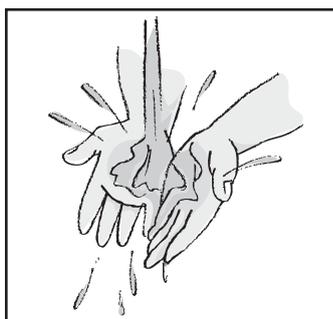
Jetez la serviette de papier en la déposant dans la poubelle près de l'évier

Dessin n°



Frottez vos mains ensemble, entre les doigts et sous les ongles aussi, en comptant jusqu'à 15 – en éloignant vos mains du robinet. Vous pouvez chanter la chanson Bonne fête ou ABC pour vous faciliter la tâche.

Dessin n°



Rincez vos mains sous le robinet en comptant jusqu'à 10

Dessin n°



Fermez les robinets en utilisant la serviette de papier (s'il y en a une)



Activité 6 : Excursion scolaire à la salle de bain

Voici une activité que vous ferez ensemble avec la classe. Écoutez attentivement et suivez les instructions de votre professeur. Une fois que vous aurez appris comment bien vous laver les mains, montrez-le à votre famille!

Activité 7 : Dessinez les étapes de la bonne technique de lavage des mains!

En tant que groupe, dessinez les étapes de la bonne technique de lavage des mains que votre professeur vous a attribuée. Une fois le groupe terminé, les dessins seront affichés sur le mur de la salle de classe ou au tableau!

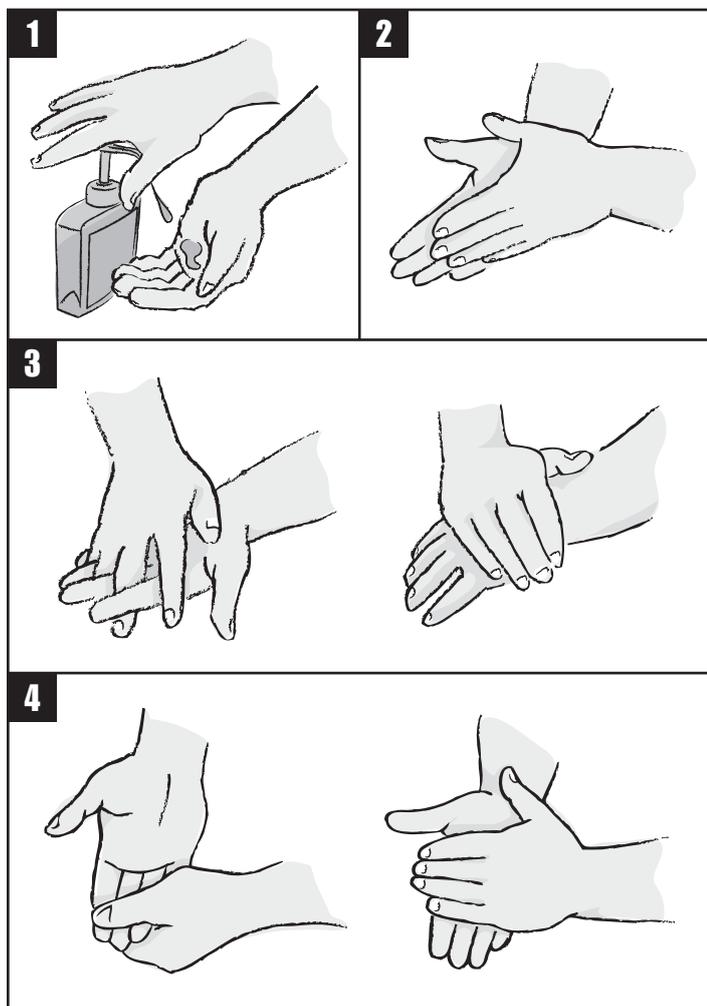




Activité 8 : Comment vous laver les mains avec un rince-mains à base d'alcool

Passez en revue les étapes du nettoyage de vos mains avec un rince-mains à base d'alcool et essayez ensuite de vous laver les mains en suivant les étapes énumérées ci-dessous.

Étapes prévues pour bien nettoyer vos mains avec un rince-mains :



1. appliquez ½ cuillère à thé (ou un coup de pompe pour les petites mains) du rince-mains dans la paume d'une main;
2. frottez les paumes ensemble, paume à paume;
3. frottez entre les doigts et autour des doigts, les pointes des doigts, le dos de chaque main et les poignets;
4. frottez les mains ensemble pendant 15 secondes ou jusqu'à ce qu'elles soient sèches (saviez-vous que 15 secondes représentent le même temps qu'il faut pour chanter la chanson « Ah! Vous dirai-je maman »).

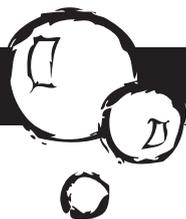


Attention... AAA... tchoum!

Activité 9 : Démonstration de l'étiquette de la toux et de l'éternuement parfaits!

L'étiquette de la toux et de l'éternuement constitue un moyen important pour vous et vos amis de demeurer en santé. Suivez les étapes minutieusement.





Activité 10 : Mise en situation : Bonne étiquette de la toux et de l'éternuement

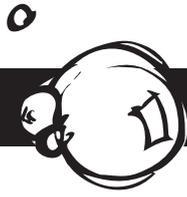
En tant que classe, vous regarderez trois mises en situation. Pour chaque mise en situation, votre travail consiste à consigner ce qui a été bien fait et ce qu'il faut améliorer.

Mise en situation n° 1

Vous êtes debout dans un autobus bondé. Vous vous sentez très fatigué et malade. Vous commencez à tousser et vous utilisez votre poing pour couvrir votre bouche. Vous vous servez ensuite de cette main pour vous tenir à l'aide d'une sangle.

Ce qui a été bien fait

Ce qu'il faut améliorer



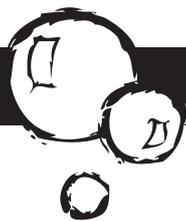
Mise en situation n° 2

Vous êtes assis dans un carré de sable avec vos compagnons de classe. Soudainement, vous commencez à éternuer. Les éternuements vous surprennent et vous n'avez pas le temps de couvrir votre bouche d'un mouchoir ou de votre manche. Vous avez même éternué vers le compagnon de classe assis devant vous.

Ce qui a été bien fait

Ce qu'il faut améliorer





Mise en situation n° 3

Vous avez un rhume et vous ne vous sentez pas bien. Vous avez décidé d'aller à l'école même si vous tousssez et éternuez beaucoup.

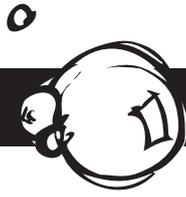
Chaque fois que vous tousssez ou éternuez, vous le faites dans un mouchoir ou dans votre manche. Quand vous utilisez un mouchoir, vous vous levez et vous le jetez à la poubelle après chaque utilisation.

Vous prenez également le soin de laver vos mains avec un rince-mains à base d'alcool après chaque fois que vous tousssez et éternuez.

Ce qui a été bien fait

Ce qu'il faut améliorer

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



Le saurai-je un jour?

Activité 11 : Jouez à la balle! Saurai-je un jour la rapidité à laquelle les germes sont propagés?

Écoutez attentivement votre professeur. Il vous montrera la rapidité à laquelle les germes peuvent se propager. Vous aurez l'occasion de poser des questions après l'exercice.



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