

Ressources et activités sur **le lavage des mains** pour les élèves de l'élémentaire



Je peux me laver les mains!



Table des matières

Table des matières	1
Le lavage des mains en bref	2
Points de discussion	3
Mains lumineuses	4
Colorie tes germes	5
Feuille d'activité Colorie tes germes	6
Page à colorier	7
Défi du lavage des mains	8
Coin-coin du lavage des mains	9
Vidéos sur le lavage des mains	11
Certificats	12
Affiches sur le lavage des mains	13
Fiche signalétique de sécurité	14

Le lavage des mains en bref

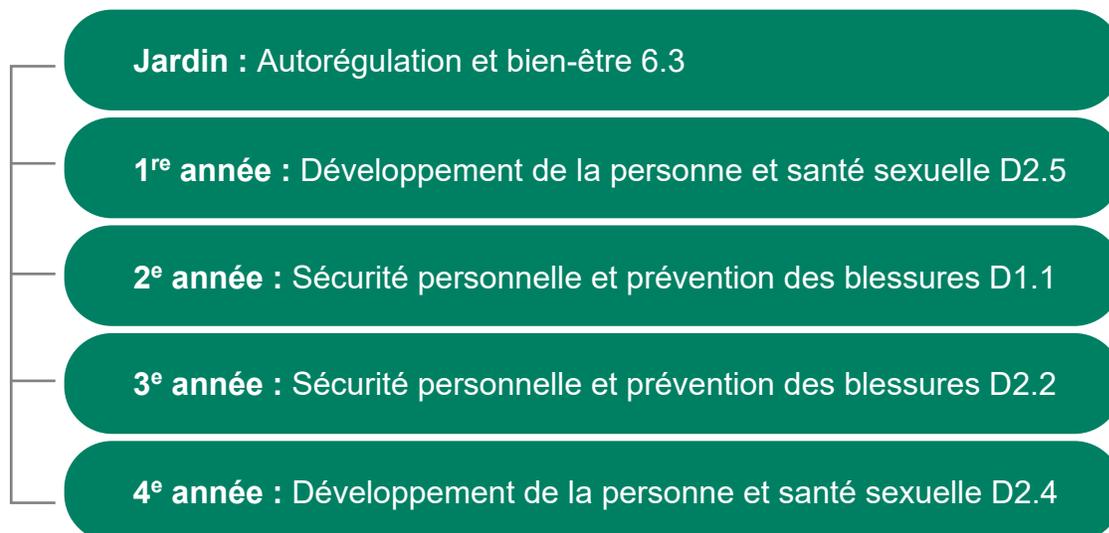
Le lavage des mains est un des meilleurs moyens de prévenir la propagation des bactéries et des virus. C'est une pratique importante que les gens de tout âge devraient utiliser, mais il faut un peu de temps pour apprendre la technique. Dans cette trousse, vous trouverez des activités stimulantes ainsi que des renseignements et des affiches qui peuvent servir en salle de classe pour enseigner le lavage des mains.

Bien que le lavage des mains s'inscrive dans le curriculum de la maternelle à la 4^e année, vous pouvez aussi l'intégrer dans toutes les années d'études où l'on aborde l'hygiène des mains. Vous pouvez en faire une activité de leadership pour les élèves du cycle intermédiaire, qui peuvent aider les élèves plus jeunes.

Pourquoi est-il si important de pratiquer l'hygiène des mains à l'école? L'élimination des bactéries et des virus des mains contribue largement à prévenir la transmission des maladies. En effet, une bonne hygiène des mains peut réduire la propagation des organismes qui causent la grippe (virus de la grippe), le rhume (rhinovirus) ainsi que la diarrhée et les vomissements (norovirus). Quand on réduit la propagation des maladies en milieu scolaire, les élèves s'absentent moins souvent et peuvent continuer à apprendre.

- Prenez le temps nécessaire pour intégrer le lavage des mains à vos activités tout au long de la journée (p. ex. après le jeu extérieur, avant de manger, après une visite aux toilettes).
- Assurez-vous que les postes de lavage des mains sont en bon état et qu'il y a assez de savon, de serviettes de papier ou de séchoirs à mains.
- Vous pouvez choisir d'approvisionner votre salle de classe en désinfectant pour les mains à base d'alcool, que les élèves peuvent utiliser sous la surveillance d'un adulte.
- Donnez le bon exemple

LIENS AVEC LE CURRICULUM



Si vous voulez nous faire part de commentaires ou si vous remarquez qu'il manque des ressources dans la présente trousse ou que certaines ressources sont désuètes, envoyez-nous un courriel à

healthyschools@mlhu.on.ca

Points de discussion

Voici quelques principes à garder à l'esprit lorsque vous discutez du lavage des mains avec vos élèves.

Germes

- « Germes » est un terme général utilisé pour désigner les bactéries et les virus qui peuvent nous rendre malades.
- Les germes sont invisibles, ils peuvent se multiplier, se propager et causer des maladies.
- Certains germes sont mauvais, mais notre corps contient également de bonnes bactéries qui nous aident à combattre les mauvais germes.
- Les germes se propagent : nous les respirons, nous en avons sur les mains et nous touchons ensuite notre visage ou notre bouche. Il nous arrive aussi de manger avec des mains sales.

Comment pouvons-nous nous protéger et protéger les autres?

- Tousser et éternuer dans le pli du coude.
- Rester à la maison quand on est malade.
- Se laver les mains.
- Se faire vacciner.

Y a-t-il d'autres moyens d'aider notre corps à ne pas tomber malade?

- Manger régulièrement et opter pour des fruits et des légumes.
- Boire de l'eau tout au long de la journée.
- Dormir de 9 à 10 heures par nuit (jeunes) (7 à 9 heures pour les adultes).
- Faire de l'activité physique et bouger tous les jours.

Quand faut-il se laver les mains?

- Avant de manger ou de préparer des aliments.
- Après une visite aux toilettes (même une visite rapide).
- Après avoir joué à l'extérieur ou lorsque les mains semblent sales.
- Après avoir touché des animaux ou des insectes.
- En rentrant d'un lieu public (école, épicerie).
- Après avoir éternué, toussé ou utilisé un mouchoir pour se moucher.

Étapes du lavage des mains

- Ouvrir le robinet.
- Se mouiller les mains.
- Mettre du savon sur les mains.
- Frotter! Faire un « gant de bulles » en frottant partout sur les mains (dos, paumes, ongles, entre les doigts, poignets) pendant 20 secondes.
- Bien se rincer les mains.
- Sécher les mains.
- Fermer le robinet à l'aide d'une serviette en papier.

Si tu n'as pas accès à un lavabo, tu peux utiliser du désinfectant pour les mains sous la supervision d'un adulte.

- Appuyer 1 ou 2 fois pour mettre du désinfectant sur les mains sèches.
- Frotter partout sur les mains (dos, paumes, ongles, entre les doigts, poignets).
- Lorsque le désinfectant est sec (environ 15 secondes), les mains sont propres.

Mains lumineuses

Communiquez avec l'infirmier ou l'infirmière de votre école pour obtenir la ressource Mains lumineuses. La ressource comprend une lotion pour les mains (Glitterbug Potion) et une lampe UVA (lampe de poche ou lampe portative). Dans le cadre de l'activité, on enduit les mains de la lotion, puis on éclaire les mains avec la lampe UVA pour rendre la lotion fluorescente. Les participants se lavent ensuite les mains selon la technique enseignée et on revérifie les mains avec la lampe UVA. Les parties qui demeurent fluorescentes sont celles auxquelles il faut accorder plus d'attention pendant le lavage des mains.

1. Expliquez l'activité aux élèves (appliquer de « faux » germes, rendre les germes fluorescents, les éliminer avec de l'eau, puis vérifier les mains).
2. Les élèves font la file.
3. Roulez les manches des élèves et mettez-leur un peu de lotion dans la main (quantité de la taille d'un pois). Rappelez-leur que ce ne sont **pas de vrais germes**.
4. Les élèves utilisent la lotion pour faire un « gant de bulles ».
5. Vérifiez les mains des élèves avec la lampe UVA pour leur montrer les faux germes dans la paume et sur le dos des mains.
6. Les élèves se lavent les mains en suivant les étapes (*rappelez aux élèves d'attendre leur tour et d'éviter de mettre de l'eau sur le plancher pour ne pas glisser*).
7. Vérifiez à nouveau les mains avec la lampe UVA – s'il reste beaucoup de lotion, encouragez les élèves à se laver les mains de nouveau. Il peut être difficile d'éliminer toute la lotion et certains élèves pourraient se frustrer, d'où l'importance de garder une attitude positive.



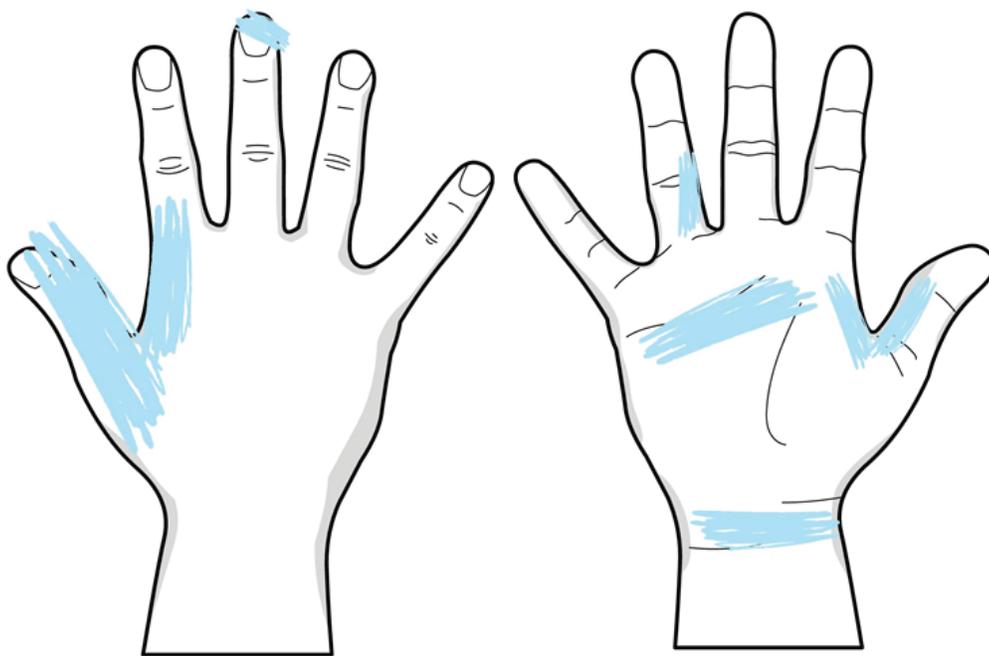
Colorie tes germes

Après avoir fait l'activité Mains lumineuses et avoir détecté, sous la lampe, les parties de la main qui n'ont pas été bien lavées, demandez aux élèves de tracer leur main deux fois (dos et paume) sur une feuille de papier et de colorier les endroits où il reste des germes. (Autre possibilité : Sur un modèle de mains géantes, invitez tous les élèves à colorier les endroits où il reste des germes.)

Discussion

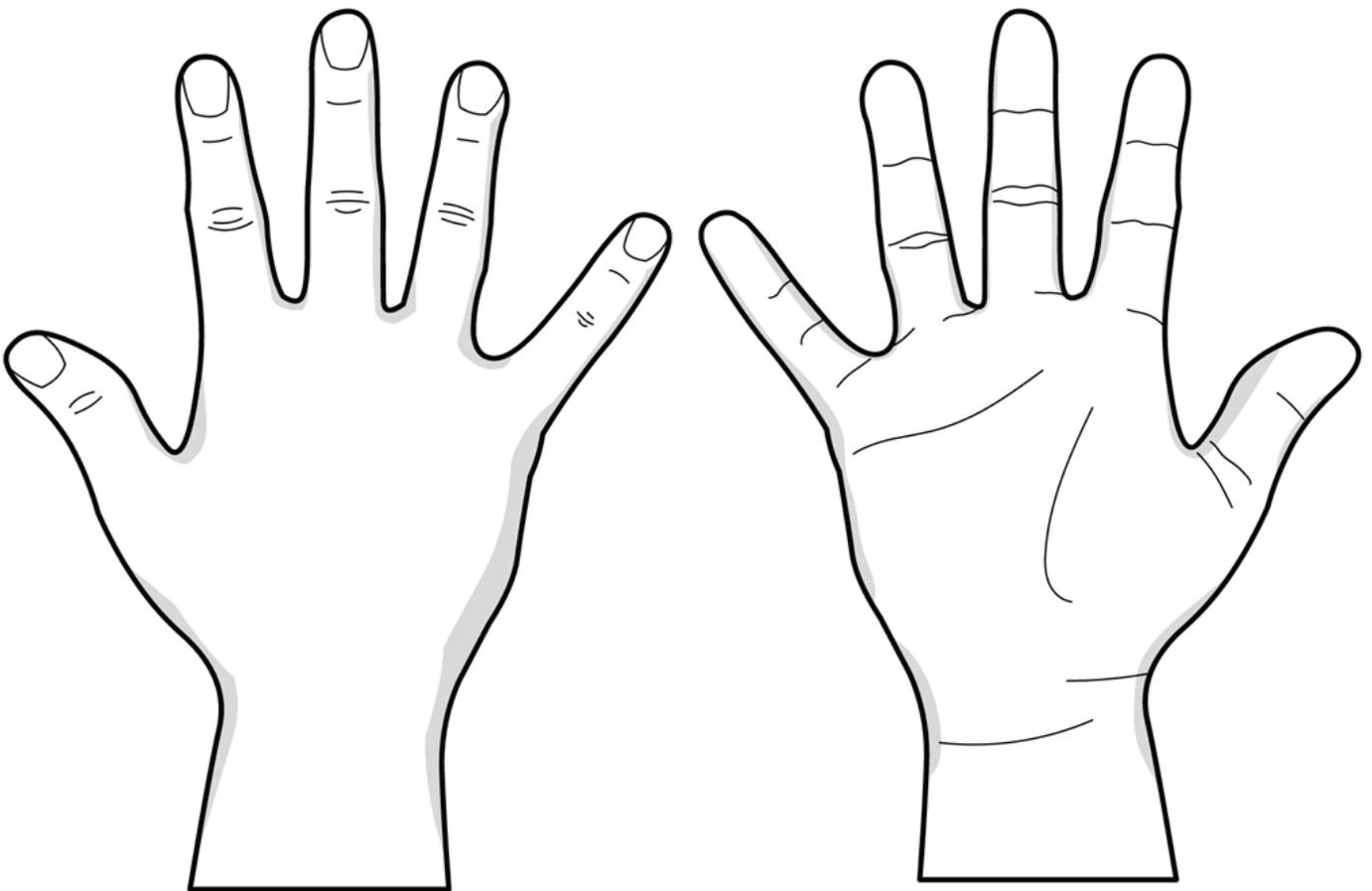
- Pourquoi pourrions-nous oublier de laver ces parties de la main?
- Comment pouvons-nous laver ces parties de la main? (*frotter autour des pouces, les ongles, les paumes et entre les doigts*)

Exemple :



Feuille d'activité Colorie tes germes

Colorie les parties de tes mains qui étaient fluorescentes après le lavage. Il faut accorder plus d'attention à ces parties lorsque nous nous lavons les mains.





Je peux me laver les mains!

Nom : _____

Défi du lavage des mains

Relève ce défi à la maison et remplis autant de cases que possible!

Je me suis lavé les mains après une visite aux toilettes.

J'ai montré à quelqu'un comment se laver les mains.

J'ai chanté la chanson de l'alphabet en me lavant les mains.

Je me suis lavé les mains après avoir touché un animal ou des insectes.

Je me suis lavé les mains avant de manger.

Je me suis lavé les mains après avoir joué dehors.

J'ai toussé dans le pli de mon coude.

J'ai utilisé un mouchoir de papier (pas ma manche) pour essuyer mon nez.

J'ai utilisé un désinfectant pour les mains quand il n'y avait pas d'évier et de savon.

J'ai utilisé une serviette de papier pour fermer le robinet après m'être lavé les mains.

Je me suis lavé les mains avant de donner un coup de main dans la cuisine.

J'ai fait un gant de bulles en me lavant les mains.

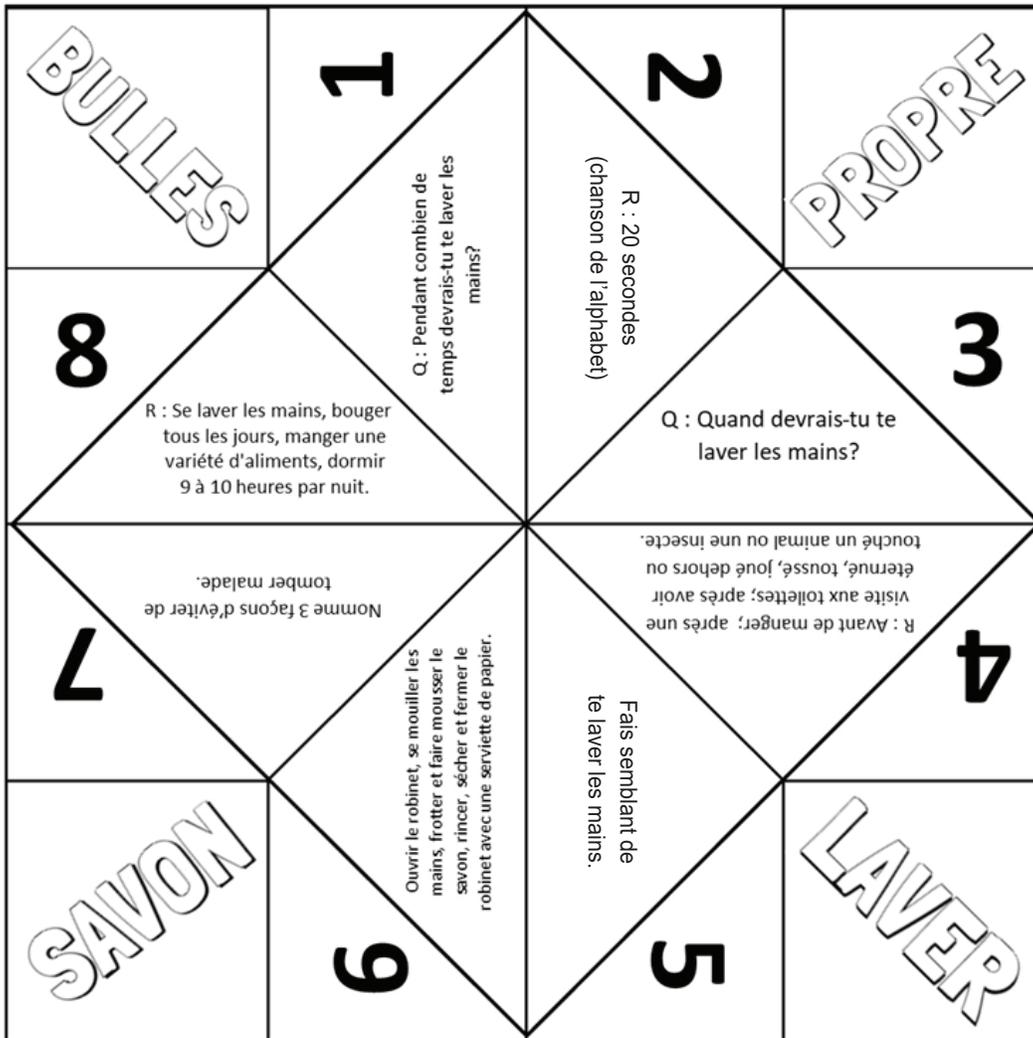
J'ai éternué dans le pli de mon coude.

J'ai chanté « Bonne fête » deux fois en me lavant les mains.

J'ai rappelé à quelqu'un de se laver les mains.



Coin-coin du lavage des mains



Instructions

1. Imprimer et découper le coin-coin.
2. Plier le carré en deux une première fois, puis une seconde fois.
3. Déplier et placer le côté imprimé vers le bas. Plier les coins vers le centre.
4. Retourner le carré et faire la même chose.
5. Retourner le carré de manière à voir les mots dans les coins (savon, laver, propre, bulles).
6. Glisser le pouce et l'index à l'arrière de deux des coins et les presser l'un contre l'autre.
7. Glisser le pouce et l'index de l'autre main sous les deux autres mots et les presser l'un contre l'autre.
8. Tous les mots devraient être visibles et les centres devraient se toucher.
9. Épeler les mots et compter les chiffres pour arriver à la question à poser.

Vidéos sur le lavage des mains



Michou le microbe (mat.-3^e année)

<https://www.youtube.com/watch?v=t-3MU1TnYWo>

Super laveurs de mains (mat.-3^e année)

<https://www.youtube.com/watch?v=ypL3dLwTaIY>

Les pros se prononce sur les germes (3^e-6^e année)

<https://www.youtube.com/watch?v=ThxBftU6v7A>

Certificats

Pro du lavage des mains



Certificat décerné à

Bravo! Tu as appris à bien te laver les mains et tu enseignes aux autres à le faire.

Date : -----

Pro du lavage des mains



Certificat décerné à

Bravo! Tu as appris à bien te laver les mains et tu enseignes aux autres à le faire.

Date : -----

Affiches sur le lavage des mains



Technique de lavage des mains - la méthode en 6 étapes



Votre santé en dépend... lavez-vous les mains



Santé publique Ontario : Comment se laver les mains et Comment se désinfecter les mains

Fiche signalétique de sécurité : Glitterbug Potion

MATERIAL SAFETY DATA SHEET

Page 1 of 1

MATERIAL SAFETY DATA SHEET

Section 1

Trade Name: GLITTERBUG® POTION
Chemical Family: Personal Care Products
Date: March 22,2004

Manufacturers Name: SORENCO, INC.
2323 South West Temple
Salt Lake City, UT 84115
Emergency Telephone: 801 481 7325

Manufactured For: Brevis Corporation
225 West 2855 South
Salt Lake City, UT 84115

Section 2

Ingredients: Water (CAS#7732-18-5), Invisible Blue Pigment (CAS #39277-28-6), Mineral Oil (CAS #8012-95-1), Glycerin (CAS #56-81-5), Glyceryl Stearate (CAS #123-94-4), PEG-100 Stearate (CAS #9004-99-3), Cetyl Alcohol (CAS #36653-82-4), Stearic Acid (CAS #57-11-4), Triethanolamine (CAS #102-71-6), DMDM Hydantoin (CAS #6440-58-0), Iodopropynyl Butylcarbamate (CAS #55406-53-6).

Section 3

Physical Data:

Specific Gravity	0.90 – 1.00
Solubility in Water	Dispersible
Vapor Pressure	Unknown
Flash Point	Unknown
Appearance	White Cream
Odor	Characteristic

Section 4

Reactivity Data

Not reactive

Section 5

Fire and Explosion Hazards

No known fire or explosion hazards

Section 6

Health Hazard Data

Skin Contact: If irritation occurs, rinse with water. Contact physician.

Section 7

Spill or Leak Procedure

Scoop up and place in trash receptacle. Rinse area with water and wash down drain. Observe all Federal, State, and Local Regulations.

Section 8

Special Precautions for Handling and Storage

Store in a cool, dry place. Extreme heat may cause product separation.