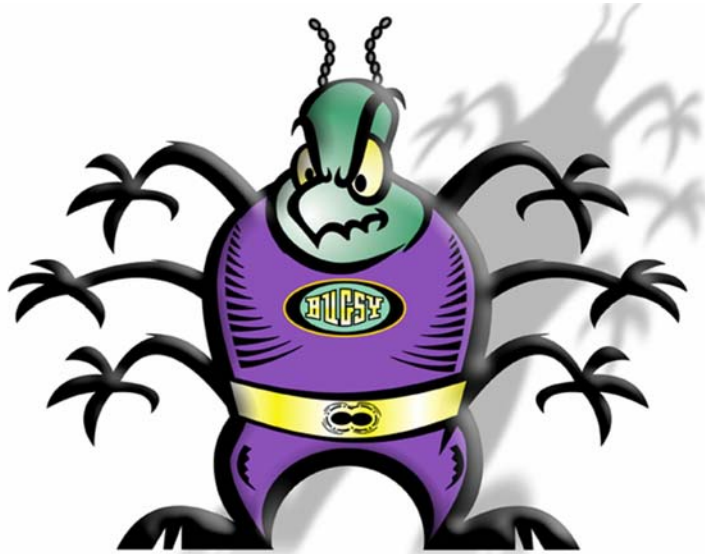


# LAVE-TOI LES MAINS!



## TROISIÈME ANNÉE Plan de leçon

## NIVEAU



# Visite de l'école

Durée suggérée : 50 minutes



## 3<sup>e</sup> ANNÉE

### Aperçu

Les élèves feront une visite de l'école pour identifier des endroits où les germes peuvent se propager. Les activités enrichiront leurs connaissances sur les moments où il pourrait y avoir des germes sur leurs mains, les manières par lesquelles ils pourraient les propager à d'autres personnes et les comportements à adopter pour se protéger ainsi qu'autrui contre les infections. L'expérience avec une patate démontrera pourquoi le lavage des mains est particulièrement important avant de manipuler des aliments. Les élèves identifieront des obstacles au bon lavage des mains dans les salles de toilette de leur école et discuteront des problèmes et solutions en classe. **Note** : Si vous manquez de temps, vous pouvez diviser ce bloc en séances plus courtes.

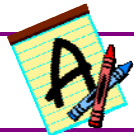
### Programme d'études

- B-3.8 Santé et préparation pour la vie – Les élèves vont employer des pratiques sécuritaires pour eux-mêmes et pour autrui; ex. : décrire des stratégies en vue de la préparation et du rangement sécuritaires des aliments.

### Résultats d'apprentissage

Les élèves :

- identifieront des objets partagés par lesquels les germes peuvent se propager
- apprendront comment se protéger et protéger autrui contre les infections
- identifieront et résoudront des obstacles à la bonne technique du lavage des mains.



#### Plan de leçon



#### Liste de matériel

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Où sont les germes</li> <li>• Le lavage des mains te protège ainsi que les autres</li> </ul>	10 minutes	<p><b>Matériel téléchargeable</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Image de Buggy</li> <li>✓ Vidéo du lavage des mains</li> <li>✓ Feuille d'instructions pour la visite de l'école</li> <li>✓ Feuille d'instructions pour l'activité « Détectives du lavage des mains »</li> <li>✓ Affiche « Comment te laver les mains »</li> <li>✓ Affiche de la chanson « Lave-toi les mains »</li> <li>✓ Liste de contrôle pour l'activité « Détectives du lavage des mains »</li> <li>✓ Feuille d'instructions « Où se tiennent les germes »</li> <li>✓ Feuille d'instructions pour l'expérience avec une patate</li> </ul> <p><b>Matériel fourni par l'enseignant</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Salles de toilette munies de savon et de serviettes de papier</li> <li>✓ Papier, ruban adhésif, crayons de cire ou marqueurs</li> <li>✓ 2 pommes de terre préparées à l'avance</li> <li>✓ 2 sacs de plastique à fermeture à glissière (« Ziploc »), neufs et étiquetés</li> </ul>
• Vidéo du lavage des mains	5 minutes	
• Visite de l'école	15 minutes	
• Détectives du lavage des mains	15 minutes	
• Où se tiennent les germes		
<b>Supplément</b>		
• Expérience avec une patate	5 minutes de préparation + observation continue	

## Information aux enseignants

Tout au long de la journée, des germes venant de divers endroits s'accumulent sur nos mains. Les germes peuvent survivre des heures, voire des jours, dans l'environnement, sur des surfaces comme les téléphones, les bureaux (ceux d'enseignants étant particulièrement contaminés), l'argent et les animaux domestiques. Nos mains entrent en contact avec plusieurs objets au cours d'une journée de travail. De fait, en une minute, un travailleur adulte moyen touche environ 30 objets différents.

Les mains ramassent facilement des germes sur les surfaces contaminées. Par exemple, un nombre important des germes sur les surfaces de cuisine peut être transféré aux mains. Le taux de transfert des germes aux mains dépend de la surface touchée. Les surfaces lisses et dures (comme les téléphones et les robinets) transfèrent plus de germes aux mains que les surfaces rugueuses et spongieuses (comme les linges à vaisselle ou les carottes) – mais toutes deux peuvent transférer un nombre considérable de germes.

On n'attrape pas une infection simplement en ayant des germes sur nos mains (à moins d'avoir une coupure ou une égratignure). Les germes entrent dans le corps par les membranes muqueuses, comme celles du nez, de la bouche et des yeux. Environ 40 % des germes sur vos doigts peuvent être transférés à vos lèvres en les touchant. Les jeunes enfants mettent leurs mains dans leur bouche environ toutes les trois minutes. Lorsqu'ils grandissent, il est donc important de leur enseigner que le fait de ne pas se toucher le visage aide à prévenir la maladie.

Dans les écoles et ailleurs, les surfaces touchées par plusieurs personnes sont des lieux de transfert des germes. Cela inclut le matériel de terrains de jeux et de gymnases, les bureaux, les stylos et marqueurs partagés, les boutons de machines distributrices, les poignées de porte et d'armoire, les robinets de salles de toilette, les téléphones, les rampes d'autobus et plus encore. Les élèves doivent être conscientisés à la présence de germes « invisibles » sur ces surfaces et apprendre des comportements responsables qui les protégeront ainsi qu'autrui contre la maladie.

N'oubliez pas de vous laver les mains avant les activités qui pourraient permettre l'entrée de germes dans votre corps, et après les activités propices à un contact direct avec des germes – c'est-à-dire : avant de manger ou de préparer un repas, après être allé à la toilette, après avoir sorti les ordures, après avoir joué avec un animal, après vous être mouché le nez, et avant et après avoir soigné un enfant qui a une coupure ou une éraflure.

Il est particulièrement important que les enfants prennent l'habitude de se laver les mains, qu'ils connaissent les moments où il faut se laver les mains et sachent que le lavage des mains contribue à leur santé et à celle des gens qui les entourent.

Désinfectant pour les mains. Le désinfectant pour les mains à base d'alcool tue les germes. Il est idéal si l'on n'a pas accès à du savon et à de l'eau, comme au terrain de jeux ou lors de sorties. Ce type de produit doit contenir au moins 60 % d'alcool pour être efficace. Il est à noter que le désinfectant pour les mains ne nettoie pas, et est inefficace si les mains sont grasses ou salies; il ne remplace donc pas le lavage des mains.

Savon ordinaire. Si vous pouvez choisir le savon utilisé dans votre école, optez pour un savon ordinaire. Le savon ordinaire est tout aussi efficace que le savon antibactérien pour éliminer les germes des mains. De plus, il ne favorise pas la résistance aux antibiotiques – une préoccupation médicale grandissante.

**Note** : Certaines de ces activités répondent aux objectifs du programme d'études de sciences 3-1 et 3-2.

## Leçon

### Présentation de Buggy

**Matériel** : Image de Buggy

Présentez Buggy à vos élèves et expliquez-leur qu'il est là pour les aider à apprendre où se trouvent les germes. Buggy aura d'importants messages à livrer tout au long de la leçon. Buggy est un germe. Pas un germe comme dans ton jardin! C'est un microbe. En tant que microbe, il sait où se tiennent tous les autres germes et microbes. Il est là pour t'aider à les trouver.

**Note** : L'image peut être téléchargée puis imprimée sur transparent, ou visualisée en ligne à l'aide d'un projecteur ou d'un tableau blanc interactif.

Expliquez aux élèves qu'aujourd'hui, ils apprendront comment se protéger contre les germes et comment empêcher les germes de se propager à d'autres personnes.

### Où sont les germes (5 minutes)

? ***Te rappelles-tu ce que sont les germes?***

Résumé : Les germes (ou microbes) sont de minuscules êtres vivants. Ils sont si petits qu'on ne peut pas les voir, sauf au microscope. Ils causent le rhume, l'influenza (la grippe), la rougeole et la varicelle, entre autres.

? ***Peux-tu nommer des endroits où il y a des germes dans la classe? À la maison? Dans des lieux publics comme au restaurant ou au centre commercial?***

Invitez les élèves à donner des réponses. Résumez et aidez les élèves à mémoriser les principaux endroits : salles de toilette, ordures, mouchoirs usagés, animaux. Il y a des germes à plusieurs endroits.

? ***Que t'arrivera-t-il si tu ne te laves pas les mains après avoir touché à un objet couvert de germes?***

Des germes pourraient entrer dans ton corps et te rendre malade. Les germes entrent dans ton corps par ton nez, ta bouche ou tes yeux, puis ils te rendent malade.

? ***Qu'arrive-t-il à d'autres personnes si tu ne te laves pas les mains après avoir touché à un objet couvert de germes?***

Les germes peuvent se propager aux autres objets que tu touches. Puis, si d'autres personnes touchent à ces mêmes objets, elles ont à leur tour des germes sur leurs mains. Cela peut les rendre malades elles aussi.

Les surfaces touchées par plusieurs personnes sont des endroits où les germes se propagent d'une personne à l'autre. Si je me mouche le nez et qu'ensuite je ne me lave pas les mains, les germes sur mes mains peuvent se propager à tous les objets que je touche.

? ***Quels sont certains objets que je touche et que tu touches aussi?***

Montrez et résumez : bureau du professeur, tableau blanc et marqueurs, papiers, livres, etc.

? ***Quels sont certains objets que tu touches et que tes compagnons de classe touchent aussi?***

Résumé : pupitres, marqueurs, crayons et crayons de cire partagés, papiers, livres, etc.

? ***Qu'en est-il des objets touchés ailleurs dans l'école?***

S'ils ne l'ont pas encore fait, invitez les élèves à penser à des objets au-delà de leurs pupitres. Résumé : poignées de portes, rampes, interrupteurs de lumière, jeux de terrains de jeux, ballons, robinets de salle de toilette, etc.

? ***Dans ta maison et dans les lieux publics?***

Maison : téléphone, clavier d'ordinateur, télécommande, serviettes partagées, comptoirs.

Communauté : rampes d'autobus, boutons d'ascenseur, rampes d'escaliers mobiles, bancs de parc, poignées de fontaines, argent.

? ***Comment ces germes se sont-ils propagés?***

Résumé : Par nos mains.

? ***Comment ces germes te rendent-ils malade?***

Résumé : Tes mains font entrer ces germes par ton nez, ta bouche ou tes yeux.



BUGSY DIT : « LES GERMES SE PROPAGENT PAR LES MAINS. »

## **Le lavage des mains te protège ainsi que les autres (5 minutes)**

Les élèves comprendront qu'ils sont responsables de leur sûreté et de celle des autres personnes. Pour réduire la propagation de germes parmi nous et aux objets partagés, tout le monde doit pratiquer la bonne technique du lavage des mains. Les élèves apprendront que le lavage des mains les protège ainsi que leurs compagnons de classe, le personnel de l'école et leurs familles, contre les maladies.

### **? *Quels sont des exemples de choses que tu peux faire pour arrêter la propagation des germes?***

Résumé : Te laver les mains, tousser et éternuer dans ta manche, rester à la maison si tu es malade.

### **? *Il est important de se laver les mains de la bonne façon. Imagine que tu es dans la salle de toilette et que tu es prêt à te laver les mains. Quelles sont les premières choses que tu devrais faire?***

Résumé : Ouvre le robinet. Prends du savon.

### **? *Ensuite?***

Résumé : Frotte-toi les mains avec du savon. Frotte toutes les parties de tes mains : paumes, entre les doigts, dessus des mains, pouces, poignets, bouts des doigts et ongles. Chante la chanson « Lave-toi les mains » (sur l'air d'« Au clair de la lune ») pour être certain de frotter assez longtemps.

### **? *Et après?***

Résumé : Rince-toi les mains pour enlever tout le savon et les germes.

### **? *Quelles sont les autres choses que tu dois faire?***

Résumé : Essuie-toi les mains. Ferme le robinet. Ouvre la porte. Jette ta serviette de papier. Quitte la salle de toilette.

### **? *Dans quel ordre dois-tu faire ces choses? Que se passe-t-il si tu fermes le robinet avec tes mains propres?***

Résumé : Les germes du robinet se transfèrent sur tes mains. Quand tu as ouvert le robinet, tes mains étaient sales – comme celles de toutes les personnes qui l'ont utilisé avant toi. C'est pourquoi les robinets sont couverts de germes. Pour éviter d'avoir des germes sur tes mains après les avoir si bien lavées, prends une serviette de papier, essuie-toi les mains, puis utilise la serviette pour fermer le robinet.

**Note :** Si le distributeur de serviettes de papier est muni d'un levier ou d'un bouton, les élèves devraient utiliser leur coude ou leur avant-bras pour actionner le distributeur, ou prendre une serviette de papier avant de se laver les mains. Voir les « Solutions pratiques aux problèmes de lavage des mains » pour d'autres idées. Lors de l'activité du lavage des mains, les élèves identifieront des éléments dans leur salle de toilette qui rend difficile le lavage des mains, puis ils proposeront des solutions en classe.

? **Que se passe-t-il si tu ouvres la porte avec tes mains propres?**

Résumé : Les germes sur la poignée de porte ou sur la porte (s'il faut la pousser) iront sur tes mains. Utilise ta serviette de papier pour ouvrir la porte de la salle de toilette.

? **Quelles autres choses peux-tu faire pour aider tes compagnons de classe et les adultes de ton école à garder leurs mains propres?**

Résumé : Laisse la salle de toilette propre. Jette ta serviette de papier dans la poubelle. Si la poubelle est loin de la porte, emporte ta serviette avec toi et jette-la dans la poubelle de la classe.



BUGSY DIT : « UN BON LAVAGE DES MAINS ÉVITE QUE TOI ET D'AUTRES PERSONNES PROPAGIEZ DES GERMES AVEC VOS MAINS. »

**Vidéo du lavage des mains (5 minutes)**

**Matériel :** Vidéo ou DVD du lavage des mains, sur demande

Dites aux élèves qu'ils vont regarder une vidéo expliquant comment bien se laver les mains. Dites-leur d'être attentifs à la vidéo, car ils devront ensuite utiliser une liste de contrôle pour trouver des manières de faciliter le lavage des mains dans leur salle de toilette. Ils devront connaître les six étapes d'un bon lavage des mains.

**Note :** Certains élèves pourraient avoir vu cette vidéo auparavant. Invitez-les à regarder la vidéo pour s'assurer qu'ils se rappellent toutes les étapes d'un bon lavage des mains. La vidéo fait partie de tous les niveaux du programme (maternelle à 3<sup>e</sup> année) afin de renforcer les apprentissages antérieurs et de mettre à niveau les élèves qui ne l'ont jamais vue.

Après avoir joué la vidéo une première fois, demandez aux élèves de nommer les six étapes du lavage des mains. Les voici :

1. Mouille-toi les mains.
2. Mets du savon sur tes mains.
3. Frotte-toi les mains.
4. Rince-toi les mains.
5. Essuie-toi les mains avec une serviette de papier.
6. Utilise la serviette pour fermer le robinet et ouvrir la porte de la salle de toilette.

*N'oublie pas de laisser la salle de toilette bien propre!*

Montrez la vidéo une autre fois puis discutez des étapes, si un renforcement est requis.

Demandez aux élèves ce qu'ils se rappellent de la vidéo, au sujet des parties des mains qui doivent être frottées. Récapitulez : il faut se frotter les paumes, entre les doigts, le dessus des mains, les pouces, les poignets, le bout des doigts et les ongles. Cette étape devrait prendre environ 20 secondes, ou le temps qu'il faut pour chanter la chanson « Lave-toi les mains » (sur l'air d'« Au clair de la lune »).

## Activités

### Visite de l'école (15 minutes)

**Voir :** Feuille d'instructions pour la visite de l'école

Les élèves iront en petits groupes examiner divers lieux dans l'école (classe, salle de toilette, gymnase, bibliothèque, salle d'ordinateurs, terrain de jeux, etc.) pour identifier des surfaces touchées par plusieurs personnes. Ce sont des lieux où les germes peuvent être transférés d'une personne à l'autre. Les élèves feront des comptes rendus en classe et compileront une liste commune. La discussion les conscientisera aux comportements qui les protègent contre les infections et préviennent la propagation de germes à d'autres personnes, à l'école, à la maison et dans les lieux publics.

### Détectives du lavage des mains (15 minutes, en même temps que l'activité « Où se tiennent les germes »)

**Voir :** Feuille d'instructions pour l'activité « Détectives du lavage des mains »

**Utiliser :** Liste de contrôle pour l'activité « Détectives du lavage des mains »  
Affiche « Comment te laver les mains »  
Affiche de la chanson « Lave-toi les mains »

Cette activité se veut une occasion pour les élèves d'identifier des obstacles à la bonne technique du lavage des mains dans leur salle de toilette. Les listes de contrôle aideront les enfants à noter leurs observations. Une discussion subséquente en classe visera à trouver des solutions pour faciliter le lavage des mains pour tous.

### Où se tiennent les germes (15 minutes, en même temps que l'activité « Détectives du lavage des mains »)

**Voir :** Feuille d'instructions « Où se tiennent les germes »

Les élèves traceront le contour de leurs mains, y dessineront des « germes », puis découperont ces formes. On leur demandera d'imaginer l'endroit dans la classe où ils pensent qu'il y a le plus de germes. Lorsque tous les élèves seront prêts, ils iront placer leurs découpages à l'endroit identifié. Les découpages de mains serviront à se rappeler les endroits où des germes peuvent être transférés. La discussion portera sur les endroits où il y a le plus de découpages de mains, et pourquoi.

## **Expérience avec une patate (5 minutes de préparation + observation continue pendant 3 à 5 jours)**

**Voir :** Feuille d'instructions pour l'expérience avec une patate

Cette activité est un supplément au plan de leçon. Elle peut aussi être réalisée dans le cadre du programme d'études de sciences, pour enseigner de bonnes méthodes de prédiction, d'observation et de prise de notes, par exemple en notant les résultats dans un tableau ou sur un graphique. Les élèves observeront la croissance de germes sur deux pommes de terre : 1) une qui aura circulé d'un élève à l'autre avant qu'ils se soient lavé les mains; 2) une qui aura circulé d'un élève à l'autre après qu'ils se seront lavé les mains. Les élèves verront que lors d'activités ordinaires, des germes sont transférés à nos mains et peuvent être transférés aux aliments que nous mangeons.

### **Éducation continue**

- Demandez à des élèves de présenter au directeur les résultats de la visite de l'école.
- Demandez à un ou deux élèves d'interviewer le directeur sur l'importance du lavage des mains et les moyens de réduire la propagation des germes dans l'école, puis d'en présenter un compte rendu devant la classe.
- Élargissez le concept de la visite de l'école, à la maison ou à d'autres lieux publics comme un centre commercial, un autobus, une bibliothèque ou un centre sportif.
- Organisez une séance d'information du personnel sur le lavage des mains, à l'heure du diner ou lors d'une réunion du personnel. Encouragez tous les employés de l'école à être des modèles du lavage des mains, tous les jours.
- Élargissez l'activité « Où se tiennent les germes » au reste de l'école. Affichez une note sur un babillard dans un couloir, expliquant ce que signifient les mains découpées et collées çà et là.
- Montrez la vidéo du lavage des mains plusieurs fois durant l'année, pour renforcer la bonne technique du lavage des mains.
- Organisez une assemblée de toute l'école et demandez à quelqu'un, comme l'infirmière de l'école, d'expliquer à tous les élèves et aux parents comment se laver les mains et comment arrêter la propagation des infections.
- Encouragez les élèves à transmettre l'information à leurs familles et amis.

## SOLUTIONS PRATIQUES AUX PROBLÈMES DE LAVAGE DES MAINS

Problème	Principe d'hygiène	Solution
Savon ou serviettes de papier non disponibles.	La pratique du lavage des mains par les élèves, les enseignants et le personnel est le meilleur moyen de freiner la propagation d'infections dans les écoles.	Informez le personnel d'entretien et/ou le directeur. Proposez que l'administration organise une séance d'information sur l'importance du lavage des mains, à l'intention des employés d'entretien. Le lavage des mains protège aussi la santé du personnel d'entretien.
Les robinets se ferment automatiquement et ne coulent pas assez longtemps.	L'eau doit couler assez longtemps pour rincer le savon et les germes.	Dites aux élèves de se laver les mains avec un ami pour s'aider mutuellement avec le robinet. Les élèves devraient utiliser une serviette de papier pour ouvrir le robinet s'ils se sont déjà lavé les mains.
Eau tiède non disponible.	L'eau froide est un élément dissuasif au lavage des mains.	Parlez avec l'administration. S'il n'est pas possible d'avoir de l'eau tiède, utilisez l'eau froide. L'eau froide est moins agréable mais tout aussi efficace (avec du savon) pour enlever les germes des mains.
Le robinet ou le lavabo est trop haut pour certains enfants.	Le lavage des mains est important pour tous les enfants.	Fournissez un tabouret qui ne bascule pas.
Besoin d'économiser l'eau. Les robinets ne devraient pas être laissés ouverts.	La bonne technique de lavage des mains inclut l'utilisation d'une serviette de papier pour fermer le robinet. Cela évite la contamination des mains par un robinet sale.	Suggeriez aux élèves de prendre leurs serviettes de papier avant de se laver les mains, pour les avoir avec eux au moment de fermer le robinet. Ils peuvent placer les serviettes propres sous leur bras ou dans une poche en attendant d'en avoir besoin.
Le distributeur de serviettes de papier est loin du lavabo.		
Le distributeur de serviettes de papier est muni d'un levier ou d'un bouton.	Les mains peuvent être contaminées en touchant le levier ou le bouton pour obtenir une serviette de papier.	Montrez aux élèves à utiliser leur coude ou leur avant-bras pour actionner le distributeur, ou suggérez-leur de prendre une serviette de papier avant de se laver les mains.

Problème	Principe d'hygiène	Solution
La poubelle n'est pas près de la porte.	Les mains peuvent être contaminées en touchant la porte ou la poignée de porte de la salle de toilette. La bonne technique de lavage des mains inclut l'utilisation d'une serviette de papier pour ouvrir la porte de la salle de toilette. Pour éviter le désordre, il est préférable que la poubelle soit placée près de la porte.	Déplacez la poubelle près de la porte ou gardez la porte ouverte. Si cela est impossible, suggérez aux élèves d'emporter leur serviette de papier avec eux et de la jeter dans la poubelle de la classe.
Le lavage des mains prend trop de temps.	Le lavage des mains prévient la maladie et réduit l'absentéisme. À long terme, cela représente une économie de temps.	Établissez des moments fixes pour que les élèves se lavent les mains. Les moments idéaux sont avant le dîner et après la récréation. Enseignez la bonne technique de lavage des mains et éliminez les obstacles pour que les élèves soient plus compétents.
Le personnel d'entretien se plaint du désordre dans la salle de toilette.	Les salles de toilette doivent être laissées bien propres.	Renforcez auprès des élèves le message final d'un bon lavage des mains, c'est-à-dire de jeter les serviettes de papier dans la poubelle.
On ne sait pas si le savon fourni est antibactérien.	Le savon ordinaire ne favorise pas la résistance aux antibiotiques et il est aussi efficace à prévenir la propagation des germes.	Renseignez-vous sur le savon utilisé dans votre école. Lisez les ingrédients. Si vous y voyez du « triclosan », il s'agit d'un savon antibactérien. Le savon antibactérien a des effets médicaux néfastes et n'est pas plus efficace que le savon ordinaire. Si un savon antibactérien est utilisé dans votre école, suggérez qu'on le remplace par du savon ordinaire (habituellement moins cher).

### Remerciements

*Cette ressource pédagogique a été élaborée dans le cadre du programme « Des pilules contre tous les microbes? », en collaboration avec Alberta Health and Wellness et Alberta Education.*