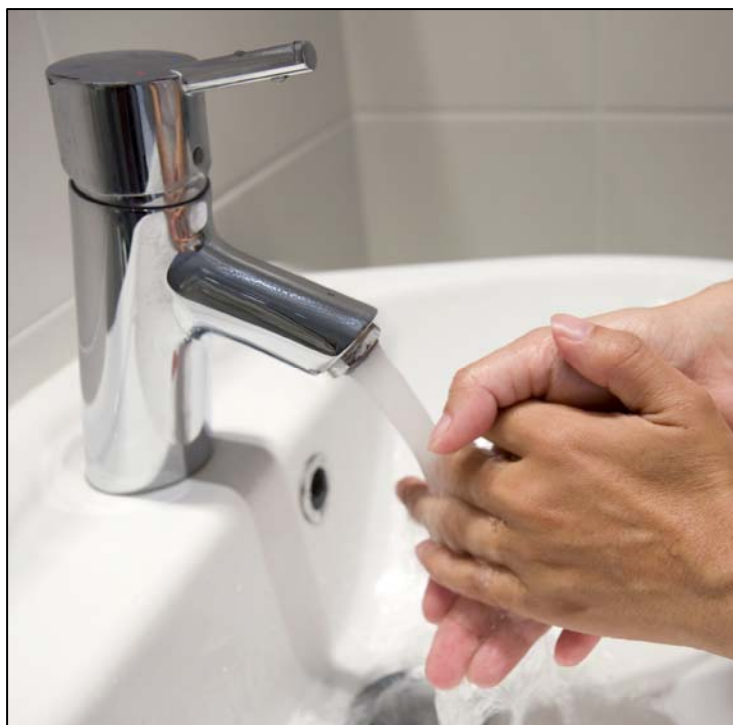


Des pilules contre *tous* les microbes?

Un projet communautaire pour une utilisation judicieuse des antibiotiques



Programme pour les aînés

Ce programme s'adresse aux :

Aînés

Établissements de résidence assistée

Centres de soins de longue durée

Adultes handicapés

Bénéficiaires de soins à domicile

Table des matières

Information élémentaire et préparation		Page
Conseils d'animation		3
Contenu de la trousse et documents imprimés		4
Préparation : choses à faire avant votre séance		5
Activités	Temps	Page
1. Présentations et étiquettes portes-noms	10 minutes	8
2. Dialogue interactif – Principaux messages*	15-20 minutes	9
3. Pratique du lavage des mains	10 minutes	17
4. Comment les microbes se propagent Bingo-microbes	10 minutes	19
5. Récapitulation et remerciements	5 minutes	21

**Le dialogue interactif inclus ici contient les mêmes informations que le diaporama PowerPoint. Utilisez le dialogue, si vous ne présentez pas le diaporama.*

Conseils d'animation

Plusieurs membres de votre public pourraient avoir des troubles auditifs. Parlez plus fort. Vérifiez si tout le monde vous entend. Invitez-les à lever la main s'ils ont du mal à entendre ce que vous dites.

Les individus qui sont atteints de certains types de démence manquent de confiance en eux. Ne pointez personne de manière qui la prenne par surprise.

Plusieurs aînés se sentent seuls et seront contents de votre visite. Ils aiment bien donner une poignée de main.

Le traitement mental de l'information prend plus de temps, lorsque l'on vieillit ou que l'on est atteint de troubles cognitifs. N'oubliez pas d'en tenir compte. Ne précipitez pas le rythme, dans votre séance d'information, et allouez suffisamment de temps aux gens pour qu'ils répondent aux questions que vous lancez. Plusieurs personnes ne répondront pas et quelques-unes le feront avec enthousiasme.

Certaines personnes se déplacent plus lentement et ont besoin d'assistance. Soyez patient. Avant de faire quelque chose pour elles, demandez-leur si elles veulent de l'aide.

La sécurité physique est une préoccupation constante. Si vous n'êtes pas certain d'être capable d'aider quelqu'un à se déplacer, demandez l'aide d'un employé.

Gardez les choses simples, mais sans être condescendant.

Avec un peu d'encouragement, il y aura quelqu'un qui connaîtra la chanson. Ils vous l'enseigneront.

Faites référence aux documents imprimés comme un moyen de récapituler l'information que les participants ont apprise.

Faites toujours preuve de respect à l'égard des participants et respectez leur dignité.

Contenu de la trousse

Quantité	Élément
1 par personne	Portes-noms (animateurs, participants)
1	Gel <i>Glo Germ</i>
1	Poudre <i>Glo Germ</i>
1	Lumière « noire » et piles
8	Piles AA supplémentaires
1 ensemble de 15	Photos de Bingo-microbes
15	Cartes de Bingo-microbes
2	Savons (cadeau pour les gagnants au bingo)
15	Marqueurs pour les portes-noms et le jeu de bingo

Documents imprimés

Quantité	Élément
2 par site	Affiches <i>Des pilules contre tous les microbes?</i>
1 par participant	Autocollants sur le lavage des mains
	Affiches montrant le lavage des mains
	Affiche montrant le savonnage des mains
	Guide pour les parents
	Brochure
	Mots croisés
	Mot-mystère

Préparation : choses à faire avant votre séance

1. Examinez le programme et le matériel éducatif

- Avant la présentation, prenez le temps de vous familiariser avec le contenu et le matériel.
- Essayez l'Activité 3, « Pratique du lavage des mains », et l'Activité 4, « Comment les microbes se propagent ». Apprenez le déroulement des activités et vérifiez que le matériel est en bon état.
- Au besoin, faites des copies supplémentaires des cartes de Bingo-microbes pour l'Activité 4; prévoyez-en une par participant.
- Vérifiez que la trousse est complète (voir la liste à la page 4).
- Comptez vos documents imprimés; il devrait y en avoir un nombre suffisant pour tous les participants.

2. Téléphonnez à l'avance

- Parlez avec la personne de l'établissement qui s'occupe de votre présentation.
- Présentez-vous ainsi que votre équipe. Confirmez la date et l'heure de la présentation.
- Demandez comment trouver l'endroit et l'entrée principale. Les établissements de résidence assistée et les centres de soins de longue durée ont souvent plusieurs entrées, mais une seule est destinée aux visiteurs.
- **Renseignez-vous sur votre public.** Cela vous aidera à adapter votre présentation. Vous pourriez demander :
 - combien de participants et d'employés y assisteront
 - quel est le degré de mobilité des participants (fauteuils roulants, marchettes, etc.)
 - quels sont les capacités et les besoins de votre public.

- **Renseignez-vous sur la disposition physique des lieux**

- Y a-t-il des installations pour se laver les mains, à proximité du lieu de votre séance?
- La salle de réunion permet-elle de présenter un diaporama PowerPoint? Un écran est-il disponible? L'éclairage peut-il être tamisé? (Si vous ne présentez pas le diaporama PowerPoint, utilisez le dialogue interactif pour l'Activité 2. L'information y est identique à celle des pages de notes du diaporama PowerPoint.)
- Des tables et des chaises sont-elles disponibles pour les participants?
- Y a-t-il un évier dans la salle où vous présenterez votre séance? Est-il possible de faire participer des volontaires à une démonstration de lavage des mains? Si ce n'est pas possible, demandez à la personne responsable d'apporter un bassin rempli d'eau, du savon et des serviettes jetables, pour la démonstration. Sinon, montrez les étapes du lavage des mains sans savon ni eau et demandez aux participants de faire les gestes avec vous.

3. Préparez-vous mentalement : ce que vous devrez faire pendant votre présentation

- Continuez de jauger le public tout au long de votre présentation, et restez flexible.
- Votre public pourrait se fatiguer ou perdre de l'intérêt. Vous pourriez devoir raccourcir votre présentation ou commencer les activités plus tôt.
- Il se pourrait que vous deviez simplifier vos messages, ou les rendre plus « techniques » et sophistiqués, selon le niveau de compréhension du public. Vous le sentirez en présentant votre séance. Modifiez des éléments au besoin.
- Faites des parallèles entre l'information et des circonstances de la vie quotidienne.
- Récapitulez le contenu au besoin.

- Allouez du temps aux questions et aux commentaires.
- **Note** : Certains participants pourraient poser des questions sur leurs médicaments, qui pourraient être (ou non) des antibiotiques. Si vous êtes à l'aise de répondre à ces questions, faites-le. Sinon, référez-les au personnel ou à un médecin.

4. Arrivez à l'avance et examinez votre espace

- Arrivez sur place suffisamment à l'avance pour avoir le temps de tout installer.
- Examinez les lieux et modifiez votre présentation au besoin. Il se pourrait que vous deviez modifier certaines activités que vous aviez prévues.
- Si vous utilisez le diaporama PowerPoint, vérifiez comment tamiser l'éclairage dans la salle.

Activité 1. Présentations et portes-noms

Notes :

- Un bon moyen de faire connaissance est de vous présenter à chaque participant et de lui demander son nom. Dites-lui votre nom et quelques informations personnelles.
- Jasez avec des participants pour avoir une idée du groupe. Cela vous aidera dans votre présentation.
- Parlez lentement et clairement. Demandez aux participants s'ils vous entendent bien.
- Vous demanderez aux participants de porter une épinglette. Certains pourraient avoir besoin d'aide pour l'épingler.
- Note : Certains établissements exigent que leurs clients et employés aient des portes-noms; il se pourrait donc que vous n'en ayez pas besoin pour votre groupe.
- Cette activité peut commencer pendant que les participants arrivent.

Temps : 5 minutes

Présentations et portes-noms

Bonjour, nous sommes de _____. Nous sommes contents de vous voir réunis ici. Merci d'être venus. Pour mieux nous connaître et vous connaître, nous avons des épinglettes pour tout le monde. Êtes-vous d'accord pour porter une épinglette?

Bonjour! Je m'appelle _____ et je suis _____ (parlez un peu de vous – par exemple, d'où vous venez) et j'étudie pour devenir _____.

Activité 2. Dialogue interactif – principaux messages

Notes :

- N'oubliez pas! Parlez lentement et clairement. Demandez à votre public s'il vous entend bien.
- Posez des questions au groupe; laissez les membres du groupe participer, par leurs réponses, puis résumez le message que vous voulez livrer.

Temps : 15-20 minutes

Le dialogue interactif inclus ici contient les mêmes informations que le diaporama PowerPoint. Utilisez ce dialogue, si vous ne présentez pas le diaporama.

Dialogue interactif – Principaux messages

« Des pilules contre *tous* les microbes? » est un programme d'éducation communautaire sur les infections et le lavage des mains. Nos trois principaux messages sont :

1. Le lavage des mains est le meilleur moyen de stopper la propagation des infections.
2. Les microbes ne sont pas tous pareils. Les bactéries et les virus sont différents; les antibiotiques ne combattent pas les virus.
3. Les antibiotiques ne devraient être utilisés que pour des infections bactériennes. L'usage d'antibiotiques contre des infections virales fait en sorte que les bactéries deviennent résistantes et que les antibiotiques ne fonctionnent plus.

Aujourd'hui, nous sommes ici pour parler des microbes et de ce que vous pouvez faire pour ne pas tomber malades.

Si vous vivez en groupe, avec d'autres personnes, que ce soit dans un foyer de groupe, un lieu de résidence assistée, un centre de soins infirmiers ou une résidence familiale, des microbes peuvent se transmettre facilement d'une personne à une autre.

Question :

Pouvez-vous nommer des maladies qui sont causées par des microbes?

Laissez les participants lancer quelques réponses.

Résumez : Le rhume, la grippe (ou influenza) ou la pneumonie sont des maladies dues à des microbes. Plusieurs de ces maladies affectent les voies respiratoires, qui sont votre nez, votre gorge et vos poumons.

Question :

Pouvez-vous trouver des exemples de manières par lesquelles des microbes se transmettent d'une personne à une autre?

Laissez les participants lancer quelques réponses.

Résumez : Le principal mode de transmission de microbes d'une personne à l'autre est par les mains. 80 % des infections courantes se propagent par les mains.

Les microbes, bien sûr, sont très petits; si petits qu'on peut les voir seulement au microscope. Mais ce n'est pas parce qu'on ne les voit pas qu'ils n'existent pas. Des études faites par des scientifiques de l'Université de l'Arizona¹ ont démontré que les téléphones, les rampes d'escaliers et de corridors, les crayons, et autres objets partagés par plusieurs personnes, sont les plus contaminés.

¹ Reynolds KA, Watt PM, Boone SA, Gerba CP. Occurrence of bacteria and biochemical markers on public surfaces. Int J Environ Health Res 2005; 15(3):225-34.

Question :

Mais, s'il y a des microbes partout, pourquoi est-ce qu'on n'est pas toujours malades?

Laissez les participants lancer quelques réponses.

Résumez : Notre corps nous protège contre les microbes. Et la plupart du temps il fait un bon travail. Par exemple, notre peau empêche des microbes d'entrer dans notre corps, et notre système immunitaire combat ceux qui réussissent à entrer.

Question :

Avez-vous des exemples de moyens de vous protéger contre les microbes?

Invitez les participants à répondre.

Résumez : Le meilleur moyen de vous protéger contre les microbes, c'est de vous laver les mains.

C'est le même message depuis 85 ans. Je vais vous lire une partie d'un livre écrit en 1920, qui s'appelle *L'hygiène et la propreté* : ²

(Lire l'extrait aux participants)

Une personne qui veut éviter les microbes qui donnent le rhume ne devrait pas emprunter de crayon, de livre ou d'autres choses d'une personne qui a le rhume. Elle ne devrait pas toucher à des mouchoirs salis, ni boire dans une tasse utilisée par une autre personne, ni se tenir proche de quelqu'un qui tousse sans se tourner dans l'autre sens; elle devrait garder ses mains éloignées de sa bouche et de son nez, et laver souvent ses mains avec de l'eau et du savon. [traduction]

² Ritchie JW, Caldwell JS. New-World Health Series. Hygiene and Sanitation. Book II. New York: World Book Company; 1920, p. 51

Question :

S'il est important de garder vos mains propres, dans quelles situations pourraient-elles être couvertes de microbes?

Invitez les participants à répondre.

Résumez : Vous devriez vous laver les mains après avoir touché à des objets qui pourraient être contaminés.

Lavez-vous toujours les mains après être allé aux toilettes et aussitôt que possible après avoir mouché votre nez ou avoir éternué.

N'oubliez pas de vous laver les mains après avoir touché à des animaux domestiques, car ils peuvent transporter des microbes qui causent des infections.

Les objets partagés avec d'autres personnes sont une autre source de contamination. Des microbes pourraient être laissés sur ces objets par une personne, puis se transmettre à une autre. Les téléphones publics, les boutons d'ascenseur et l'argent en sont de bons exemples. Vous devriez vous laver les mains après avoir touché des objets qui peuvent être contaminés par des microbes venant d'autres personnes.

C'est important, aussi, de toujours laver vos mains avant de faire quelque chose qui rapproche vos mains de votre visage. On ne tombe pas malade simplement parce qu'on a des microbes sur nos mains. On tombe malade lorsque des microbes entrent dans le corps et y causent une infection.

Des microbes entrent dans le corps en passant à travers les muqueuses – c'est-à-dire les parties humides dans vos yeux, dans votre nez et dans votre bouche.

Question :

Pouvez-vous nommer des gestes où vous touchez vos muqueuses avec vos mains?

Laissez les participants vous répondre.

Résumez : Les gens touchent souvent leurs muqueuses avec leurs mains. On frotte nos yeux et on met nos doigts dans notre nez. On approche nos doigts de notre bouche pour manger, ronger nos ongles, fumer et utiliser la soie dentaire. Des microbes peuvent aussi entrer dans notre bouche par la nourriture que l'on prend dans nos mains.

Par conséquent, il est important de vous laver les mains avant de préparer un repas et avant de manger. Vous devriez aussi vous laver les mains avant de faire d'autres choses qui approchent vos mains de votre visage, comme vous brosser les dents ou utiliser la soie dentaire. Le lavage des mains enlèvera les microbes qui pourraient autrement entrer dans votre corps par vos muqueuses.

Il est important de vous laver les mains chaque fois qu'elles pourraient être couvertes de microbes, et avant des activités où vos mains pourraient être en contact avec vos muqueuses.

Essayez de vous laver les mains :

1. Avant de manger
2. Après être allé aux toilettes
3. Après avoir éternué ou avoir mouché votre nez
4. Et après avoir touché des objets que d'autres personnes utilisent aussi.

C'est important, aussi, de laver vos mains comme il faut.

Un simple rinçage des mains avec de l'eau ne suffit pas. Vous devez utiliser du savon et de l'eau et frotter vos mains assez longtemps pour enlever les

microbes. Lorsque vous avez terminé, essuyez vos mains complètement, avec une serviette. Cela aide aussi à enlever des microbes de vos mains.

Démonstration du lavage des mains – À l'aide des affiches montrant le lavage et le savonnage des mains, présentez aux participants les étapes du lavage des mains :

1. Mouillez vos mains.
2. Mettez du savon ordinaire.
3. Frottez vos mains ensemble. Assurez-vous de laver toutes les parties de vos mains : paumes, entre vos doigts, dessus des mains, poignets, pouces, bouts des doigts et ongles.
4. Rincez vos mains.
5. Essuyez vos mains.
6. Fermez le robinet avec une serviette de papier.

Un truc pour être certain de frotter assez longtemps avec le savon, c'est de chanter une chanson qui dure 20 secondes, comme *Bonne fête*, ou encore *À la claire fontaine*.³

Activité facultative

Quelle chanson aimeriez-vous qu'on chante? Est-ce que c'est l'anniversaire, cette semaine, de quelqu'un parmi vous?

Entonnez une chanson pour entraîner le groupe à chanter. – Une chanson, au choix, qui dure 20 secondes. Frottez vos mains ensemble en chantant et invitez les participants à faire de même.

À la claire fontaine

À la claire fontaine, m'en allant promener
J'ai trouvé l'eau si belle que je m'y suis baignée
Il y a longtemps que je t'aime
Jamais je ne t'oublierai

³ Vous trouverez la mélodie et le texte de la chanson *À la claire fontaine*, ainsi que d'autres chansons folkloriques qu'apprécient les aînés, sur YouTube.

Si possible, présentez la vidéo sur le lavage des mains pour les adultes.

Question :

Et les désinfectants pour les mains? Vous en utilisez?

Laissez les participants vous répondre.

Résumez : Pour certaines personnes, il peut être difficile d'aller jusqu'à un évier. Les lotions à base d'alcool pour désinfecter les mains peuvent être un bon moyen si vous ne pouvez pas vous rendre à un évier.

Les désinfectants pour les mains ne remplacent pas le vrai lavage des mains. La principale raison est qu'ils n'enlèvent pas la saleté ou la graisse qui attire les microbes. À chaque fois que c'est possible, il est donc important de se laver les mains avec du savon et de l'eau.

N'oubliez pas : si vous utilisez un désinfectant pour les mains, assurez-vous qu'il est à base d'alcool. Seuls les désinfectants pour les mains à base d'alcool sont recommandés par l'Agence de la santé publique du Canada.

Même si vous vous lavez les mains souvent et correctement, il pourrait vous arriver d'être malade. Cela veut dire qu'un microbe a réussi à entrer dans votre corps et à vous rendre malade. Mais les microbes ne sont pas tous identiques. Presque toutes les infections courantes sont dues à des bactéries ou à des virus.

Les bactéries et les virus ne sont pas identiques. Les deux familles sont microscopiques, mais les bactéries sont beaucoup plus grosses que les virus. Les bactéries sont plus complexes; chaque cellule bactérienne est capable de fabriquer des protéines, de se diviser, de se multiplier et de répliquer tous les processus d'un organisme vivant. Les virus sont beaucoup plus simples; ils ne peuvent survivre seuls et sont composés principalement de matériel génétique, recouvert d'une enveloppe protectrice.

Question :

Croyez-vous que les antibiotiques sont efficaces contre les bactéries? Contre les virus?

Laissez les participants vous répondre.

Résumez : Puisque les bactéries sont plus complexes, elles possèdent plusieurs cibles que les antibiotiques peuvent attaquer. Les virus sont si simples qu'ils n'ont pas de cible, où les antibiotiques pourraient attaquer. C'est pourquoi les antibiotiques sont efficaces contre les bactéries, mais pas contre les virus.

Question :

Le rhume est-il causé par une bactérie ou un virus? Et l'influenza (grippe)? Et la bronchite?

Invitez les participants à répondre.

Résumez : La plupart des infections des voies respiratoires sont causées par des virus. Le rhume, la grippe et la plupart des maux de gorge et des toux sont causés par des virus. Bien des gens croient que la bronchite est d'origine bactérienne, mais elle est presque toujours causée par des virus, à moins que vous ayez un problème médical sous-jacent comme l'emphysème ou la MPOC. Les antibiotiques ne sont pas efficaces contre les infections virales.

Les infections bactériennes sont moins courantes et moins contagieuses que les infections virales. La pneumonie, l'infection des voies respiratoires la plus sérieuse, est souvent causée par des bactéries : des antibiotiques aideront à la guérir.

Plusieurs personnes espèrent que des antibiotiques vont les aider à guérir plus vite, si elles ont le rhume ou la grippe, mais les antibiotiques sont inutiles contre les virus.

Il y a autre chose qui se passe, si on prend des antibiotiques lorsqu'on a une infection virale, et ça peut avoir des conséquences médicales qui sont graves.

Question :

Avez-vous déjà entendu parler de la résistance aux antibiotiques?

Laissez les membres du groupe participer.

Résumez : Certaines bactéries savent s'adapter rapidement pour éviter d'être tuées par des antibiotiques. On dit de ces bactéries qu'elles sont résistantes aux antibiotiques.

Les bactéries sont résistantes aux antibiotiques quand les antibiotiques ne fonctionnent plus. Les bactéries sont devenues plus fortes, plus difficiles à tuer. Si vous avez une infection causée par une bactérie résistante, vous continuerez d'être malade même si vous prenez des antibiotiques.

À chaque fois que l'on prend des antibiotiques, il y a un risque que des bactéries développent une résistance. C'est pourquoi il est important de prendre des antibiotiques seulement quand on en a vraiment besoin.

Peut-être que vous avez déjà entendu parler des « super-microbes », à la télé, ou que vous avez lu ça dans le journal.

Les super-microbes sont résistants à plusieurs antibiotiques. Les infections qui sont causées par des super-microbes sont un problème très grave, parce qu'aucun antibiotique ne fonctionne contre elles. Nous avons tous la responsabilité d'utiliser des antibiotiques seulement lorsque cela est vraiment nécessaire, afin d'éviter le développement de super-microbes.

N'oubliez pas...

La meilleure chose à faire, c'est de vous laver les mains, pour éviter d'attraper des infections.

- Se laver les mains est le meilleur moyen d'éviter la propagation d'infections.
- Les virus sont très différents des bactéries. Il ne faut pas prendre des médicaments contre *tous* les microbes. Les infections causées par des virus ne s'en iront pas avec des antibiotiques.
- L'utilisation d'antibiotiques contre le rhume et la grippe peut entraîner une résistance aux antibiotiques.

Merci

Activité 3. Pratique du lavage des mains

Notes :

- Une fois que vous connaissez le nombre de personnes du groupe de participants, et que vous savez s'il y a des éviers, décidez si vous avez le temps et s'il est possible que tout le monde se lave les mains. Si ce n'est pas possible, considérez la possibilité de faire une démonstration, et demandez quelques volontaires
- Si l'évier n'est pas à proximité de votre public, utilisez un bassin rempli d'eau. Demandez à une personne de faire une démonstration. L'eau ne devrait être utilisée que pour un seul lavage, afin d'éviter la contamination croisée.

Préparation :

- Déterminez où est le lavabo, ou utilisez un bassin d'eau.
- Demandez à ce qu'on baisse ou éteigne l'éclairage.

Matériel :

- Lumière noire
- Gel *Glo Germ*
- Évier ou bassin
- Savon ordinaire
- Serviettes de papier

Temps : 10 minutes

Pratique du lavage des mains

Cette activité devrait se faire à proximité d'un évier ou d'un bassin. Si vous utilisez un bassin rempli d'eau, une seule personne devrait faire la démonstration, afin d'éviter la contamination croisée. Vous aurez besoin de savon ordinaire et de serviettes de papier.

Le gel *Glo Germ* est un outil pour l'enseignement du lavage adéquat des mains. Lorsque ce gel est sur vos mains, on ne peut pas le voir à la lumière ordinaire, mais sous l'éclairage d'une lumière noire il devient luminescent.

Le gel *Glo Germ* est non toxique. Il est fait de lotion pour bébé et d'une substance qui devient fluorescente lorsqu'elle est exposée à la lumière ultraviolette. Baissez l'éclairage, et montrez que le gel est luminescent, en plaçant la lumière noire à proximité du contenant.

Démontrez le lavage des mains en le faisant vous-même, premièrement :

1. Baissez ou éteignez l'éclairage dans la salle. Placez la lumière noire près de vos mains pour montrer qu'elles ne sont pas luminescentes, sans le gel. Promenez-vous parmi les participants pour qu'ils puissent mieux regarder.
2. Appliquez sur vos mains une petite quantité de gel (environ de la taille d'une aspirine) et frottez vos mains ensemble pour l'étendre sur les deux faces de chacune de vos mains. Placez la lumière noire près de vos mains pour qu'elles brillent dans le noir.
3. Sans utiliser la lumière noire, lavez vos mains en appliquant la bonne technique de lavage. Demandez au groupe de chanter la chanson choisie.
4. Placez la lumière noire près de vos mains, ce qui révélera dans quelle mesure vous les avez bien lavées.

Les participants font eux-mêmes cet exercice, si possible; sinon, faites-le faire à quelques volontaires.

Activité 4. Comment les microbes se propagent, et jeu du Bingo-microbes

Matériel :

- Poudre *Glo Germ*
- Lumière noire
- 15 photographies d'objets partagés
- Cartes de Bingo-microbes
- Marqueurs

Temps : 10 minutes

Comment les microbes se propagent

La poudre *Glo Germ* est utilisée pour démontrer comment les microbes peuvent se propager par l'intermédiaire des mains. Comme la lotion *Glo Germ*, lorsque la poudre est sur vos mains sous un éclairage régulier, elle est pratiquement invisible, mais à l'éclairage d'une lumière noire, la poudre devient lumineuse.

La poudre *Glo Germ* est non toxique. Elle est fabriquée de mélamine, une substance qui devient fluorescente lorsqu'elle est exposée à la lumière ultraviolette. Baissez l'éclairage et montrez que la poudre brille lorsque vous approchez la lumière noire près du contenant.

Placez la lumière noire près de vos mains pour montrer qu'elles ne sont pas lumineuses sans la poudre. Saupoudrez un peu de poudre (un petit coup) dans les paumes de vos mains et montrez la brillance sous la lumière noire.

Expliquez que la poudre *Glo Germ* se transférera de vos mains vers les objets que vous touchez, et que vous examinerez plus tard à quels endroits elle s'est déposée.

Les nids à microbes

Amorcez une discussion avec votre groupe, pour identifier les « nids à microbes », dans l'établissement. Les nids à microbes sont des surfaces que plusieurs personnes touchent. Le jeu de bingo fait appel à des photographies de tels endroits.

Bingo-microbes

- Distribuez une carte de bingo et un marqueur à chaque participant.
- « Mélangez » les 15 grandes photos. « Tirez » le bingo en nommant l'objet photographié et la lettre de la rangée correspondante. P. ex., « Dans la rangée N, le paquet de cartes. »
- Les participants font un « x » ou placent un jeton sur la case appropriée, si elle se trouve sur leur carte.
- Offrez de l'aide, si nécessaire.
- Une fois qu'un participant a couvert toutes les cases de sa carte, il crie « BINGO! ».
- Félicitez le/la (ou les) gagnant/e(s) et remettez le(s) prix : un savon!

Demandez aux participants et employés s'il y a d'autres objets qui auraient dû être présentés dans la série de photos.

Fait intéressant : l'argent est particulièrement sale. Sur plus de 90 % des billets d'un dollar en circulation aux États-Unis, par exemple, on trouve des traces de cocaïne.⁴

Comment les microbes se propagent (suite)

Rappelez aux participants la poudre Glo Germ. Et annoncez que vous allez maintenant regarder où il y a des traces de cette poudre dans l'endroit où vous avez travaillé. Baissez l'éclairage. Expliquez que la luminescence sur les objets permet de voir ce que vous avez touché pendant votre présentation et à quel point il est facile de propager des microbes par nos mains.

⁴ Jenkins AJ. Drug contamination of US paper currency. Forensic Sci Int 2001;121(3):189-93.

Activité 5. Récapitulation et remerciements

Distribuez le matériel de référence. Ces éléments servent à rappeler les principaux messages. Vous pouvez en laisser sur place. Expliquez que ces documents rappellent l'information que vous avez présentée. Encouragez les participants à partager l'information avec les membres de leur famille.

Pour l'établissement :

- 2 affiches

Pour chaque participant :

- Autocollant sur le lavage des mains
- Affiche montrant le lavage des mains
- Affiche montrant le savonnage des mains
- Guide pour les parents
- Brochure
- Mots croisés en gros caractères
- Mot-mystère en gros caractères

Résumez : Demandez aux participants s'ils connaissent maintenant les trois messages importants :

1. Le lavage des mains est le meilleur moyen d'éviter la propagation d'infections.
2. Les microbes ne sont pas tous pareils. Bactéries et virus sont deux choses bien différentes, et les antibiotiques ne fonctionnent pas contre les virus.
3. Utilisons les antibiotiques judicieusement.

Demandez aux participants de faire partie de la solution. Soyez un modèle de bonne hygiène :

- Lavez vos mains
- Parlez de l'importance du lavage des mains, à votre famille et à vos amis
- Donnez l'exemple

Merci beaucoup.

- Remerciez les participants de vous avoir donné la possibilité de les visiter. Exprimez que vous avez apprécié de les rencontrer, et que l'expérience a été utile pour vous également.

Après la présentation

- Certains établissements ont un coordonnateur des loisirs ou un responsable des activités. Demandez-lui si vous pouvez laisser des copies de mots croisés, de mot-mystère ou de cartes de bingo que les gens utiliseront à leur guise.
- Toute activité qui n'a pas été faite durant la présentation peut être remise au coordonnateur des loisirs ou au responsable des activités. N'oubliez pas de lui laisser les instructions et le matériel requis.