



République du Sénégal  
Ministère de l'Éducation



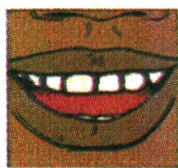
Agence canadienne de  
développement international



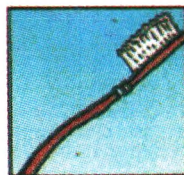
UE

# LES BONNES PRATIQUES D'HYGIÈNE

## CM1- CM2



Bouche



Brosse à dents



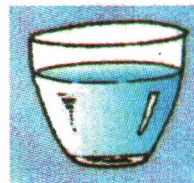
Œil



Nez



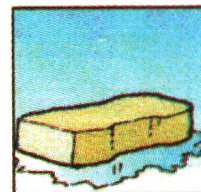
Oreille



Eau



Mouchoir



Savon

Équipe de rédaction :

Pr. Papa GUEYE  
Cheikh DIAKHATÉ  
Issakha GUEYE  
Madame Mimesane KANE  
Seydou DIOP  
Papa Amadou GUEYE



**ME / INEADE** © copyright 2007  
Tous droits de reproduction, de traduction et  
d'adaptation réservés pour tous pays.

Brochures réimprimées en 2011 grâce à l'appui de Plan Canada

## Avant - propos

Pour le Projet d'Appui à l'amélioration de l'Efficacité des Écoles dans la région de Saint- Louis (SIP), les bonnes pratiques en matière d'hygiène constituent un objectif prioritaire.

C'est dans ce cadre que s'inscrit la conception de cette brochure d'apport notionnel et d'appoint méthodologique. En effet, l'enseignant et l'apprenant y trouvent, à titre indicatif, quelques contenus et approches didactiques susceptibles de féconder leurs pratiques:

- **L'apprenant** utilisera le support en acquisition et en renforcement, à l'école et à la maison. Il pourra réinvestir ses acquis en explorant d'autres pistes documentaires ou des supports similaires. Dans tous les cas, l'usage de cette brochure s'inscrit dans une logique de continuité didactique et de complémentarité méthodologique, en tant que parascolaire destiné à renforcer le maître et les élèves pour le développement à l'école de compétences liées aux bonnes pratiques d'hygiène.
- **L'enseignant** aura le loisir d'interroger d'autres sources documentaires pour affiner, dans la logique préconisée, les contenus notionnels. Il pourra, à la lumière des niveaux taxonomiques proposés, diversifier les familles d'exercices.
- **Les animatrices et animateurs communautaires** pourront exploiter la brochure, dans le cadre des activités de sensibilisation de la communauté, en s'inspirant de la démarche méthodologique et en exploitant la progression pour sélectionner d'autres éléments notionnels pertinents, à travers toutes les autres sources documentaires.

À l'étape 1, les élèves n'ont pas encore atteint la lecture expressive et beaucoup d'entre eux traînent encore de sérieuses lacunes. C'est pourquoi, l'enseignant reprendra toutes les consignes avec les mimiques appropriées, en usant de la langue du milieu autant que faire se peut. Toutefois, la 3<sup>ème</sup> activité de la rubrique « **Agissons** » est réservée au deuxième niveau de chaque étape.

Par ailleurs, les questions posées dans la rubrique « **Réfléchissons** » sont données à titre indicatif. Il appartient au maître de les « didactiser » davantage en les adaptant au niveau réel de ses élèves, par des reformulations pertinentes ou par des recours occasionnels aux langues locales.

Dans la rubrique « **Agissons** », la troisième activité est prévue pour le deuxième niveau de l'étape de façon suggestive. Le maître est libre donc, dans ses dosages didactiques, de procéder à une redistribution qui sied au niveau réel de ses élèves et aux réalités spécifiques de sa classe.

Enfin, la formulation des consignes, dans la même rubrique, se prête à une exploitation disciplinaire intégrée, portant à la fois sur l'expression orale et l'expression écrite.

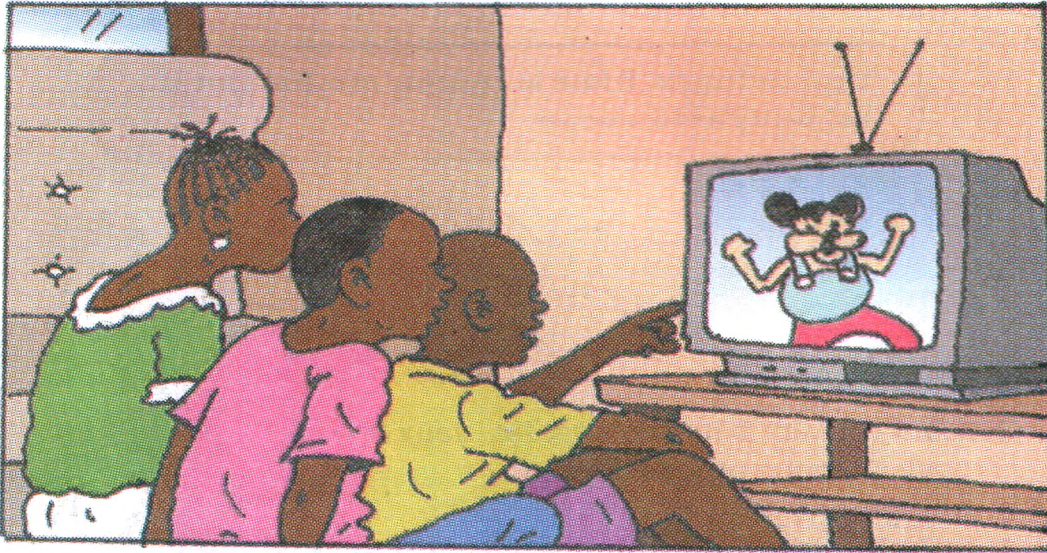
Plan Sénégal et le Ministère de l'Éducation vous souhaitent d'en faire un bon usage.

## Les auteurs

# SOMMAIRE

A / L'hygiène du corps	3
1 - L'hygiène des yeux	3
2 - La propreté des habits	5
B / L'hygiène des aliments	7
3 - Danger des aliments mal conservés	7
C / La potabilisation de l'eau	9
4 - L'eau potable	9
D / L'hygiène de l'environnement	11
5 - De l'air pur	11
6 - La propreté de la case	13
7 - La propreté du quartier	15
E / La prévention sanitaire	17
8 - La tuberculose	17
9 - La vaccination	19
10 - Le péril fécal	21
F / Exercices	24

## 1 - L'hygiène des yeux.



### Lisons

Tonton Ousmane trouve dans le salon les enfants en train de suivre des dessins animés à la télévision. Ils sont tous assis à moins d'un mètre de l'écran.

- Eloignez-vous un peu de l'écran, leur dit-il.
- Pourquoi Tonton? lui demande Oumar.
- Il faut éviter de se placer trop près de l'écran du poste de téléviseur en marche, explique Tonton Ousmane. Il est également dangereux d'exposer les yeux sous la lumière électrique durant des heures, de lire sous une lumière trop vive ou trop faible. Cela fatigue les yeux et vous risquez d'avoir des problèmes de vision. Les yeux sont très précieux, il faut bien les protéger.

Depuis ce jour, les enfants suivent les conseils de Tonton Ousmane.

### Réfléchissons

- De quoi parle-t-on dans le texte ?
- Pourquoi se placer trop près de l'écran du poste de téléviseur est-il dangereux pour les yeux?
- Relève dans le texte, les attitudes dangereuses pour les yeux.
- Cite des pratiques qui peuvent nuire à la santé des yeux.

## Retenons

**L'œil est fragile. Il faut le protéger et éviter tout ce qui peut l'endommager.**

## Agissons

I - Que faut-il faire pour protéger les yeux ?  
Trouve la bonne réponse.

- 1 - Laver les yeux tous les matins avec de l'eau et du savon.
- 2 - Ne toucher les yeux qu'avec du linge propre.
- 3 - Porter des lunettes adaptées pour lire sous le soleil ardent.
- 4 - Se placer à 3 m de l'écran du téléviseur pour suivre les émissions.

II - Complète les phrases suivantes:  
protègent - vive - vue - sales - nocifs - renforce.

- 1 - La lumière trop ..... éblouit l'œil et peut entraîner des troubles de la .....
- 2 - L'alcool et l'eau de javel sont ..... pour l'œil.
- 3 - Il faut éviter de se frotter les yeux avec les mains lorsqu'elles sont .....
- 4 - Les paupières sont des organes qui ..... les yeux.



III - Il y a une épidémie de conjonctivite dans le village.  
En 3 phrases, donne quelques conseils à tes camarades pour protéger les yeux.

## 2 - La propreté des habits



### Lisons

Une épidémie de gale sévit dans le village mais François n'est pas atteint. C'est un garçon qui tient beaucoup à la propreté de ses vêtements. En classe, avant de s'asseoir, il prend toujours soin de nettoyer son banc et sa table. Dans la cour de récréation, il évite de prendre part aux jeux qui peuvent salir ses vêtements.

De retour de l'école, il change ses habits mouillés par la sueur et les fait laver, car la sueur est un liquide salé comme de l'urine diluée. Tous les deux jours, ses tenues sales sont rangées dans le panier à linge. Il lave lui-même ses maillots, chaque soir en prenant son bain.

A la maison, il se soucie beaucoup de la peine que rencontrent ses deux sœurs Pauline et Anna qui font la lessive pour la famille tous les dimanches. Il n'hésite pas, après chaque linge, à les aider à repasser les habits. C'est un enfant bien adoré par ses grandes sœurs.

### Réfléchissons

- Quelle impression gardez -vous de François?
- Relève dans le texte des phrases qui montrent que François est propre.
- Pourquoi un garçon, François, repasse- t-il les habits ?
- Pourquoi repasse-t-on les habits avant de les porter ?
- Pourquoi François n'est pas atteint par la gale?

## Retenons

Les habits protègent notre corps. Ils sont salis par la transpiration et les particules qui s'y déposent. Il faut les laver et les repasser régulièrement.

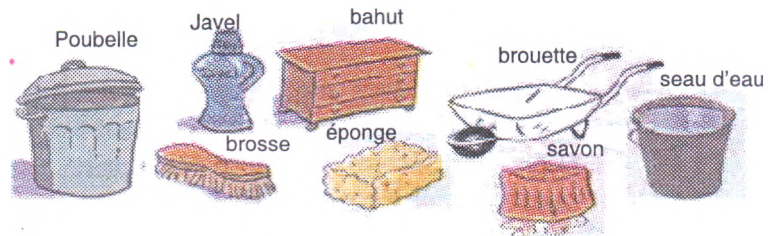
## Agissons

I - Que faut-il faire pour avoir des habits propres?\_  
Trouve la bonne réponse.

- 1 - Laver régulièrement les habits avec de l'eau et du savon.
- 2 - Porter la même tenue pendant une semaine.
- 3 - Porter des habits propres et jouer au foot pendant la récréation.
- 4 - Porter des habits propres et s'asseoir par terre.

II - Observe les dessins ci-dessous et agis.

1 - Complète les phrases à l'aide des noms d'instruments présentés ici.



- Anna plonge l'habit dans un ..... rempli d'.....
- Anna lave les habits avec de l'eau et du .....
- Anna lave un pantalon jean avec du savon et une .....
- Anna enlève des taches sur la chemise blanche avec de l'..... de .....
- Anna garde les habits repassés dans le .....

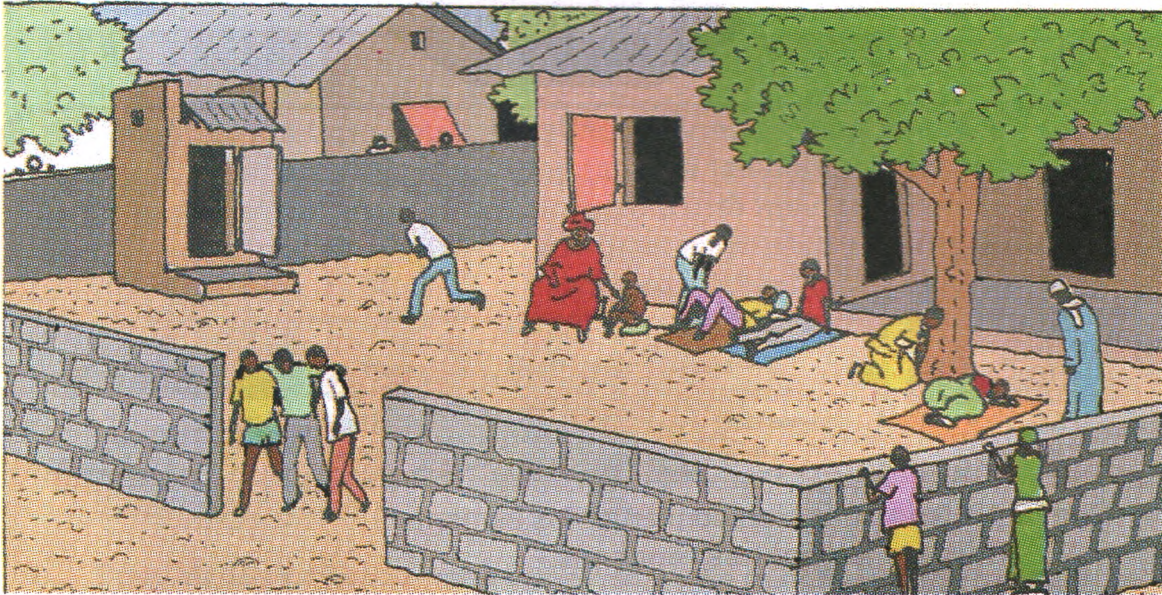
2 - Pour compléter la phrase suivante, un élément manque parmi les instruments présentés sur les dessins. Trouve le et complète la phrase.

- Anna repasse les habits avec un ..... chaud.



III - Construis un petit texte qui décrit les bonnes actions à faire afin de garder ses vêtements propres.

### 3 - Danger des aliments mal conservés



#### Lisons

Aujourd'hui le village s'est réveillé avec une grande émotion. La famille NDIAYE a été l'attraction de tout le village. Tous les membres de cette famille, hommes, femmes et enfants ont été évacués à l'hôpital, les uns après les autres. Ils souffrent de gastro-entérite, c'est à dire des maux de ventre accompagnés de diarrhées et de vomissements.

De l'avis du médecin, il s'agit d'une intoxication alimentaire. D'après les témoins, ils ont consommé une viande avariée. Sur les boîtes de conserve qui contenaient le produit, la date de péremption est dépassée de plusieurs mois. À l'hôpital, le médecin les a mis sous perfusion.

Dans l'après midi, leur état de santé s'est nettement amélioré et ils ont regagné leur domicile. Le médecin leur a recommandé de veiller sur leur hygiène alimentaire : protéger les aliments en les conservant dans un réfrigérateur ou un garde-manger, vérifier les dates de péremption sur les boîtes de conserve ou sur les bouteilles de boisson avant leur consommation. Les boîtes de conservées bombées ne doivent pas être consommées, même si la date de péremption n'est pas atteinte.

#### Réfléchissons

- De quoi parle-t-on dans le texte ?
- Pourquoi toute la famille Ndiaye est-elle évacuée à l'hôpital ?

- Qu'est-ce qu'une intoxication alimentaire ?
- Que signifie le groupe de mots « date de péremption » ?
- Qu'est-ce qui peut encore causer une intoxication alimentaire ?

## Retenons

Les aliments mal conservés contiennent des produits toxiques. Leur consommation est très dangereuse pour la santé. Les aliments doivent être bien protégés et bien chauffés. Je veillerai à la date de péremption des boîtes de conserve et des bouteilles des boisson, etc.

## Agissons

I - Que faut-il faire pour bien conserver les aliments ?  
Recopie les bonnes réponses.

- 1 - Garder les légumes et les fruits frais dans un garde manger propre et protégé.
- 2 - Garder les repas dans un bol ou dans une marmite bien fermés pendant de longues heures.
- 3 - Conserver la viande et le poisson frais dans un congélateur.
- 4 - Acheter des boîtes de conserve pour éviter d'avoir une intoxication alimentaire.

II - Complète les phrases avec les mots suivants:  
conservé - intoxication - diarrhée - vomissements - dispensaire - protéger - manger.

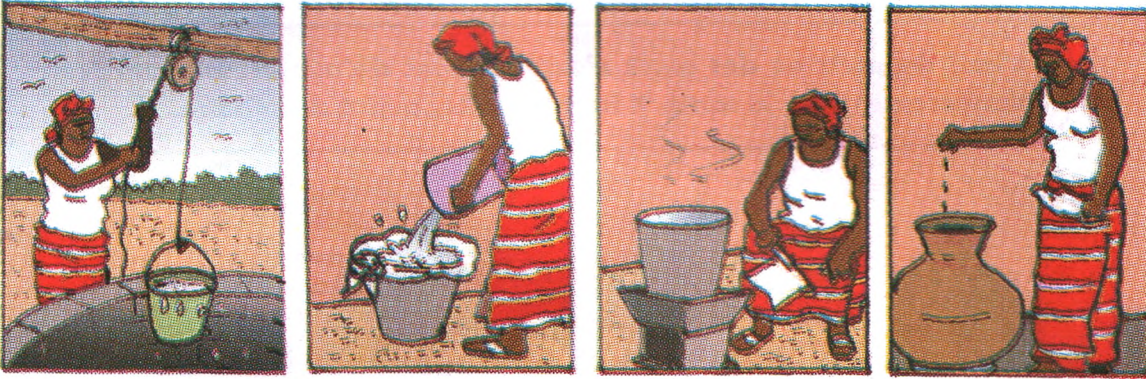
- 1 - Doudou a une diarrhée, car il a mangé du couscous mal .....
- 2 - Manger des aliments pourris donne une ..... alimentaire.
- 3 - Tous les élèves qui ont bu ce matin du bissap chez tante Fatou ont une ..... et des ..... Le directeur les a conduits au .....
- 4 - Nous devons bien ..... nos aliments.



III - Voici des médicaments et des produits alimentaires.  
Choisis ceux qui sont utilisables à la date du 17 octobre 2007.

- A est un médicament dont la date de péremption est mars 2007.
- B est une boîte de sardines dont la date de péremption est janvier 2008.
- C est un paquet de biscuits dont la date de péremption est janvier 2007.
- D est un pot de lait dont la date de péremption est octobre 2009.

## 4 - L'eau potable



### Lisons

Baye Modou est venu rendre visite à sa petite sœur Bineta qui habite la ville. D'un seul trait, il a bu le grand pot d'eau qu'on lui a servi. Il a beaucoup aimé le goût de l'eau.

- Vous aviez vraiment soif! lui dit son neveu Ali.

- Non, lui répond le vieux, mais cette eau a un goût très agréable. Au village, l'eau que nous consommons provient du fleuve ou du puits et nous la traitons avant de la boire.

Pour traiter cette eau, il faut d'abord la décanner, ensuite la filtrer et enfin la faire bouillir pendant 10mn pour tuer les microbes ou ajouter quelques gouttes d'eau de javel et attendre une trentaine de minutes avant de boire.

- Que peut-il arriver aux personnes qui ne prennent pas toutes ces précautions ? lui demande Ali.

- Ces personnes peuvent attraper des maladies intestinales graves comme la dysenterie et les infections diarrhéiques.

### Réfléchissons

- De quoi parle-t-on dans le texte?
- Pourquoi enlève-t-on les particules qui se trouvent dans l'eau?
- Relève dans le texte des mots qui montrent ce que l'on doit faire pour rendre l'eau potable.
- Que risquent ceux qui boivent de l'eau non traitée?

## Retenons

L'eau du puits ou des cours d'eau contient de nombreuses particules dangereuses pour la santé. Il faut la traiter avant de la boire.

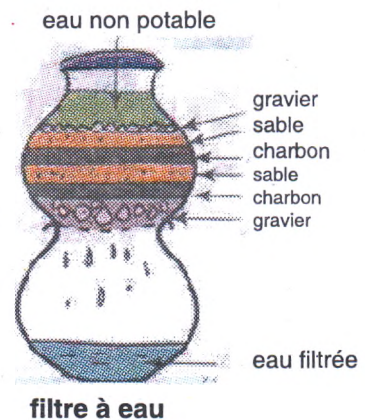
## Agissons

- I - Que faut-il faire pour avoir une eau potable?  
Recopie les bonnes réponses.

- 1 - Je remplis mon canari avec l'eau du fleuve.
- 2 - Je puise l'eau du fleuve et je la laisse décantier.
- 3 - Je puise l'eau du puits, je la filtre puis je la fais bouillir.
- 4 - Je puise l'eau du fleuve, je la décante, je la filtre puis je la javellise.

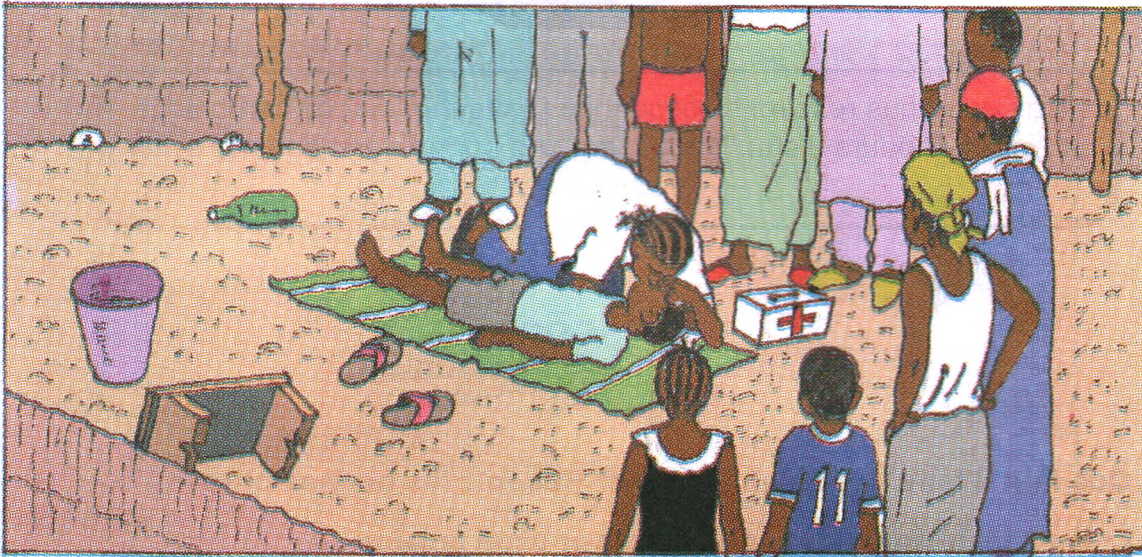
- II - Observe le dessin de ce filtre à eau.

- 1 - Explique son fonctionnement.
- 2 - L'eau ainsi filtrée est-elle potable ? Explique.



- III - Bineta a filtré un seau de 10 litres d'eau.  
Pour la rendre potable, il existe deux façons de faire.  
Lesquelles? Représente les par deux dessins.

## 5 - De l'air pur



### Lisons

Ce matin, un incident très grave a failli coûter la vie à Amidou. A son retour du marché, tante Aminata l'a trouvé dans la chambre en train de suffoquer. Affolée, elle a lancé un grand cri qui a ameuté tous les voisins. A leur arrivée, Amidou avait une dyspnée ou difficultés à respirer. Sans tarder, sa cousine Astou qui a suivi une formation en secourisme lui fait une respiration artificielle. Quelques minutes après, Amidou a repris sa respiration normale.

Une fois le calme revenu, sa mère explique aux voisins qu'elle avait demandé à sa fille aînée de mettre quelques braises dans l'encensoir. Cette dernière, très pressée, a mis dans le vase du charbon qui n'avait pas assez brûlé. Astou leur explique qu'il lui a manqué de l'oxygène, car le gaz carbonique dégagé par le charbon a rempli la chambre et provoqué l'asphyxie de Amidou.

### Réfléchissons

- Qu'est-ce qui est arrivé à Amidou ?
- Pourquoi avait-il des difficultés à respirer ?
- Qui a secouru Amidou? Comment a-t-il fait ?
- Pourquoi le charbon qui n'a pas assez brûlé provoque-t-il l'asphyxie ?
- Comment s'appelle le gaz qu'on respire?

## Retenons

L'air que nous respirons contient de l'oxygène, du gaz carbonique et autres vapeurs d'eau. Il nous faut une bonne aération pour éviter l'asphyxie.

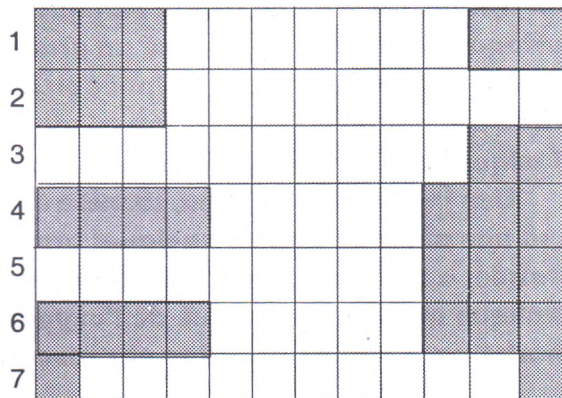
## Agissons

I - Que faut-il faire pour bien respirer? Recopie les bonnes phrases.

- 1 - Je mets en marche le ventilateur pour aérer le salon.
- 2 - Je dors dans une chambre avec un fourneau rempli de charbon.
- 3 - J'ouvre portes et fenêtre pour aérer le salon.
- 4 - Je dors dans une chambre pulvérisée avec un insecticide qui tue les moustiques.

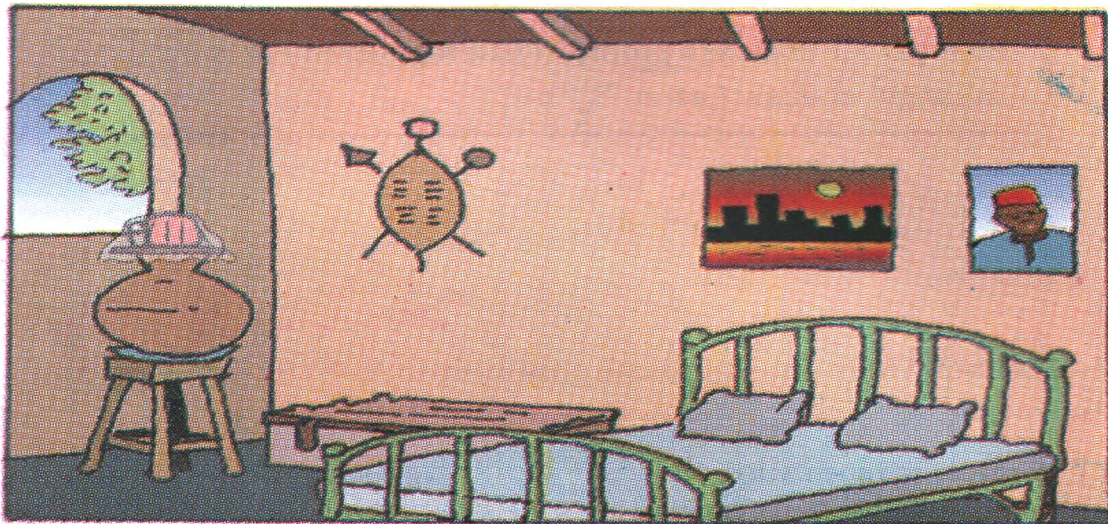
II - Jouons avec les mots.

- 1 - Organe qui pompe le sang
- 2 - Rejeter de l'air par le nez
- 3 - Arrêt de respiration par manque d'air
- 4 - L'oxygène et le gaz carbonique le sont.
- 5 - Ensemble de règles pour une bonne santé
- 6 - Organe qui sert à sentir et à respirer.
- 7 - Sacs à air dans les poumons.



III - Recopie le mot que tu découvres sous la flèche. Construis deux phrases avec ce mot.

## 6 - La propreté de la case



### Lisons

Située à l'entrée de la maison, la case de grand-mère Coumba est d'une construction très simple. Sa toiture en paille est cachée par un plafond fait de feuilles d'arbustes tressées. Elle assure une protection contre les eaux de pluie et les rayons du soleil. Elle offre une bonne fraîcheur. À l'intérieur, cette grande fraîcheur et la propreté frappante qu'on y découvre donnent toujours envie d'y rester. Des photos et des gravures ornent les murs. À côté de la fenêtre, un canari, bien protégé, offre à tout moment une eau agréable à boire.

Tous les matins, Ali, son petit-fils, balaie la case. Cependant, la vieille Coumba, qui tient beaucoup à la propreté de sa case, nettoie le plancher avec de l'eau savonneuse et une serpillière. Ensuite, elle recouvre son lit d'un très joli drap.

Dans un coin de la case, une grande malle en fer renferme ses habits qui sont bien protégés contre les souris.

### Réfléchissons

- Comment trouvez-vous la case de grand-mère ?
- Pourquoi est-elle propre ?
- Pourquoi donne-t-elle envie d'y rester longtemps ?
- Qu'est-ce qui explique la fraîcheur de la case de grand-mère ?
- Que fait grand-mère chaque matin pour rendre sa case propre ?

## Retenons

Pour garder une case propre, il faut régulièrement la balayer, la ranger et aussi l'aérer.

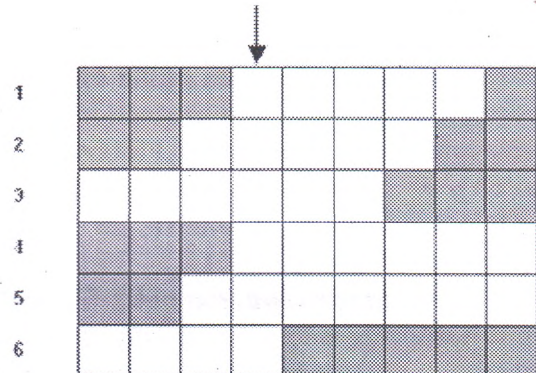
## Agissons

I - Que faut-il faire pour avoir une chambre propre? Trouve les bonnes réponses.

- 1 - Balayer chaque matin.
- 2 - Balayer une fois par semaine.
- 3 - Mettre de l'encens chaque matin.
- 4 - Balayer, laver le plancher et refaire le lit chaque matin.

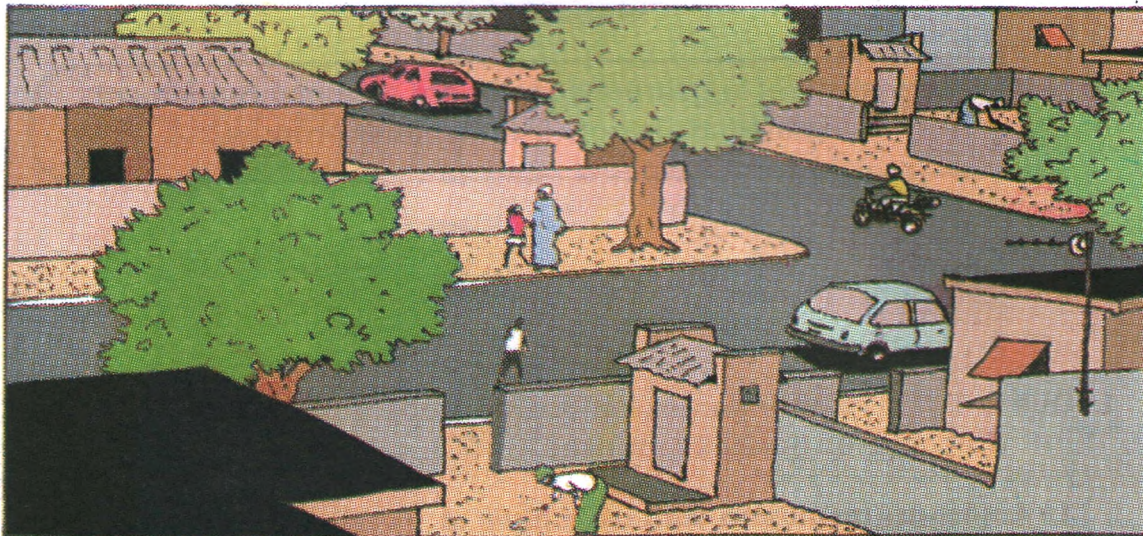
II - Jouons avec les mots.

- 1 - Ferme la case de grand-mère.
- 2 - Recouvrent le lit de grand-mère.
- 3 - On s'en sert avec l'eau pour laver
- 4 - La toiture de la case de grand-mère est faite avec.
- 5 - Qualifie la température de la case de grand-mère
- 6 - Elle est propre.



III - Recopie le mot que tu découvres sous la flèche. Construis deux phrases avec ce mot.

## 7 - La propreté du quartier



### Lisons

Cette année, notre quartier a reçu la coupe de la propreté décernée par le comité de salubrité du village. La mobilisation des habitants dans la lutte contre l'insalubrité leur a valu cette récompense.

Dans le quartier, chaque famille dispose de latrines bien entretenues, d'une poubelle pour le stockage des ordures qui sont régulièrement évacuées au dépotoir. Des puits sont aménagés dans chaque concession pour la collecte des eaux usées. Les devantures des maisons sont balayées chaque matin. Les arbres plantés devant les domiciles sont toujours arrosés et bien entretenus.

Le comité de salubrité du village a invité tous les habitants pour fêter cette distinction et les encourager à persévérer dans cette direction.

### Réfléchissons

- De quoi parle-t-on dans ce texte ?
- Que signifie le mot insalubrité ?
- Pourquoi le quartier a-t-il été récompensé ?
- Relève dans le texte des phrases qui montrent que le quartier est propre.

## Retenons

La maison et le quartier constituent mon environnement immédiat. Je dois les maintenir propres.

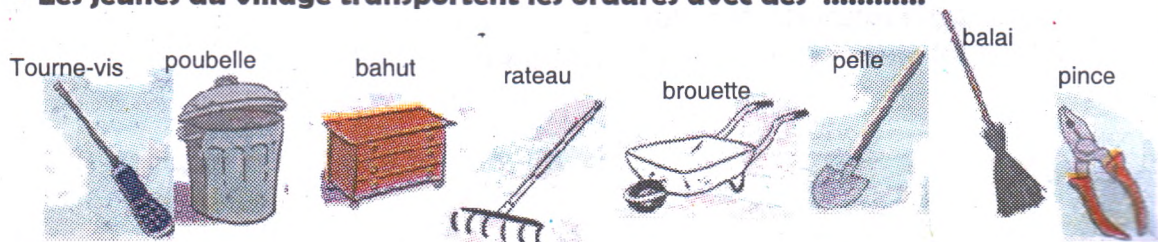
## Agissons

I - Que faut-il faire pour garder ton quartier propre?\_  
Recopie les bonnes réponses.

- 1 - Aménager un puisard dans ma maison et y verser les eaux usées.
- 2 - Déposer toutes les ordures à l'angle d'une rue.
- 3 - Déposer toutes les ordures dans un même lieu et les brûler.
- 4 - Vider les pots de chambre derrière les concessions ou dans le fleuve.

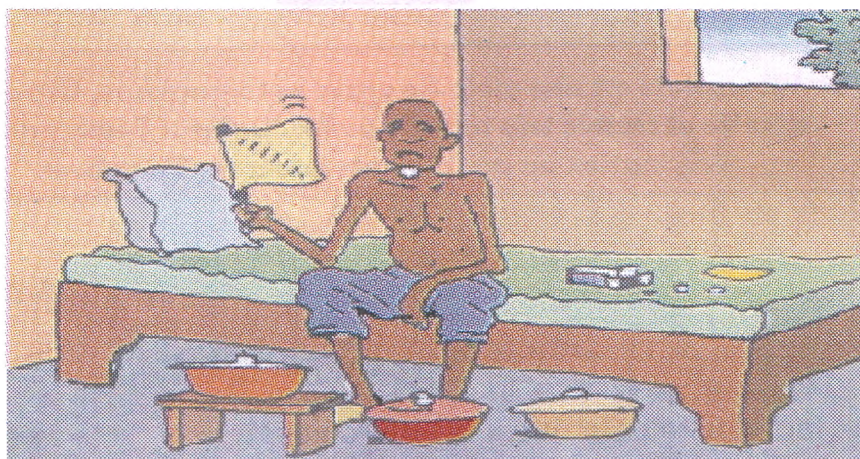
II - Observe ces dessins. Complète les phrases avec les mots représentés par les dessins ci-dessous.\_

- Les jeunes du village enlèvent les feuilles d'arbre à l'aide de .....
- Les élèves enlèvent les cailloux qui sont sur la chaussée à l'aide de.....
- Devant chaque maison les ordures ont été rassemblées dans une .....
- Les jeunes du village dégagent les gros tas d'ordures avec des .....
- Les jeunes du village transportent les ordures avec des .....



III - Emploie chaque nom d'instrument non utilisé dans une phrase.

## 8 - La tuberculose



### Lisons

Le vieux Demba ne se porte pas bien depuis quelques temps. Il a beaucoup maigri, tousse et mange peu. Sa famille, très inquiète, l'amène à l'hôpital. Après l'avoir consulté, le médecin lui prescrit des analyses de crachats et une radioscopie pulmonaire.

À la sortie des résultats, la peur a gagné tous les membres de la famille : le vieux souffre d'une tuberculose pulmonaire. Le médecin lui prescrit une ordonnance et informe la famille que la tuberculose est une maladie contagieuse. Dorénavant, il leur demande d'aérer les chambres, de désinfecter à l'eau de javel et l'eau savonneuse, les sols et les murs, de vacciner au Bacille de Calmette et de Guérin (BCG) les enfants dès la naissance pour les protéger des formes graves de la maladie, d'éviter de partager certains objets (pots, verres, cuillères) avec lui ou de trop l'approcher. Les membres de la famille doivent aussi se faire consulter afin de détecter d'autres cas éventuels.

### Réfléchissons

- Pourquoi la famille du vieux Demba est-elle inquiète ?
- De quoi le vieux Demba souffre-t-il ?
- Qu'est-ce qu'une maladie contagieuse ?
- Relève dans le texte des actions qui aident à éviter la contagion.
- Qui doit-on vacciner au BCG et pourquoi ?
- Peut-on guérir de la tuberculose ?

## Retenons

**La tuberculose est une maladie grave et contagieuse. Cependant, décelée et traitée très tôt, elle guérit. On peut l'éviter par la vaccination ou par d'autres mesures préventives.**

## Agissons

**I - Que faut-il faire pour éviter la tuberculose?  
Trouve les bonnes réponses.**

- 1 - Boire dans le même verre que le malade.**
- 2 - Garder le malade à l'hôpital sous soins et surveillance.**
- 3 - Faire vacciner l'enfant au BCG dès la naissance.**
- 4 - Boire beaucoup de lait et manger de la viande.**
- 5 - Prendre régulièrement des antibiotiques.**

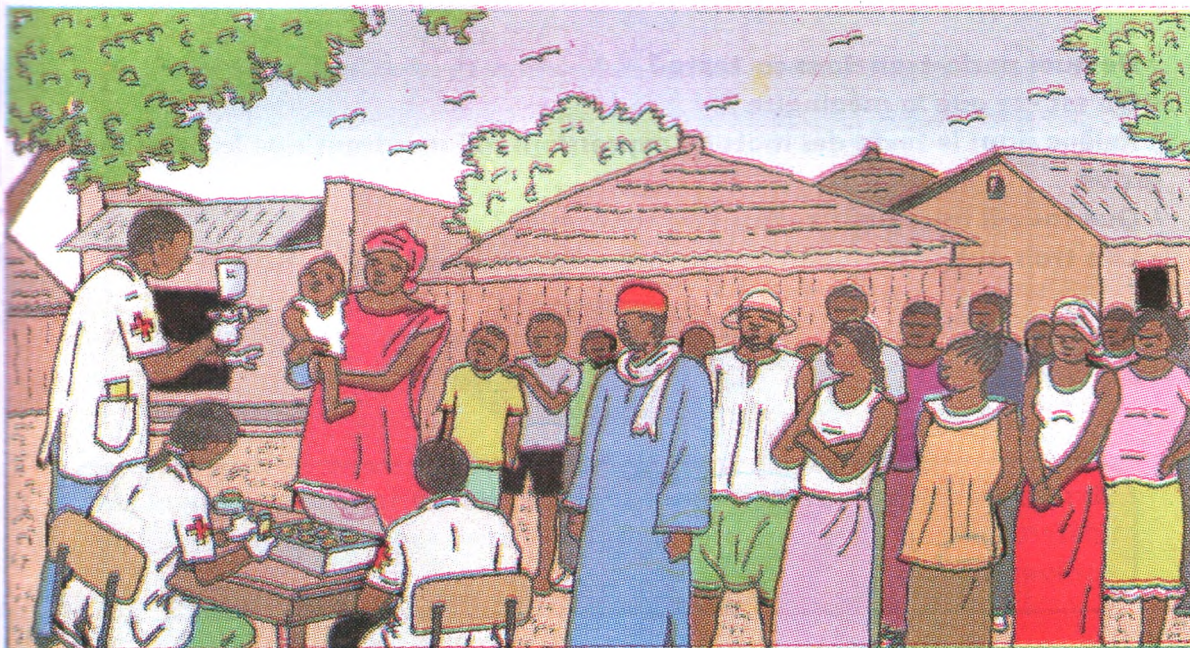
**II - Remplis la grille suivante par oui ou non.**

Maladies	Est contagieux	On prévient par vaccination
Paludisme		
Choléra		
Bilharziose		
Tuberculose		
Angine		
Méningite		
Rougeole		



**III - Une équipe médicale est passée à l'école. Le médecin a décelé 2 cas de tuberculose. Quels conseils a-t-il donnés? Cites en trois.**

## 9 - La vaccination



### Lisons

Ce matin, à huit heures, la place du village est envahie par les populations venues en masse pour se faire vacciner contre la méningite.

Cette maladie qui arrive souvent avec les vents secs, s'est signalée dans les villages environnants. Certains parlent même de quelques cas de décès enregistrés. Cette rumeur a apeuré la plupart des villageois.

Les jeunes, généralement très négligents en ce qui concerne les mesures préventives, se sont présentés les premiers. Ils ont même pris en charge l'organisation des groupes, en formant un rang pour les femmes, un pour les hommes et un pour les enfants.

Avant midi, les trois agents de l'équipe médicale ont vacciné tous les habitants du village. Maintenant, toute la population est à l'abri de cette maladie. Cependant, les mesures d'hygiène devront être renforcées pour plus de sécurité.

## Réfléchissons

- De quoi parle-t-on dans ce texte ?
- Qu'est-ce que la méningite ?
- Relève dans le texte des mots ou expressions qui montrent que la méningite est grave.
- Que faut-il faire pour ne pas être contaminé ?
- Cite trois autres maladies contre lesquelles on se vaccine.

## Retenons

La vaccination permet à un organisme de fabriquer ses moyens de défense. Elle doit se faire bien avant d'être malade. C'est un moyen de prévention.

## Agissons

I - Pourquoi faut-il se faire vacciner? Recopie les bonnes réponses.

- 1 - Parce qu'on a une forte fièvre.
- 2 - Pour se protéger contre les sept maladies infantiles.
- 3 - Pour guérir un malade.
- 4 - Parce qu'une épidémie est déclarée.

II - Les nouveaux-nés sont très tôt vaccinés : relève dans cette liste les maladies contre lesquelles ils doivent être vaccinés.

diphtérie, paludisme, tétanos, coqueluche, rhume, tuberculose, fièvre jaune, SIDA, méningite, rougeole, poliomyélite.



III - Construis 3 phrases avec les mots suivants pour donner des conseils à ton camarade en période d'épidémie:

(vaccin ou vacciner, prévenir ou prévention, malade ou maladie)

## 10 - Le péril fécal



### Lisons

Depuis quelques temps, l'eau consommée dans le village est trouble et sent mauvais. Les populations ont également noté l'apparition de nouvelles maladies.

Face à cette situation, elles tentent de trouver une solution. Le chef de village convoque une réunion publique à son domicile. L'infirmier qui participe à la rencontre, informe les populations que l'eau polluée peut transmettre des maladies telles que la bilharziose, la typhoïde, la poliomyélite, la dysenterie, etc. Il explique que la plupart des maladies infectieuses transmises par l'eau sont liées à sa pollution par les excréments. Il faut donc éviter de faire ses besoins à l'air libre, car quel que soit l'endroit où sont déposés les excréments, les microbes sont transportés par le vent, les mouches et les eaux de ruissellement jusqu'aux cours d'eau.

Il propose aux villageois qui n'ont pas de latrines dans leurs maisons d'en construire. Il suggère aussi au chef de village de s'adresser à un partenaire pour bénéficier d'un appui.

## Réfléchissons

- De quoi parle-t-on dans le texte?
- Qu'est-ce qui inquiète les populations?
- Pourquoi le chef de village convoque-t-il les populations?
- Quelle information l'infirmier donne-t-il sur l'eau ?
- Qu'est-ce qui a pollué l'eau selon l'infirmier ?
- Quelle solution propose-t-il aux villageois ?

## Retenons

Les excréments ou fèces peuvent contenir des microbes. Lorsqu'ils sont abandonnés dans la nature, ces microbes polluent les eaux et les aliments. La consommation d'aliments ou boissons souillés donne de nombreuses maladies dites maladies du péril fécal.

## Agissons

I - Que faut-il faire pour éviter le péril fécal ? Recopie les bonnes réponses.

- 1 - Eviter de faire ses besoins dans la nature.
- 2 - Construire des latrines propres et bien fermées dans les maisons.
- 3 - Entasser les ordures dans un même lieu et les brûler.
- 4 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon au sortir des latrines.
- 5- Se laver les mains avec de l'eau et du savon avant chaque repas.

**II - Comment prévenir le péril fécal? Relie chaque source de contamination au moyen de lutte adéquat.**

**1 Les mouches.**

**a Potabiliser l'eau.**

**2 Les eaux souillées.**

**b Construire des latrines.**

**3 Les fruits et légumes souillés.**

**c Bien couvrir les aliments.**

**4 Les excréments abandonnés.**

**d Se laver les mains avant chaque repas.**

**5 Les mains sales.**

**e Laver les légumes et les fruits à l'eau avec du javel.**



**III - Observe cette figure et réponds aux questions.**

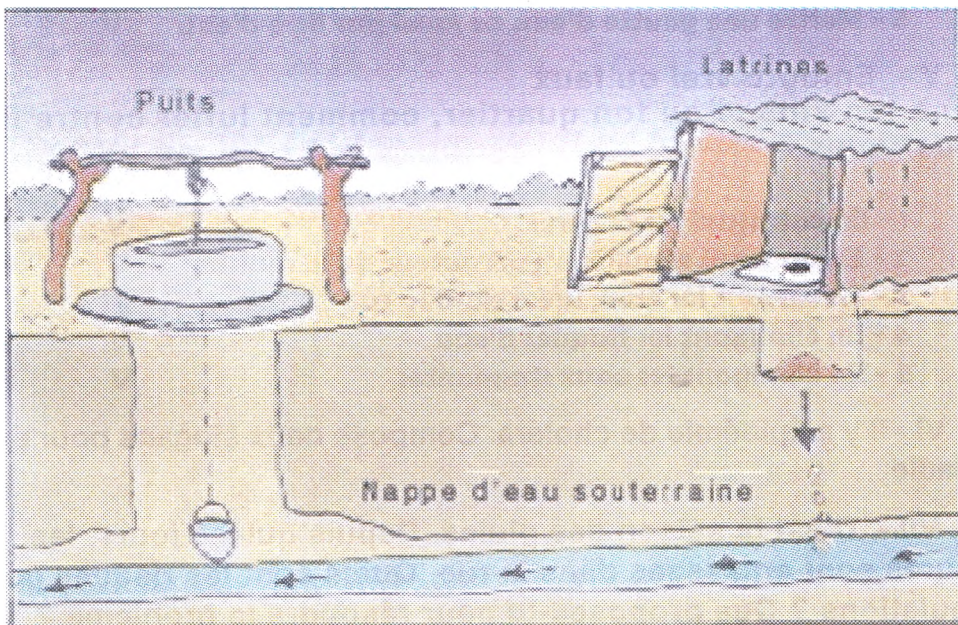
**1 - D'où vient l'eau de ce puits ?**

**2 - Y a-t-il communication entre les latrines et le puits ?**

**3 - Que pensez-vous de l'eau de ce puits ?**

**4 - Que se passe-t-il si une personne malade du choléra défèque dans ces latrines?**

**5 - Où faut-il donc creuser un puits?**



# EXERCICES

I - Trouve au moins 3 ordres ou 3 conseils qu'un médecin peut donner à un malade.

II - Coche la bonne réponse  
Dans le sol il y a des parasites.

VRAI

FAUX

III - Coche la bonne réponse

Pour me protéger contre les parasites du sol, je dois :

1 - Marcher pieds nus

2 - Porter des chaussures

3 - Porter des chaussettes

4 - Courir dans le sable

IV - Entoure vrai ou faux

Pour bien laver les aliments crus, je dois :

1 - Faire bouillir les aliments

V

F

2 - Tremper les aliments pendant 5 à 10 minutes

V

F

3 - Tremper les aliments dans de l'eau javellisée

V

F

4 - Rincer les aliments avec de l'eau propre

V

F

5 - Mettre une goutte d'eau de javel par litre d'eau

V

F

V - Entoure vrai ou faux

Dans ton village ou ton quartier, comment lutter contre les moustiques ?

1 - En entassant les ordures

V

F

2 - En arrosant régulièrement autour de la maison

V

F

3 - En versant les eaux usées dans la rue

V

F

4 - En éliminant les flaques d'eau

V

F

5 - En éliminant les eaux stagnantes

V

F

VI - Il y a épidémie de choléra. Compose deux slogans pour éviter la maladie

VII - C'est la saison des pluies. Depuis quinze jours, les ordures sont entassées dans la rue. Quels sont les risques pour les populations ? Que proposes-tu pour résoudre le problème ?

Seydou Diop



République du Sénégal  
Ministère de l'Éducation



UE

## Les bonnes pratiques d'hygiène

Brochure sur les bonnes pratiques d'hygiène, dans le cadre du  
Projet d'Appui à l'Amélioration de l'Efficacité des Écoles (SIP)  
dans la région de Saint- Louis.

### Equipe de rédaction :

- **Pr. Papa GUEYE, Directeur de l'INEADE**
- **Cheikh DIAKHATÉ, Chef de la Division Etudes et Curricula à l'INEADE**
- **Issakha GUEYE, Chef de la Division Edition et Manuels Scolaires à l'INEADE**
- **Madame Mimesane KANE, Spécialiste en évaluation à l'INEADE**
- **Seydou DIOP, Rédacteur de Manuels scolaires à l'INEADE**
- **Papa Amadou GUEYE, Rédacteur de Manuels scolaires à l'INEADE**

Illustrateur: **Malang SENE dit KABS**

Année 2007

