

# Hygiène corporelle et estime de soi

## Dossier thématique

Bibliographie sélective, supports de diffusion et outils  
pédagogiques



2018

Ce dossier thématique est élaboré à l'occasion de la journée d'échanges de pratiques et de présentation d'outils pédagogiques autour de l'hygiène et l'estime de soi, organisée par le Dispositif régional de compétences en éducation pour la santé de la région PACA le 28 juin 2018 à Marseille et animée par Aïchatou Camara et Céline Fougà.

Il a pour objectif de fournir aux participants un complément d'informations sur la thématique générale de l'hygiène.

Il est structuré en 4 parties :

- p.3 : Des publications
- p.4 : Des informations disponibles en ligne
- p.5 : Des outils pédagogiques
- p.12 : Des documents de diffusion

Les références proposées sont classées par date de la plus récente à la plus ancienne.

Les documents retenus ne visent pas à rendre compte de l'exhaustivité de la thématique mais ils présentent un intérêt certain du fait de leur originalité et de la qualité de leurs informations. La plupart des références sont intégrées dans le catalogue collectif BIB-BOP, spécialisé en éducation et promotion de la santé.



<http://bib-bop.org/>

Ce dossier a été réalisé par Céline Fougà, documentaliste du CODEPS 13, le 7 juin 2018  
[documentation@coeeps13.org](mailto:documentation@coeeps13.org)

# OUVRAGES

## **L'hygiène bucco-dentaire. Pour garder le sourire toute sa vie**

ZITOUN-SZTAINMAN Audrey, Alpen, 2014, 95 p.

Cet ouvrage "grand public" propose des conseils pour aider à préserver son capital dentaire et à prévenir le vieillissement de la sphère bucco-dentaire. L'hygiène à adopter est décrite en fonction des différents âges de la vie. Les maladies et leurs traitements y sont également abordés.

## **Les batailles de l'hygiène. Villes et environnement de Pasteur aux Trente Glorieuses**

FRIOUX Stéphane, PUF, 2013, 387 p.

Cet ouvrage traite de l'hygiène et de la santé en lien avec l'urbanisme sur une période qui s'étend du début du vingtième siècle jusqu'aux années 1960. Il met en lumière à la fois les infrastructures mises en place, mais aussi des dispositifs et politiques publiques à l'oeuvre dans les villes avec pour objectif leur assainissement.

## **Hygiène, santé et protection sociale de la fin du XVIIIe siècle à nos jours**

THENARD-DUVIVIER Franck, DELAPORTE Sophie, FAURE Olivier, Ellipses, 2012, 288 p.

Cet ouvrage sur l'hygiène et la prévention des épidémies a été conçu dans la perspective du concours des Écoles normales supérieures et de l'École des chartes dont le programme porte sur "Hygiène et santé en Europe de la fin du XVIIIe siècle aux lendemains de la Première Guerre mondiale". Les auteurs montrent que depuis la fin du XVIIIe jusqu'à la veille de la seconde guerre mondiale, le domaine de la santé a connu de grands bouleversements du point de vue de la prise en charge du patient à cause de l'impact des épidémies. Ils expliquent comment selon eux, la prévention a réussi à s'imposer au détriment des autres méthodes. Ils abordent également les enjeux actuels de la santé en France ainsi que la gestion des risques sanitaires aux États-Unis et en Europe.

## **Hygiène et santé en Europe. De la fin du XVIIIe siècle aux lendemains de la Première guerre mondiale**

FRIOUX Stéphane, FOURNIER Patrick, CHAUVEAU Sophie, Sedes, 2012, 279 p.

Cet ouvrage traite de l'hygiène et de la santé sur la période qui s'étend des années 1770 jusqu'aux lendemains de la première guerre mondiale. La première partie s'intéresse à l'hygiénisation des sociétés européennes. La deuxième partie décrit des lieux et acteurs de la santé concernés par l'hygiène. Enfin, La troisième partie aborde les terrains et les cibles de l'intervention hygiéniste.

## **On s'en lave les mains. Tout savoir sur les nouvelles règles de l'hygiène**

SALDMANN Frédéric, Flammarion, 2007, 306 p.

Cet ouvrage aborde en détail les risques auxquels tout le monde est soumis : acariens, germes du voyage, mycoses, maisons humides, infections nosocomiales, etc... Il évoque l'ampleur des contaminations par les mains, notamment pour les maladies intestinales. Il propose des mesures simples permettant de se prémunir de tous ces risques.

## **Le propre et le sale. L'hygiène du corps depuis le Moyen Age**

VIGARELLO Georges, Seuil, 1985, 284 p.

Ce livre traite de l'évolution de la définition et des pratiques de "propreté" (de la bienséance à la santé et à l'hygiène) à travers les âges, en suivant une ligne chronologique, idéologique et économique. Il présente les repères et les techniques de la propreté entre le Moyen-Age et le XXe siècle. Il s'appuie sur les hypothèses proposées par le sociologue allemand Norbert Elias pour rendre compte du « processus de civilisation » qui caractérise les sociétés d'Occident entre le XIIe et le XIXe siècle.

# INFORMATIONS DISPONIBLES EN LIGNE

## **Santé bucco-dentaire des jeunes : le poids de l'origine sociale**

Référence : Observatoire des inégalités, 2016-03-15

Lien Internet : <https://bit.ly/2xfq1Fy>

## **Santé bucco-dentaire des adultes**

MENARD Colette, GRIZEAU-CLEMENS Danielle, WEMAERE Jacques

Référence : Evolutions, n° 35, 2016-03, 10 p.

Lien Internet : <https://bit.ly/2KTgSUR>

## **Mesure de l'impact social de l'opération kit hygiène et bien-être**

Stéphanie GIRON, Marie DONIUS, Roberto PERERA RUIZ

Référence : Croix-Rouge française, mars 2015, 28 p.

Lien Internet : <https://bit.ly/2lPjDpE>

## **Etude qualitative exploratoire MOLHY. MOdes de vie, Hémopathies Lymphoïdes, Hygiène**

Référence : ORS Rhône-Alpes, 2014-04, 100 p.

Cette étude qualitative MOLHY a pour objectif d'explorer les pratiques et représentations en matière d'hygiène corporelle et domestique, en lien avec les modes de vie et les appartenances sociales des individus.

Lien Internet : <https://bit.ly/2Hs4HML>

## **"Nageons propre", un enjeu de communication**

Référence : Priorités santé, n° 39, 2014-01, p. 7

Lien Internet : <https://bit.ly/2s6cgny>

## **Recueil de recommandations de bonnes pratiques d'hygiène à destination des consommateurs**

Association Léo Lagrange pour la défense des consommateurs, Confédération syndicale des familles, Familles rurales

Référence : Ministère de l'agriculture, de l'agroalimentaire et de la forêt, 2013-09, 80 p.

Lien Internet : <https://bit.ly/2nu5zst>

## **Quand on entend les mouches voler... ou... prendre soin, notre cheminement à propos de l'hygiène...**

### **Outil d'aide à la réflexion pour les professionnels**

BEAL Céline, BUSSADORI Carole, CAVAGNA Audrey (et al.)

Référence : CoDES de la Lozère, 2011, 43 p.

Lien Internet : <https://bit.ly/2soAGPn>

## **Conseil et prévention sur le lavage des mains**

Référence : Portail santé mieux-être du Ministère de la Santé du Québec

Lien Internet : <https://bit.ly/2xP3fo5>

# SELECTION D'OUTILS PÉDAGOGIQUES



## Quand le gant de toilette reste sec...

Editeur : Centre d'éducation du patient Asbl, 2016

Publics : Tout public

Cet outil (nouvelle version) permet d'aborder les différentes notions de l'hygiène. Conçu pour être utilisé au sein des services de psychiatrie, il convient à d'autres milieux (scolaire, médical, handicap, professionnel...). Il permet aux professionnels de la santé et du social d'explorer différentes dimensions de l'hygiène corporelle, vestimentaire, environnementale, alimentaire, domestique... Cet outil comprend en réalité trois outils que l'on peut utiliser séparément ou en complément en fonction du public, des objectifs et de la situation.

Contenu : 1 plateau de jeu, 2 dés, 4 pions, 1 photo-expression composé de 66 photos, 1 carnet pédagogique destiné aux professionnels, 1 guide de l'animateur, des grilles d'évaluation de l'hygiène corporelle et vestimentaire, 3 gants, 54 cartes bleues, 54 cartes vertes, 125 cartes blanches.



## Comment appréhender l'impact de l'hygiène corporelle dans sa vie ?

Editeur : EspAhss (Service éducation, santé, prévention de l'association d'hygiène sociale de la Sarthe), 2014

Publics : Adulte

Ce matériel pédagogique a été conçu en 2010 par le CODES (Comité Départemental d'Education pour la Santé) de la Sarthe. Il a été réactualisé en 2014 par l'EspAhss, service d'Education, Santé, Prévention de l'Association d'Hygiène Sociale de la Sarthe. Cet outil propose une démarche en 5 séquences pour permettre aux professionnels des champs éducatif, social et sanitaire, d'aborder la thématique de l'hygiène corporelle auprès d'un groupe d'adultes. Il a pour objectif d'accompagner le public en faisant émerger ses représentations, en suscitant une réflexion sur les normes sociales de l'hygiène, en travaillant la relation aux autres et l'image de soi. Il propose une progression et des séquences pédagogiques, des outils d'animation, des repères théoriques ainsi que des pistes pour prolonger le programme.

Contenu : Dossier pédagogique, 68 pages, classeur à anneaux ; photo-expression (40 photographies couleur, format A5) ; association d'images (8 dessins couleur, format A5) ; cartes symboles (24 dessins, n/b format 10,5 x 7,5)



## Vocabular - Corps, hygiène corporelle, santé

Editeur : Schubi, 2010

Publics : Tout public, Migrant

Ce matériel est conçu pour développer l'expression orale et le stock lexical des enfants, adolescents et adultes. 88 cartes-images en couleur sont proposées, qui

peuvent être utilisées sous diverses formes : catégorisation et élaboration de notions, classement selon différents thèmes ou critères, construction de phrases simples, reconnaissance et dénomination de parties du corps, d'objets destinés aux soins du corps ou relatif à la santé, aux soins médicaux et aux maladies. Le livret propose des pistes d'activités.

Contenu : 1 livret de 89 p. avec des cartes-images, des planches de cartes vierges pour en fabriquer soi-même, 4 tableaux d'images sans et avec des chiffres, 4 tableaux d'images en couleur sur papier cartonné, 1 boîte avec 88 petites cartes-images



## **L'hygiène, parlons-en**

Editeur : PoPS - Point précarité santé, 2009

Publics : Population défavorisée

*Cet outil est destiné à tout public adulte pouvant être en difficulté avec l'hygiène ou désirant aborder ce sujet. Il est le résultat d'une recherche-action réalisée auprès de groupes de personnes en précarité.*

Contenu : 23 p., ill. en coul., fotogr., fiche pédagogique



## **Ma classe à pleine dents. Zoom sur des projets de santé dentaire à l'école maternelle.**

Editeur : Infor Santé, 2009

Publics : Enfant

*Ce DVD est destiné aux instituteurs(trices) d'école maternelle. Il présente des projets de promotion de la santé dentaire menés par des classes maternelles. La caméra s'est invitée dans quelques classes et a capturé des images d'activités mettant en valeur les ressources et l'imagination des enseignants, montrant ainsi qu'il est possible d'intégrer la thématique de la santé dentaire dans le quotidien de l'école.*

Contenu : DVD accompagné d'un livret de 30 p.



## **La semaine du sourire dent'fer**

Editeur : Conseil local de santé de la ville de Bordeaux, 2009

Public : Enfant

*Cette exposition de prévention bucco-dentaire à destination des enfants et de leurs parents aborde les thèmes suivant : les dents de lait, les caries, le brossage des dents, les visites chez le dentiste, l'alimentation... 9 panneaux A3*



## Les bons conseils de Célestin. Santé

Editeur : Citel Vidéo, 2006

Publics : Enfant

Ce DVD de 26 épisodes a pour mission d'aider les enfants à mieux grandir dans le monde des adultes. Célestin vient partager avec les enfants ses conseils précieux sur le thème de santé "se laver, bien manger, protéger son corps, les petits bobos, le bon rythme.

Contenu : DVD 79 mn



## Chatounet'. L'hygiène des tout-petits

Editeur : CPAM du Cher, 2005

Publics : Enfant

Cette mallette a été conçue par des enseignants pour développer chez les enfants en cycle 1 des comportements appropriés concernant leur santé, autour de l'hygiène corporelle et bucco-dentaire, la propreté, le sommeil, l'alimentation, l'activité physique et les loisirs. Les messages sont diffusés par la mascotte Chatounet'.

Contenu : 2 livres : "Lave-toi les mains!" et "Si la lune pouvait parler". 10 affiches format A3. Un classeur contenant un dossier pédagogique, des fiches d'activités photocopiables, des comptines, une bibliographie et un questionnaire d'évaluation.



## Mâchoire articulée

Editeur : Wesco, s.d.

Publics : Tout public

Cet outil est indispensable à la réalisation d'une leçon de brossage de dents. Surprenant par sa taille, il capte immédiatement l'attention des petits et des grands. Il permet l'étude de la dentition et la démonstration claire et précise du brossage par la visualisation et la décomposition de chaque geste.



### Phil chez le dentiste. Le jeu de l'oie

Editeur : Mutualité Chrétienne, 2014

Publics : Enfant

*Ce jeu permet de sensibiliser les enfants à l'univers du dentiste, à l'hygiène bucco-dentaire et aux rôles importants d'une bonne dentition. De A à Z, l'enfant découvre des mots avec lesquels il entre dans le monde du cabinet du dentiste. En lien avec chaque mot, des jeux, devinettes, bricolages, coloriages lui sont proposés. Le jeu peut être utilisé en famille, à l'école, entre copains.*

Contenu : 1 livret de jeux ; 1 dossier pédagogique "Phil chez le dentiste" ; 1 livret avec les règles du jeu et les questions supplémentaires

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2Jca33w>



### Hygiène personnelle. Boîte à outils pédagogiques pour sensibiliser aux différentes questions d'hygiène personnelle

Editeur : FEBRAP, 2014

Public : Personne handicapée, Tout public

*Destinée aux personnes en situation de handicap, cette mallette présente les règles de base simplifiées de l'hygiène personnelle. Elle propose des activités ludiques afin de faire prendre conscience de la nécessité d'avoir une bonne hygiène. L'outil est construit autour de différents supports qui permettent de décliner 8 thématiques de l'hygiène personnelle : hygiène générale, hygiène corporelle, hygiène des cheveux, hygiène du nez, hygiène des dents, hygiène des mains, hygiène des pieds, hygiène des vêtements.*

Contenu : 8 carnets d'animateurs, 14 vidéos, 169 cartes photo/dessin/picto, 1 guide

Lien de téléchargement : <http://febrap.be/hygiene-personnelle>



### Le lavage des mains en jeux

Editeur : ARS Aquitaine, IREPS Aquitaine, 2012

Public : Enfant

*Ce document a été élaboré afin de permettre aux enseignants d'élèves du cycle 3 d'aborder à travers des jeux le thème de l'hygiène et de sensibiliser plus particulièrement les enfants au lavage des mains, geste d'hygiène de base.*

Contenu : 16 p., ill.

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2GNhTeK>



## Avec l'eau, l'hygiène c'est simple !

Editeur : CI eau, 2010

Publics : Enfant, Educateur pour la santé

*Cet outil s'adresse aux intervenants en classe de CP, CE1 qui souhaitent mener une action de sensibilisation sur le thème de l'hygiène. Il a pour objectifs de montrer l'importance d'adopter des comportements d'hygiène pour soi : pour sa santé et pour son bien-être mais aussi par respect des autres, de permettre de comprendre le rôle de l'eau dans cette démarche et de favoriser une logique citoyenne et responsable par rapport à cette ressource.*

Contenu : 1 poster "avec l'eau, l'hygiène c'est simple !", 9 fiches d'activités, 4 posters, 1 guide d'animation, 11 p., 30 dépliant ludo-éducatifs 5 p.

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2sOs3qq>



## La princesse et la brosse magique

Editeur : Fondation pour la santé dentaire, 2010

Publics : Enfant

*La princesse et la brosse magique est un conte inspiré de l'histoire de Cendrillon. Il a pour objectif de sensibiliser les enfants à une bonne hygiène dentaire, en les invitant à se brosser les dents efficacement et à limiter leur consommation de sucreries. Cet outil se présente sous la forme d'un livre ou d'un film téléchargeables gratuitement. Il se compose également de six fiches d'activité, à imprimer, pour les élèves.*

Contenu : Film 7 mn, ill. en coul. 28 p., 6 fiches d'activité

Lien de téléchargement : <http://sourirepourtous.be/princesse/index.html>



## Education à l'hygiène

Editeur : ADES du Rhône, 2007

Publics : Professionnel de santé, Educateur pour la santé, Population défavorisée

*Les acteurs de l'accompagnement intervenant auprès de publics en difficulté sont parfois confrontés au problème de l'hygiène de ces populations précaires. Une mauvaise hygiène stigmatise les personnes tout en renforçant leur marginalisation. Cet outil souhaite proposer aux professionnels, des supports pédagogiques permettant une prise de conscience des normes sociales à intégrer dans ce domaine ainsi qu'un réel apprentissage aux gestes d'hygiène.*

Contenu : Cd Rom compatible Mac/PC

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2J1mBed>



## La cours'Oprop

Editeur : Ville de Brest, 2005

Publics : Enfant

*"La cours'Oprop" est un jeu d'éducation à l'hygiène pour les enfants. Le principe du jeu est celui d'un jeu de l'oie : le joueur progresse à coups de dés dans un parcours qui comporte 32 cartes. A chacune de ces cartes correspond des questions relatives à la propreté. Le premier à avoir répondu à l'ensemble des questions remporte la partie.*

Contenu : 32 cartes plastifiées, 22 cartes questions plastifiées, 3 pions de couleur différente, 1 dé, 1 règle du jeu, une feuille d'information

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2KSTK93>



## Je vais bien à l'école. 70 activités pour promouvoir la santé des jeunes à l'école

Editeur : Croix-Rouge de Belgique, 2002

Publics : Enfant, Adolescent

*Ce dossier pédagogique belge propose 70 activités, à mettre en oeuvre dans les établissements scolaires ou structures accueillant des enfants et des adolescents, autour des trois axes complémentaires : l'estime de soi et les relations sociales ; l'école comme milieu de vie ; et les modes de vie sains. Plusieurs activités autour de l'hygiène sont proposées*

Lien de téléchargement : [http://www.ecoles-en-sante.ch/data/data\\_274.pdf](http://www.ecoles-en-sante.ch/data/data_274.pdf)



## Ma propre histoire d'hier à aujourd'hui. Matériel pédagogique sur l'hygiène corporelle

Editeur : Groupe en alphabétisation de Monmagny-Nord, 2001

Public : Tout public

*Ce document canadien permet de découvrir les règles d'hygiène actuelles, mais aussi de celles appliquées dans le passé. Il propose des objectifs généraux, des capsules historiques, des connaissances de base sur l'anatomie humaine et règles d'hygiène qui y sont associées. Des plans de discussion, des activités pratiques et des exercices de lecture, d'écriture et de compréhension de texte complètent le tout.*

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2x7zDSx>



## Hygiène des mains

Editeur : CEMBREU, s.d.  
Publics : Professionnel de santé

*Ce jeu permet de sensibiliser les professionnels de santé aux gestes de l'hygiène de mains afin d'éviter les maladies nosocomiales.*

Contenu : 1 plateau de jeu, des liasses de billets de solution hydroalcoolique (1, 5, 10, 20, 50, 100 et 500 litres), 27 cartes "chances", 27 cartes "événements intercurrents", 35 cartes "7 gestes", 1 règle du jeu, avec les réponses aux questions, 7 pions, 2 dés

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2kSEcHu>



## Sourire pour tous

Editeur : Fondation pour la santé dentaire, s.d.  
Publics : Enfant, Educateur pour la santé

*Le cahier pédagogique "sourire pour tous" s'adresse aux enseignants afin de les aider à mener des actions de sensibilisation autour de l'hygiène bucco-dentaire, auprès des élèves de primaire. Il contient des fiches pédagogiques, des défis à réaliser par la classe, des quizz et petits jeux à remplir par l'élève. Tous ces documents sont classés par tranche d'âge et sont téléchargeables gratuitement.*

Contenu : 12 fiches pédagogiques, 18 fiches défi sourire, 12 fiches enfants

Lien de téléchargement : [http://www.sourirepourtous.be/cahier\\_peda](http://www.sourirepourtous.be/cahier_peda)



## L'hygiène

Editeur : Service promotion de la santé à l'école de la province de Liège, s.d.  
Publics : Enfant, Adolescent

*Destiné aux 9-12 ans, ce fichier d'activités a pour objectifs : d'imaginer le plaisir d'être propre, de sentir bon, d'exprimer des préoccupations, de réfléchir... « L'hygiène pourquoi ?, comment ?, jusqu'où ?... » ; de trouver des solutions aux constats que font les adultes mais également aux préoccupations réelles des enfants ; d'agir individuellement, selon ses possibilités et avec son libre arbitre pour améliorer son propre bien être et d'agir... collectivement, enfants, enseignants, parents, directions d'école, associations locales... pour améliorer le bien-être de tous au sein de l'école. Il est construit autour d'une photoexpression, de fiches de jeux et d'animation sur le thème de l'hygiène, de l'hygiène corporelle, de l'hygiène bucco-dentaire, des cinq-sens et d'éléments pour conduire une enquête sur l'hygiène au sein de l'école.*

Contenu : 149 p. dont 62 p. correspondent aux 31 photos en couleurs (la version téléchargeable ne contient pas le photoexpression indiqué)

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2s4OC1b>



## Quizz : tu penses connaître les bonnes règles d'hygiène ?

Editeur : Association Sauvegarde santé, s.d.

Publics : Enfant, Préadolescent, Adolescent, Adolescent

Ce quizz en ligne de 19 questions propose une série de questions autour de l'hygiène des mains, l'hygiène bucco-dentaire, l'hygiène corporelle, l'hygiène vestimentaire, les poux. Il a été conçu à l'origine pour les étudiants de CFA.

Lien de téléchargement : <https://bit.ly/2Jkms6k>

## DOCUMENTATION DE DIFFUSION

### Affiches





## Dépliants et brochures



### Règles utiles et gestes simples : ma santé au quotidien !

Brochure - MGC Prévention - Décembre 2017

Cette brochure rappelle l'importance d'une bonne hygiène pour rester en bonne santé et éviter les maladies contagieuses. Elle donne des conseils sur les gestes simples d'une bonne hygiène au quotidien ainsi que pour se soigner et protéger les autres.



### Virus respiratoires Grippe, bronchite, rhume, bronchiolite Limitons les risques d'infection. Les gestes simples pour limiter les risques d'infection

INPES, 2007

Ce dépliant fait partie du premier volet (code vert concernant la prévention des infections respiratoires) de la campagne « Adoptons les gestes qui nous protègent » lancée par le ministère de la Santé et l'Inpes.

Il rappelle les modes de transmission des virus respiratoires (postillons, éternuements, toux, salive, mains) et les trois gestes simples pour limiter les risques d'infection (lavage des mains, utilisation d'un mouchoir en papier, masque chirurgical).



### Les poux. Eviter d'en attraper, savoir si on en a, s'en débarrasser

Brochure - INPES - 2013

A base de dessins accompagnés de légendes simples, ce document destiné aux parents répond à trois questions : Comment savoir si votre enfant a des poux ? Comment s'en débarrasser ? Que faire pour que votre enfant n'ait pas de poux ?



## As-tu pensé à te laver les mains ?

Autocollant - INPES - 2015

Destinés aux enfants, cet autocollant est à placer à proximité des toilettes.

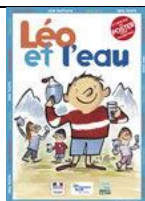


## e-Bug - CM1/CM2

Ouvrage - INPES - 2009

Une ressource européenne concernant les micro organismes, l'hygiène, l'utilisation des antibiotiques et les vaccins. Ce matériel éducatif est destiné à aider les enseignants à mettre en oeuvre des activités pédagogiques avec leurs élèves de CM1-CM2.

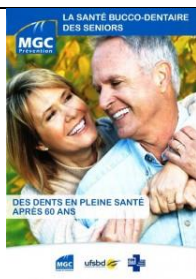
Deux chapitres sont particulièrement intéressants dans le cadre de la prévention de la pandémie grippale, celui consacré à l'hygiène des mains et l'autre à l'hygiène respiratoire.



## Léo et l'eau

Brochure - INPES - 2007

Ce livret pour enfants propose des histoires sur différentes thématiques autour de l'eau (l'eau pour la soif, pour se laver, pour vivre, etc.) ainsi que des jeux, test et quizz. Il fait partie de la mallette pédagogique « les chemins de la santé ».



## La santé bucco-dentaire des seniors. Des dents en pleine santé après 60 ans

Brochure - MGC Prévention, UFSBD - s.d.

cette brochure donne informations et conseils pour maintenir une bonne hygiène bucco-dentaire après 60 ans. Elle explique les bons gestes pour un brossage efficace, pour entretenir ses prothèses dentaires. Elle recommande d'effectuer au moins une visite par an chez le dentiste, donne des conseils pour maintenir une bonne hygiène bucco-dentaire en cas de maladie chronique (maladie cardiovasculaire, diabète). Elle rappelle également l'importance d'une alimentation équilibrée. Enfin elle rappelle quelles sont les différentes prothèses dentaires.



## L'hygiène corporelle

Dépliant – Santé pratique, 2011

Ce dépliant rappelle que l'hygiène corporelle passe d'abord par l'hygiène des mains, facteur majeur de la transmission des microbes. Puis par celle de la bouche, meilleur indicateur du niveau sanitaire et social. Enfin, par celle du corps et des parties intimes.



## Se moucher, c'est utile !

Dépliant- one, 2008

Ce dépliant montre à travers l'histoire en abnde-dessinée d'une petite fille et son doudou lapin l'importance de se moucher pour éviter de tomber malade

Uniquement en téléchargement : <https://bit.ly/2ISL5XD>



## La santé bucco-dentaire en 4 points

Dépliants – INPES – 2007

Une bonne hygiène bucco-dentaire suppose :

- 1) des visites régulières chez votre chirurgien-dentiste;
- 2) un bon équilibre alimentaire;
- 3) une bonne technique de brossage;
- 4) un apport suffisant en fluor.

Uniquement en téléchargement : <https://bit.ly/2xnJoff>



## Hygiène des mains. Quand et comment

Dépliant – OMS , 2006

Ce dépliant présente le déroulement recommandé de la friction hydro-alcoolique et du lavage des mains ainsi que les différentes indications sur quand la ou les réaliser.

Uniquement en téléchargement : <http://www.who.int/gpsc/tools/depliant.pdf>

**Les outils pédagogiques et les documents de diffusion sont disponibles au pôle de ressources du CODEPS 13.**

### Modalités de prêt :

un chèque de caution est demandé pour les outils pédagogiques. La documentation de diffusion est distribuée gratuitement, dans la limite des stocks disponibles

### Horaires d'ouverture :

Lundi, Jeudi, Vendredi : 9h-12h30 / 14h-17h

Mardi : 9h-12h30 / 14h-18h30

Mercredi : 9h-13h

Contactez-nous pour un rendez-vous : [documentation@codeps13.org](mailto:documentation@codeps13.org)