



Fiches pédagogiques TIDOC

OBJECTIF : Sensibiliser, éduquer, divertir et rassurer

2

## LES CHEFS DU LAVAGE DES MAINS



### Objectif de l'activité

Apprendre et comprendre comment bien  
se protéger des virus contagieux  
en pratiquant de manière ludique  
le lavage de mains en famille !



# LES CHEFS DU LAVAGE DES MAINS

## Objectif

Apprendre et comprendre comment bien se protéger des virus contagieux en pratiquant de manière ludique le lavage de mains en famille !

## Matériel

Planches de coloriages, feuilles blanches, crayons à dessin ou nécessaire de peinture, de la gommette bleue (pâte à fixe) ou un bout de rouleau adhésif.

## ÉTAPE 1

Suite au visionnage de l'épisode **La différence entre le rhume et la grippe** (ou un épisode sur les infections comme l'otite, la sinusite, la pharyngite, le pieds mains bouche...), ouvrir la discussion avec ses enfants sur les conseils de TiDoc' pour se protéger des virus contagieux (quand on tousse, bien placer le creux de son coude devant sa bouche... et bien se laver les mains pendant 30 secondes!).

Avant de dévoiler à ses enfants les 6 étapes du lavage de mains, place à l'imagination! Demandez leur quel serait le meilleur lavage de mains possible (combien d'étapes? combien de temps? avec quoi? comment? pourquoi?...). Complétez et ajustez leurs connaissances et leur cadre de référence avec des informations sérieuses mais rassurantes.

### Les 6 étapes du lavage de main idéal :

- 1) Mouiller ses mains avec de l'eau tiède
- 2) Appliquer du savon
- 3) Frotter ses mains l'une contre l'autre pendant 20 secondes
- 4) Lavez toutes les surfaces de ses mains (ses ongles, ses pouces et entre ses doigts) pendant 10 secondes
- 5) Rincer ses mains sous l'eau tiède
- 6) Refermer le robinet d'eau et sécher ses mains



**Pour les 8-9 ans :** inspirés par les 6 étapes lavage des mains, vos enfants doivent dessiner et colorier ou peindre sur une feuille blanche leurs 6 étapes.

**Pour les 6-7 ans :** demandez-leur de colorier la feuille des 6 étapes du meilleur lavage de mains que vous leur aurez préparée.



## ÉTAPE 2

### Phase pratique !

Fixer la feuille des 6 étapes du meilleur lavage de mains dans la salle de bains et/ou à côté du lavabo de la cuisine. Place à la séance pratique! Comptez les 30 secondes ensemble pendant le lavage sous forme de jeu ludique. Chaque enfant développera autonomie et gestion du temps pour réaliser l'expérience.

Les plus grands pourront mener les opérations et être les gardiens du temps, pendant que les plus petits seront plus focalisés sur les 6 étapes différentes à réaliser.