

## L'hygiène du corps

Durant toute la période, nous avons travaillé sur l'hygiène, les parties du corps et les étapes de la vie de l'homme (MS-GS), Mardi 10 octobre, l'infirmière scolaire (Florence) et Sandrine sont intervenues dans notre classe sur ce même thème. On a rappelé qu'il fallait se laver les mains à chaque fois qu'elles étaient sales, avant le repas, quand on va aux toilettes, quand on se mouche...

Florence a fait une expérience pour montrer qu'il fallait bien mettre du savon pour enlever le gras et les microbes car l'eau seule ne les enlève pas.



Le gras est parti avec le savon et ça mousse.



Le gras n'est pas parti car il n'y a pas de savon.

Pour se laver le corps, il faut prendre une douche ou un bain au moins une fois par jour et bien savonner toutes les parties du corps avec le savon et avec du shampoing pour les cheveux. On a mimé les gestes à faire sous la douche.



# LA DOUCHE



## MATERIEL:

- un shampoing
- un savon
- une ou deux serviettes
- un coupe-ongles
- un peigne / une brosse

## QUAND?

TOUS LES JOURS

## ETAPES:

1. MOILLER
2. SAVONNER
3. RINCER
4. ESSUYER

COMMENT? DU HAUT du corps vers le BAS.

Après la douche ne pas oublier de:

- se nettoyer les oreilles
- se couper les ongles (pieds et mains)
- se peigner.
- s'habiller: sous-vêtements propres

Sandrine et Florence, nous ont aussi montré comment bien se laver les dents avec la brosse à dents et le dentifrice pendant trois minutes (le temps du sablier). Florence nous a dit que les enfants avaient moins de dents que les adultes (20 au lieu de 32), qu'il y

avait plusieurs sortes de dents avec des rôles différents:

- Les incisives qui coupent.
- Les canines qui déchirent.
- Les molaires qui écrasent.

On a vu une dent géante pour nous montrer les différentes parties de la dent (émail, dentine, bulbe) et ce que pouvait faire une carie sur nos dents.

Il faut bien aller chez le dentiste une fois par an pour éviter d'avoir des caries.



On s'est entraîné sur des fausses dents. Il faut d'abord frotter l'extérieur des dents de haut en bas puis, ouvrir la bouche et frotter les molaires du haut et du bas et derrière les dents de haut en bas. Il ne faut pas oublier de frotter aussi la langue et les joues. Ensuite, il faut bien rincer la bouche avec de l'eau et cracher le dentifrice et l'eau sale.



A la fin, on a eu une petite poche avec une brosse à dents, du dentifrice, un sablier, un verre à dents et un petit livre pour bien se laver les dents à la maison, le matin et le soir, après les repas.

