

## 5. BIBLIOGRAPHIE

### Hygiène générale

Histoire de l'hygiène : Wikipedia.org  
Dictionnaire Larousse  
Définition microbes : Wikipedia.org  
et l'internaute.com

### Hygiène des mains

Tork\_Hygiene\_Brochure\_FINAL\_FR  
guerre-aux-germes\_PDF  
<http://www.vecteurm.com>  
<http://www.francais.dobugsneeddrugs.org/>

### Hygiène des pieds

cres.haute.normandie@wanadoo.fr  
<http://www.diamip.com/patient/page25624.asp>  
<http://www.filsantejeunes.com/>

### Hygiène des dents

<http://www.oralb.fr>  
<http://www.fluocaril.fr>  
<http://www.enseignons.be>  
<http://www.pipsa.be>  
<http://www.sourirepourtous.be>  
<http://fr.wikipedia.org>  
<http://www.hygiene-educ.com>  
<http://www.doctissimo.fr>  
<http://sante-medecine.commentcamarche.net>

### Hygiène du corps

<http://fr.wikipedia.org>  
<http://www.pipsa.be>  
<http://www.passeportsante.net>  
<http://www.lhygiene-corporelle.sitew.com>  
<http://www.primaderm.fr>  
<http://www.generale-de-sante.fr>  
<http://www.pictofrance.fr>  
<http://www.cfe.fr>  
<http://www.uquebec.ca>  
<http://www.hygiene-educ.com>

### Hygiène du nez

Protections et défenses du corps humain face aux agressions extérieures, cahier pédagogique. Edition Pièces jaunes 2013.  
[http://www.cndp.fr/piècesjaunes/fileadmin/user\\_upload/cahiers\\_pedagogiques/2013/PiecesJaunes2013\\_brochure.pdf](http://www.cndp.fr/piècesjaunes/fileadmin/user_upload/cahiers_pedagogiques/2013/PiecesJaunes2013_brochure.pdf)  
[http://alimentation.gouv.fr/IMG/pdf/Classesdugout-formationdesenseignants\\_cle09fcdb.pdf](http://alimentation.gouv.fr/IMG/pdf/Classesdugout-formationdesenseignants_cle09fcdb.pdf)  
<http://www.sterimar.com/nez-bouche.php>  
<http://www.youtube.com/watch?v=mMNH6krBMao>  
<http://www.inpes.sante.fr/30000/actus2011/029.asp>  
<http://www.allodocteurs.fr/actualite-sante-explorons-nos-narines--11988.asp?1=1>

### Hygiène des cheveux

<http://fr.hairfinder.com/cheveux-questions/structure-cheveu.htm>  
<http://tpetireparlescheveux.free.fr/nouvellepage1.htm>  
[http://dermato-info.fr/article/Les\\_pellicules](http://dermato-info.fr/article/Les_pellicules)

### Hygiène des vêtements

<http://www.toutpratique.com/6-Vetements-accessoires/87-Lavage-en-machine-L-eau-débordements-economies-lessives-et-assouplissants/39-Laver-le-linge.php>  
<http://www.consoglobe.com/lessives-linge-preferer-poudre-liquides-4175-cg>

Éditeur responsable : Benoît Ceysens.

# Hygiène personnelle

## 1. CONTEXTE & OBJECTIFS

Le présent outil est le fruit de nombreuses collaborations : les 119 personnes en situation de handicap (PSH) rencontrées lors des focus groups ; les 67 moniteurs des ETA bruxelloises enquêtées ; le groupe de travail composé de travailleurs du service d'éducation permanente de l'asbl **Bataclan**, d'un conseiller en prévention de l'Association bruxelloise pour le bien-être au travail (**Abbet asbl**), ainsi que de la chargée de projets bien-être de la Fédération bruxelloise des entreprises de travail adapté (**Febrap asbl**).

L'objectif de ce projet vise à mettre à la disposition des PSH des moyens pour répondre aux besoins qui leur sont spécifiques, et ainsi à leur permettre d'améliorer leur qualité de vie, tant au sein de leurs lieux de travail qu'en dehors.

Cet outil contient les règles de base simplifiées de l'hygiène personnelle. Il propose des activités ludiques afin de faire prendre conscience de la nécessité d'avoir une bonne hygiène personnelle et, si tel n'est pas le cas, des conséquences que cela implique pour soi et pour les autres.

## 2. MÉTHODOLOGIE DE CRÉATION

Suite à une enquête menée auprès des moniteurs et des travailleurs dans les entreprises de travail adapté (**ETA**), afin de mettre en avant des thématiques ou des problématiques liées au milieu de travail, il a été décidé de proposer des outils sur ces thématiques. Ceux-ci ont été élaborés en plusieurs phases :

- ✓ **analyse des besoins** : des focus groups avec des PSH, et l'enquête menée auprès du personnel encadrant, ont permis de souligner les thèmes à développer. Sur les 10 thèmes abordés, l'hygiène personnelle est apparue comme une priorité ;
- ✓ **conception de l'outil** : le canevas et les thèmes établis en groupes de réflexion ont précisé les sous-thèmes à aborder.

### 3. MODALITÉS D'UTILISATION

La mallette « Hygiène » se compose d'un ensemble de 8 carnets d'animateurs reprenant 8 thèmes 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.

Ces 8 carnets se présentent de la manière suivante :

- ✓ **une fiche pédagogique**, qui contient les objectifs de l'animation et la partie théorique ;
- ✓ **une fiche d'activités**, qui contient les objectifs et le déroulement de l'activité, les solutions aux quizz et le matériel nécessaire au bon déroulement de l'animation. Les activités sont proposées dans un ordre logique : « Pourquoi le thème est-il important ? », « Comment cela fonctionne-t-il ? », « Comment faire ? ». Certaines activités sont proposées en bonus, en fonction du temps dont l'animateur dispose.

Chaque carnet possède son propre logo et se différencie des autres grâce à un code couleur. Les cartes d'activité répondent à ce code couleur selon le thème auxquelles elles se rapportent.

**Ne tardez plus à visualiser la bande annonce !**

(DVD Chapitre 1 - Introduction)

**C'est à vous de jouer, appropriez-vous cet outil !**

### 4. REMERCIEMENTS

#### Coordination du projet :

Sophie van den Abeele (Febrap), [www.febrap.be](http://www.febrap.be)- [info@febrap.be](mailto:info@febrap.be)

#### Elaboration du carnet pédagogique :

Sophie van den Abeele (Febrap asbl) ; Joëlle Cornil, Laetitia Parma et Catherine Van Miegroet (Bataclan asbl) ;

Alice Valembois (Abbet asbl)

#### Révision linguistique :

Guy Dewandeler

#### Mise en page graphique :

Marie Callandt ([www.maricallandt.be](http://www.maricallandt.be))

#### Impression : ???

#### Scénarisation, tournage et montage des vidéos :

Pierre Chemin et Alain Laurent (asbl Média animation)

#### Comédiens :

Philippe Léonard & Magali Zambetti

#### Lieux de tournage :

Isabelle Heuchamps et Media Animation

#### Crédits photos :

[www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

TRAVAIL RÉALISÉ PAR :



ASSOCIATION  
BRUXELLOISE  
POUR LE BIEN-ÊTRE  
AU TRAVAIL **ABBET**

AVEC LE SOUTIEN DE :



FÉDÉRATION  
WALLONIE-BRUXELLES