

Afin de faciliter l'accès aux sites Internet et aux documents en ligne, cette bibliographie sera prochainement en ligne sur notre site Internet : <http://www.educationsante-aquitaine.fr/> > Ressources documentaires > Bibliographies

HYGIENE DE VIE

Articles

1- De l'hygiène à la santé

La Santé de l'homme, n° 349, septembre-octobre 2000
Oscillant entre pédagogie et médecine, l'hygiène est une notion qui traverse les siècles. Ce dossier présente et donne les résultats de l'enquête de juin 2000 et analyse des représentations de quelques acteurs sur l'hygiène.

2- L'hygiène moderne : une invention révolutionnaire

TDC (Textes et Documents pour la Classe), n° 680, septembre 1994

L'hygiène a évolué avec l'appui des sciences et des techniques. Avec la volonté de mettre en œuvre un véritable programme de santé et le concours des médecins et des pédagogues est née, il y a environ 150 ans, « l'hygiène moderne ». Ce dossier, à usage des collégiens, aborde différentes approches de la notion d'hygiène, au cours des temps jusqu'à aujourd'hui.

Littérature jeunesse

3- La propreté. Pourquoi il faut tout le temps se laver ?

RASTOIN-FAUGERON F., CHAUD B. (ill.)
Ed. Nathan, 2002

Rémi et Lilou participe à une chasse au trésor. Au travers des étapes, ils doivent répondre à des énigmes concernant l'hygiène corporelle, bucco-dentaire et alimentaire. Le livre se partage entre cette histoire, des conseils et des petits jeux.

4- Tant qu'on a la santé

GRILLOT M.-F., PEF (ill), FERRIER G. (ill)
Ed. Casterman, 1995

Ce livre permet d'apporter aux enfants des connaissances et des conseils, entre autres, sur la santé, l'audition et l'hygiène bucco-dentaire.

Guides pédagogiques

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

LUFIN A., CASPERS E.

Croix-Rouge de Belgique, 2002

Ce guide d'animation propose des activités concrètes réalisées par des acteurs de terrain sur des thématiques variées (sommeil, hygiène, prévention des conduites à risques, ...). Elles sont organisées autour de trois axes complémentaires : l'estime de soi et les relations sociales ; l'école comme milieu de vie ; les modes de vie sains.

http://www.pipsa.org/index.cfm?P_ID=1&R_ID=3334899&Content_ID=5316985&Outil_ID=508925086

6- Vivre, apprendre, expérimenter la santé à l'école

MOREAU A. (dir.), ROUCLOUX A. (dir.)

IPHS (Institut Provincial d'Hygiène Sociale), Gouvernement de la Communauté française de Belgique, 2002

Ce document propose une partie théorique sur la promotion et l'éducation pour la santé à l'école qui précise les principes d'action, la définition d'un cadre commun et l'organisation des actions de santé en établissement scolaire. Il décline également huit thèmes de santé (alimentation, sommeil, hygiène, pédiculose, sécurité, stress, gestion des conflits, consommation) pour lesquels sont réunies des références d'outils pédagogiques, des fiches méthodologiques et des coordonnées utiles.

7- 1,2,3 santé ... éducation pour la santé en milieu scolaire

SANDRIN BERTHON B. (dir.)

CFES (Comité Français d'Education pour la Santé), 1994

Ce guide analyse les besoins et les représentations de la santé des adolescents, présente l'évolution de l'éducation pour la santé à l'école et donne des conseils méthodologiques pour l'élaboration de projets de santé. Il présente également des actions d'éducation pour la santé menées en école maternelle, primaire et secondaire, notamment sur l'hygiène bucco-dentaire et le sommeil.

Outils méthodologiques

8- Education à l'hygiène

ADES (Association Départementale d'Education pour la Santé) Rhône, 2007

Ce cédérom sur la thématique de l'hygiène s'adresse à des professionnels travaillant auprès de personnes en difficulté. Il s'articule autour d'un référentiel d'hygiène domestique et vestimentaire à destination de l'animateur précisant les pratiques communément admises, d'un dossier pédagogique comprenant des fiches d'activités et des fiches ressources, et de 6 scénettes animées de mises en situation.

9- Edukta santé

GERBAULET C.-Y.

DALTO Editions, 2006

Ce jeu de type jeu de l'oie permet aux enfants à partir de 8 ans et aux adultes de s'informer et de réfléchir sur différents thèmes de santé. Les cartes « Connaissance » comportent principalement des questions sur l'anatomie et la connaissance de son corps. Les cartes « Prévention » comportent des questions sur l'alimentation, l'hygiène de vie, la prévention des maladies, la vaccination, les addictions, la protection contre le soleil. Les cartes « Action » proposent d'impliquer le participant qui doit mimer des expressions ou des gestes de premiers secours. Les cartes « Réflexions » permettent de réfléchir sur certains phénomènes ou de répondre à des charades. Deux niveaux de difficulté sont proposés : enfant et adulte.

10- Chatounet' : L'hygiène des tout-petits

CPAM (Caisse Primaire d'Assurance Maladie) Cher, Inspection Académique Cher, CODES (Comité Départemental d'Education pour la Santé) Cher, 2005

Cette mallette a été conçue par des enseignants pour développer chez les enfants des comportements

appropriés concernant leur santé, autour de l'hygiène corporelle et bucco-dentaire, la propreté, le sommeil, l'alimentation, le sports et les loisirs. Les messages d'une bonne hygiène de vie sont diffusés par une mascotte, Chatounet'. Les fiches d'activités proposées sont photocopiables et proposent des activités transversales. La mallette contient également deux livres pour les enfants : « lave toi les mains » et « Si la lune pouvait parler ».

11- La cours'Oprop

SUQUET C., COURGEON G., LOAËC J., Elèves de 1ère Arts appliqués du lycée Vauban de Brest Ville de Brest (Service de santé publique), 2004
La cours'Oprop est un jeu de l'oie destiné à des enfants de 6 à 12 ans sur l'hygiène (corporelle, bucco-dentaire, de vie).

12- Trivial prévention santé

SEDAP (Société d'Entraide et D'Action Psychologique), 2004
Ce cédérom est un jeu multimédia d'usage individuel ou collectif destiné à des enfants de 10 à 12 ans. Conçu sous forme de quiz, il aborde les thèmes de l'hygiène de vie, les accidents de la vie courante et les comportements à risques.

13- La journée de Victor

ADES (Association Départementale d'Education pour la Santé) Rhône-Alpes, 2002
Ce kit pédagogique a été réalisé dans le cadre de la prévention de l'obésité et a pour objectif de faciliter la mise en place d'actions d'éducation sur les rythmes de vie auprès des enfants de 2 à 4 ans. Il se présente sous la forme d'histoires, de jeux et d'idées pour apprendre à l'enfant les bonnes attitudes face à l'alimentation, le sommeil et l'activité physique. Il fournit également aux parents des informations sur le développement de leur enfant dans le but de faire de la famille le pivot essentiel des actions d'éducation pour la santé.

14- Bons jours, bonnes nuits, bon appétit !

ADES (Association départementale d'éducation pour la santé) Rhône-Alpes, 1998
L'objectif général est d'amener les enfants à prendre en charge leur capital santé, pour favoriser leur bien-être. Pour cela l'instituteur est amené à travailler sur l'amélioration des habitudes alimentaires et des rythmes de vie ainsi que l'amélioration des relations entre les enfants. Les enfants s'expriment ainsi sur leur alimentation et leur sommeil.

15- Les sœurs brosses

ESMEIN O., PINSKY C.
Ligue nationale contre le cancer, La 5^e, CNDP, 1995
Cette vidéo s'adresse à des enfants pour aborder les problèmes d'hygiène. Elle met en scène les aventures de deux enfants dans une salle de bain. Les sœurs brosses, la brosse à dents et la brosse à cheveux, sont là pour leur rappeler les notions simples d'hygiène et leur donner des conseils. Parmi les thèmes abordés : l'hygiène bucco-dentaire, le sommeil, la toilette, le squelette et les muscles, la nécessité du petit déjeuner, l'hygiène vestimentaire, l'alimentation, le sport, les méfaits du tabac et de l'alcool, les poux. Cette vidéo est accompagnée d'un livret pédagogique.

16- Bulle de savon

MAUGIS S.
Conseil général de Seine Saint-Denis, 1987

Cette vidéo, destinée aux enfants de 5 à 8 ans, est composée de 3 épisodes sur l'importance du sommeil, le petit déjeuner et la toilette. Le jeune héros rencontre un petit lutin qui l'incite à prendre des bonnes habitudes d'hygiène de vie.

Sites Internet

Hygiene-educ.com

Institut Pasteur
Site éducatif sur l'hygiène proposant, pour chaque thème (histoire de l'hygiène, hygiène au quotidien, hygiène corporelle, hygiène domestique, hygiène alimentaire), des données scientifiques, un livret du maître et des fiches d'activités pédagogiques. Un « passeport pour l'hygiène » pour les enfants de 6 à 10 ans est également disponible.
<http://www.hygiene-educ.com>

Les motivés.be

Ministère belge de la communauté française
Site proposant un guide pédagogique pour les enseignants contenant des fiches d'activités sur l'alimentation, l'activité physique et le sommeil.
<http://www.motives.be/>

Planète kid à l'école de la toilette

Labosanté
Dans la partie « Kids », on trouve des jeux pour les enfants sur l'hygiène corporelle et bucco-dentaire.
<http://www.planet-kid.com/>

HYGIENE CORPORELLE

Littérature jeunesse

17- Lucas prend une douche

SLEGERS L.
Ed. Autrement, 2004
Ce livre raconte l'histoire de Lucas, qui est tout sale et doit prendre une douche. Il n'aime pas qu'on lui lave la tête mais adore être propre.

18- Lave-toi les mains !

ROSS T.
Ed. Gallimard Jeunesse, 2002
L'histoire d'une petite princesse qui aime se salir les mains pour apprendre aux plus jeunes pourquoi et quand il faut se laver les mains.

19- Max ne veut pas se laver

SAINT MARS D., BLOCH S. (ill.)
Ed. Calligram, 1995
Max déteste se laver et finit par dégoûter tout son entourage. Pour l'encourager et l'aider à se sortir de cette situation, Lili et ses parents lui expliquent la propreté et ses avantages pour la santé.

Outils méthodologiques

20- Chantons le corps et la santé à l'école élémentaire

Chantons le corps et la santé en maternelle
CLAVIER B., MAUCOURT P.
La Classe Maternelle, 2007
Destinés aux enseignants des écoles maternelles et élémentaires, ces deux CD audio contiennent 10 chansons chacun, notamment sur les thèmes du corps et de l'hygiène.

21- Léo et l'eau

INPES (Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé), 2005

Ce coffret est construit autour de l'histoire de Léo et de ses camarades. Leur séjour en classe de montagne est l'occasion de découvrir l'importance de l'eau pour eux-mêmes et la nature, les plaisirs et les dangers qui s'y rapportent mais aussi les joies et les contraintes de la vie collective. L'histoire est articulée autour de chapitres se rapportant aux thèmes suivants : de l'eau pour la soif, pour s'amuser, pour la terre, pour se laver, pour vivre. A chaque fin de chapitre, des activités sont proposées ainsi qu'un sujet de débat.

<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/269.pdf>

22- A fleur de peau

BANNIER A., BAUDET M., GRAIGNIC M., RAOULT A., Lycée Savina, section Cinéma et Audiovisuel
IFSI (Institut de Formation en Soins Infirmiers) Saint Briec, 2001

Ce film raconte l'histoire de deux jeunes lycéens qui, au travers de leur rencontre, vont découvrir l'importance de prendre soin de soi. Entre fiction et réalité, ce film propose une réflexion autour de l'importance du bien être physique à l'intention des adolescents. Le DVD est accompagné d'un livret pédagogique.

23- Osmosis Jones

FARRELLY B., FARRELLY P.
Les Grignoux, 2001

Ce DVD à l'intention des enfants de 9 à 11 ans, raconte l'histoire de Frank, un homme malpropre et gras, qui n'écoute en rien les conseils de sa fille sur l'hygiène et une alimentation saine. Jusqu'au jour où un virus pénètre son corps. Heureusement, Osmosis Jones, un globule blanc, est prêt à combattre l'ennemi. Nous voilà plongés à l'intérieur du corps de Frank pour empêcher le virus de commettre des méfaits. Cette vidéo est accompagnée d'un dossier pédagogique pour l'enseignant comportant des questions pour les élèves, des prolongements d'activités sur l'hygiène et l'alimentation et des explications sur le corps humain.

24- Min Min le pingouin. Kit pédagogique sur le lavage des mains

Hygiadis, 2000

Ce kit pédagogique permet de sensibiliser les enfants au lavage des mains à l'aide d'une chanson. Une bande dessinée accompagne le CD audio en expliquant chaque étape du lavage des mains.

HYGIENE BUCCO-DENTAIRE

Littérature jeunesse

25- La brosse à dents

DUFRESNE D., MODERE A. (ill.)
Ed. Mango Jeunesse, 2004

Histoire sur la brosse à dents pour les tout petits. Apolline montre à son doudou comment se laver les dents.

26- Chokky au cirque

UFSBD (Union Française pour la Santé Bucco-dentaire), 2000

A la veille de la rentrée des classes, Stéphane a rendez-vous chez le dentiste et se demande pourquoi cette visite et le brossage régulier sont si importants alors que ses dents sont visiblement en bonne santé. La visite du cirque

et de ses coulisses avec Chokky sert de support pédagogique.

Guide pédagogique

27- Cahier pédagogique « Sourire pour Tous »

Fondation belge pour la santé dentaire, s.d.

Ce cahier pédagogique sur la santé bucco-dentaire se compose : de fiches pédagogiques, de défis sourire et de fiches enfant. Tous les documents ont été déclinés pour 3 tranches d'âge entre 6 et 12 ans.

http://www.sourirepourtous.be/cms/cahier_peda.php

Outils méthodologiques

28 Mission sourire avec Signaline !

UFSBD (Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire), 2006

L'objectif de cette mallette est de motiver les enfants à adopter une bonne hygiène bucco-dentaire. Il est destiné aux élèves des classes de CP. Le DVD présente en 3 dessins animés, l'aventure quotidienne de la souris Signaline et de ses deux amis : la brosse à dent et le dentifrice. Les fiches pédagogiques permettent de rappeler des notions simples de physiologie, pathologie et de prévention bucco-dentaire.

29- Le jeu souris sans carie

CHU (Centre Hospitalier Universitaire) Toulouse, Réseau Ville-hôpital d'Odontologie Sociale et Humanitaire, Délégation à la communication, 2005

Ce jeu, basé sur le principe du jeu de l'oie, vise à sensibiliser les enfants à l'hygiène dentaire.

30- Carie clic : tous les conseils & astuces pour se protéger de la carie

Laboratoire Gaba, 2004

Ce cédérom permet d'aborder la santé bucco-dentaire auprès des enfants de 2 à 6 ans. Il est divisé en 3 univers : le coin des enfants avec des jeux interactifs ; le coin des parents avec des conseils et astuces pour protéger les dents des enfants et adopter une bonne hygiène bucco-dentaire dès la première dent ; le coin des enseignants pour une sensibilisation à l'hygiène bucco-dentaire auprès des enfants.

31- Carie story

Terpan, 2003

Le matériel proposé permet d'offrir une information concrète sur la carie dentaire et donc de montrer l'intérêt du brossage des dents. Sur le socle est présentée une molaire. Divisible en trois éléments, ce matériel montre ce que provoque une carie à l'intérieur de la dent.

32- Petites histoires de dents

Pierre Fabre Oral Care, 2002

L'objectif de ce cédérom est de sensibiliser l'enfant à l'importance d'une bonne hygiène bucco-dentaire et de dédramatiser la relation entre l'enfant et son dentiste. Il comporte 8 jeux et épisodes animés, en compagnie de la famille Medtoons.

33- Set dentaire

Terpan, s.d.

Le set dentaire se compose de deux mâchoires articulées et d'une grande brosse à dent. Il permet de faire la démonstration d'une bonne technique de brossage des dents et d'utilisation du fil dentaire.

Sites Internet

Elgydium Junior

<http://www.elgydiumjunior.fr/>

M'T dents

Assurance Maladie et chirurgiens-dentistes

<http://www.mtdents.info/>

Sourire pour tous

Fondation belge pour la santé dentaire

http://www.sourirepourtous.be/cms/cahier_peda.php

UFSBD

Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire

<http://www.ufsbd.fr/>

PEDICULOSE

Ouvrage

34- Poux... poux... poux... Tout savoir sur les poux de tête

Gouvernement du Québec, 2004

Document d'information sur les poux, la prévention de la pédiculose et son traitement.

http://sbssa.ac-rouen.fr/IMG/pdf/Petit_dossier_des_poux-2.pdf

Littérature jeunesse

35- Louise a attrapé des poux

LAMBLIN C., FALLER R. (ill.), ROEDERER C. (ill.)

Nathan, 2004

Ce petit livre pour enfants sur le problème des poux à l'école est accompagné d'un livret pour les parents avec des conseils.

36- La chasse aux poux

L'école des loisirs, 1999

Histoire pour les tout petits sur les poux.

Outil méthodologique

37- Danse avec les poux

Question Santé, 2004

L'objectif de cette mallette est de sensibiliser parents, enfants et communauté éducative au problème des poux à l'école. Chaque outil proposé dans cette mallette comprend des clés (qu'est-ce qu'un pou, la prévention et le traitement) et des objectifs communs à développer chez l'enfant (sens critique, solidarité, tolérance, ...). Le manuel d'utilisation contient un dossier pédagogique à destination des animateurs.

SOMMEIL

Ouvrages et articles

38- Eduquer au sommeil

La santé de l'homme, n° 388, mars-avril 2007

Dans ce dossier, des experts dressent l'état des connaissances et présentent des actions de promotion du sommeil mises en œuvre en France.

39- Dodo, l'enfant do : Le sommeil du tout petit

ISRAEL J.

Spirale, n° 34, juin 2005

Dans ce dossier sur le sommeil du nourrisson et de l'enfant sont abordés : la neurophysiologie du sommeil de l'enfant ; le sommeil, la mémoire et les rêves ; les berceuses et comptines ; le sommeil des prématurés ; le sommeil du bébé en crèche ; la sieste en halte-garderie ; le sommeil ici et ailleurs ; la prise en charge des troubles du sommeil de l'enfant.

40- Le sommeil

Science & Vie Hors série, n° 220, septembre 2002

Ce dossier apporte des connaissances sur la physiologie du sommeil, les gènes qui le contrôlent, le mécanisme des rêves, les différentes pathologies du sommeil.

41- Rythmes de l'enfant : de l'horloge biologique aux rythmes scolaires.

INSERM (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale), 2001

Cet ouvrage présente les travaux d'un groupe d'experts concernant les rythmes biologiques de l'enfant.

42- La nuit

Enfances & Psy, n° 10, décembre 1999

Ce dossier sur la nuit aborde les thèmes suivants : la nuit et les enfants ; les berceuses ; l'endormissement du nourrisson ; les troubles du sommeil de l'enfant ; les rêves des femmes enceintes ; les adolescents et la nuit ; les jeunes en prison et la nuit ; la nuit à l'hôpital ; la nuit en internat.

Littérature jeunesse

43- Quand dormir devient un problème

SHANKLAND R., SAÏAS T., MUZO (ill.)

Ed. de la Martinière Jeunesse, 2006

Cet ouvrage accompagne les adolescents souffrant de troubles du sommeil en les aidant à repérer les causes de ces troubles et à retrouver un meilleur rythme. Cet ouvrage est conçu de manière ludique avec des illustrations, des informations et des témoignages d'adolescents.

44- Le sommeil et les rêves

NEVEU P., DELAUTRE A. (ill.)

Zoom éditions, 2006

Aristote tente de répondre à toutes les questions que se posent Oscar et Zoé sur le sommeil. On découvrira pourquoi on n'entend rien durant le sommeil, les différentes phases du sommeil, le fonctionnement de l'horloge biologique et l'importance du sommeil dans la croissance du corps comme dans la consolidation de la mémoire.

45- Le sommeil : Pourquoi faut-il faire la sieste ?

RASTOIN-FAUGERON F., CHAUD B. (ill.)

Nathan, 2005

Avec Rémi et Lilou, on apprend pourquoi il faut dormir, ce qu'il se passe pendant le sommeil, les mésaventures du sommeil, pourquoi on rêve, etc. Cette histoire est complétée par des conseils et des petits jeux.

46- Dico dodo

DOLTO C., FAURE-POIREE C., SANDERS A. (ill.)

Gallimard Jeunesse, 2003

Petit Dodo est un lutin de compagnie pour la nuit qui aide à chasser les monstres des cauchemars, à partager les rêves et à donner de bons conseils.

47- La sieste

DUFRESNE D., MODERE A. (ill.)

Mango Jeunesse, 2003

Histoire pour les tout petits sur Apolline qui ne veut pas faire la sieste.

48- Lili ne veut pas se coucher

SAINT-MARS D., BLOCH S. (ill.)

Ed. Calligram, 1997

Ce petit livre permet d'aborder le problème du sommeil avec humour.

Guide méthodologique

49- Gabriel au pays du sommeil

LEURIDAN S., DELOR A. (ill.)

CRES (Comité Régional d'Education pour la Santé) Nord-Pas-de-Calais, 2002

Ce livre permet de mieux comprendre le sommeil des enfants et d'ouvrir le dialogue entre adultes et enfants sur ce sujet.

Outils méthodologiques

50- L'ami sommeil

PROSOM, 2005

Ce jeu de 7 familles, destiné à tout public, permet d'aborder le sommeil et les rythmes de vie.

51- Le sommeil

RIFF INT Production, France 3, 2001

Emission télévisée « C'est pas sorcier » sur le sommeil. Les notions abordées sont les suivantes : pourquoi dort-on, pourquoi est-on fatigué, l'horloge biologique, les phases du sommeil, les troubles du sommeil, le fonctionnement de l'organisme pendant le sommeil.

Le prêt de cette vidéo est autorisée uniquement pour des actions au sein d'établissements scolaires.

52- Sommeil mon ami

MIGUET J., JULLIEN M., Centre audiovisuel de Grenoble
PROSOM (Association nationale de PROMotion des connaissances sur le SOMmeil), ADESSI (Association Départementale d'Education Sanitaire et Sociale de l'Isère), 1993

Cette vidéo est composée de sketches réalisés avec des enfants de 6 à 12 ans pour présenter différents aspects du sommeil : le sommeil et ses fonctions, l'endormissement, les troubles de la nuit, l'éveil, le fonctionnement physiologique. Cette vidéo est accompagnée d'un dossier technique sur le sommeil des enfants scolarisés en primaire.

Sites Internet

ISV

Institut national du Sommeil et de la Vigilance

<http://www.institut-sommeil-vigilance.org/>

La grande aventure du sommeil

Province du Luxembourg

Le sommeil expliqué aux enfants et aux adultes.

<http://www.sommeil.org/>

Le sommeil de A à Zzz

Centre des sciences de Montréal

<http://www.lesommeil.ca/>

Le sommeil, les rêves et l'éveil

Société Française de Recherche et de Médecine du Sommeil

<http://sommeil.univ-lyon1.fr/>

Sommeil et santé

Association Sommeil et santé

<http://www.sommeilsante.asso.fr/>

Le **Centre de ressources du CRAES-CRIPS Aquitaine** est ouvert du lundi au vendredi, de 13h à 17h.

Le prêt des ouvrages et outils est gratuit. Seul un chèque de caution est demandé pour les outils pédagogiques.

Le **prêt** des ouvrages et des revues est d'une durée de 15 jours, et d'1 semaine pour les outils pédagogiques.

Vous avez la possibilité de **réserver** les outils pédagogiques par téléphone.

Pour connaître tous les outils et guides pédagogiques disponibles au sein du Réseau aquitain des Comités d'éducation pour la santé, vous pouvez consulter la **pédagothèque** :

<http://www.educationsante-aquitaine.fr>

rubrique « Ressources documentaires ».

Pour toutes vos questions ou recherches, n'hésitez pas à **contacter les documentalistes** du Centre de ressources (Amélie Peter, Antoinette Jordan-Meille, Cécile Boudet) :

contact@cracs-crips.com

CRAES-CRIPS Aquitaine

6 quai de Paludate

33800 BORDEAUX

Téléphone : 05 56 33 34 10

Télécopie : 05 56 33 34 19

E-mail : contact@cracs-crips.com

Tous les documents cités dans cette bibliographie
sont disponibles au
**Centre de ressources documentaires
du CRAES-CRIPS Aquitaine.**