

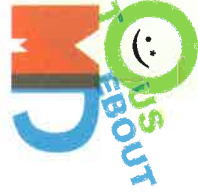
## ambassadeurs de la santé

Inventez un nom d'équipe et écrivez-le au feutre noir sur les pointillés.

Carnet des



Création d'éducation à la santé  
kms & lell



Prendre soin de soi, ça s'apprend. Et chacun de nous, où en sommes-nous ? Découvrez-le vite grâce à ce **TEST !**

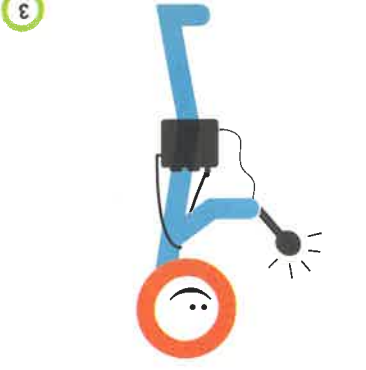
1. Se brosser les dents, c'est pour toi :  
  - Comme crier les chaussettes, tu le fais quand tu y penses...
  - « Jamais sans ma brosse à dents » : où que tu sois, elle ne te quitte pas !
  - 3 minutes matin et soir, et c'est déjà pas mal.
2. Une, deux, une, deux...  
  - C'est parti pour le cross de l'école !
  - Pas de souci, l'entraînement t'occupe tous les jours (et tant pis pour les copains, ils n'avaient qu'à te suivre !). Pour gagner, il faut souffrir.
  - Pfff, encore du sport... Pas envie de bouger ! De toute façon, tu arrives toujours le dernier, alors tu préfères te faire dispenser.
  - Après l'effort, le réconfort : avec les copains, on s'entraide sur le chemin, et à l'arrivée, tout le monde a le droit à un super goûter !
3. À la cantine, quand tu vois arriver le repas :  
  - Cet aliment-là, tu ne le connais pas, mais tu veux bien goûter à tout.
  - Pas sûr que cette pomme en dessert soit bio, tu n'ouvres pas la bouche.
  - Si c'est des frites, des pizzas ou des pâtes, tu es ravi(e).
4. Dormir c'est :  
  - Dans ton lit douillet, et minimum 14 heures.
  - Une perte de temps, tu préfères jouer.
  - Un peu de lecture, rêvasser, et à 21h, extinction des feux.
5. La télévision, le portable, l'ordinateur...  
  - Il n'y en a pas chez toi, et de toute façon ça ne t'intéresse pas.
  - Dès que tu es 5 minutes, tu te cales devant l'écran.
  - Ça te plaît, surtout pour jouer et en apprendre plus sur tes passions.
6. Pendant la récré, tu vois des copains jouer à la bagarre :  
  - Tu regardes sans rien faire.
  - Ça peut dégénérer, tu préfères un adulte.
  - Tu les rejoins, tu connais une belle prise.

## quel profil santé ?

Menez l'enquête... Avec un bloc-notes et un crayon, un appareil photo ou de quoi dessiner, partez en équipe à la rencontre d'un professionnel de santé ! Il vous aidera à en savoir plus sur le fonctionnement du corps humain et ses besoins.

Gestes d'ici et d'ailleurs...  
 Se laver les mains avec de l'eau et du savon, avant de manger. Avec ce geste simple, les microbes ne s'invitent pas dans notre assiette, et cela évite les maladies.

Qui interroger ? Un médecin scolaire ou de famille, un pharmacien, un dentiste, un diététicien ou une nutritionniste, un kinésithérapeute, un infirmier, un psychologue, mais aussi une cantinière, ou un responsable d'une association qui se préoccupe des malades, des personnes handicapées. Demandez à ce professionnel de vous expliquer son métier, questionnez-le sur la santé des enfants, et les gestes de prévention à adopter. Sur place, répartissez-vous les rôles : L'un prend des notes, l'autre des photos, le 3<sup>e</sup> pose les questions. Vous serez contents de retrouver par la suite une trace de ce que vous avez découvert, pour en parler aux copains, à votre famille...



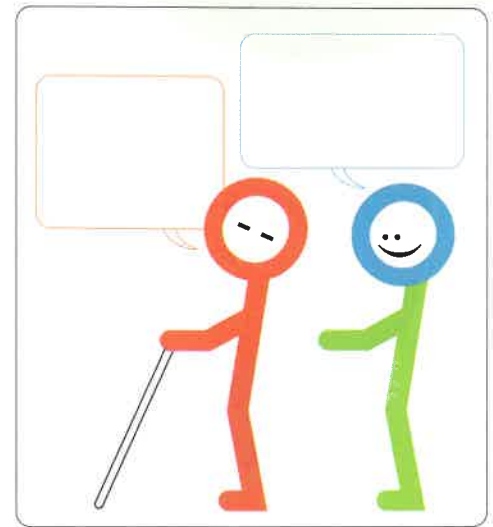
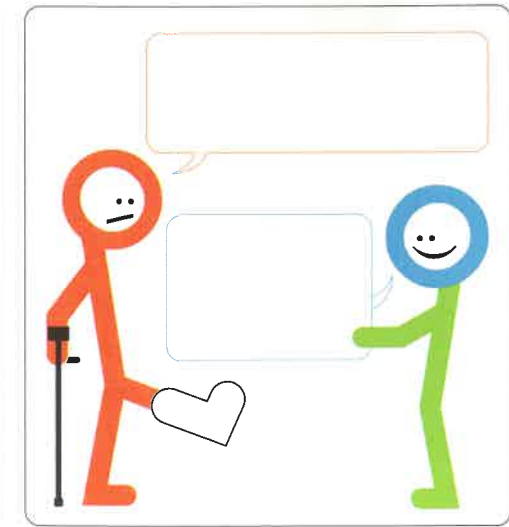
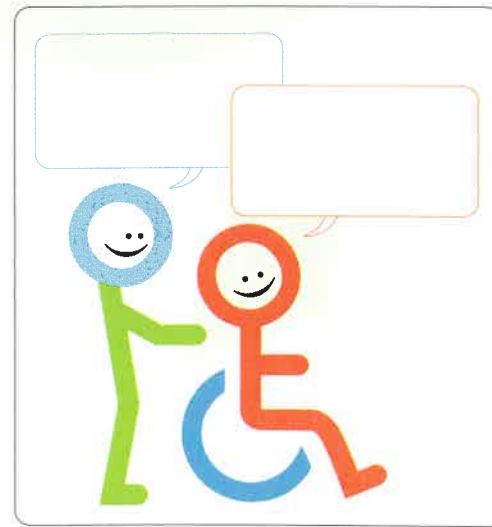
## Bien dans sa tête...

Prendre soin de l'autre peut nous rendre heureux. Comment ?

**Complétez** les bulles de ces trois vignettes.

Puis **jouez** ensemble ces trois scènes en essayant d'imaginer la suite.

Gestes d'ici et d'ailleurs...  
 Dire bonjour à ceux avec qui on partage sa journée, leur sourire, leur rendre service, fait du bien à tous.

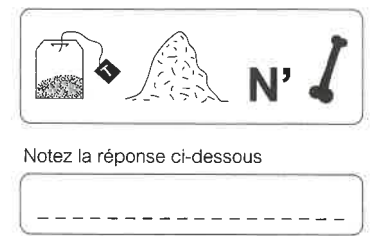


## Moins de pauvreté, plus de santé !

Tous les enfants du monde ont les mêmes droits. Y compris celui de vivre dans un environnement qui ne les met pas en danger.

Reliez les pointillés, puis coloriez cet équipement indispensable.

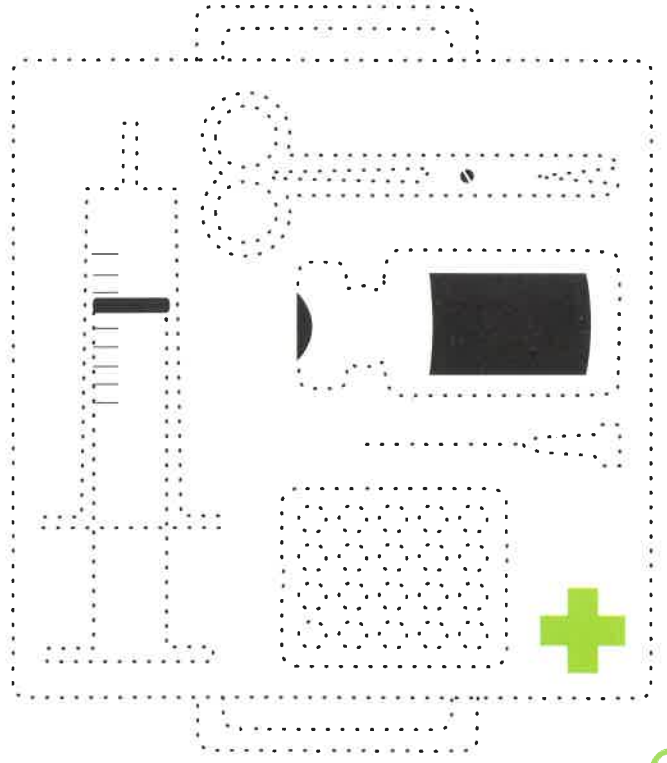
Décodez ce rébus et vous découvrirez le nom d'une maladie.



Notez la réponse ci-dessous

Gestes d'ici et d'ailleurs...  
 Se faire vacciner permet de se protéger mais aussi de protéger les autres.

Votre soutien à la campagne contribuera, à promouvoir l'hygiène, à éduquer à la nutrition, à mieux considérer les enfants, en Centrafrique, à Madagascar, au Pérou et en Égypte.





## Le carnet « clé en main »

### AVANT DE COMMENCER

#### Matériel

- La feuille imprimée du carnet.
- Une photocopie du verso.
- Une paire de ciseaux.
- Un feutre noir et des crayons de couleur.

### CONSIGNES PAR ACTIVITÉ

#### Test (p. 2)

Chaque équipe répond aux 6 questions, elle choisit l'une des 3 réponses proposées. À la fin du test, les joueurs totalisent le nombre de + et - et lisent le profil qui correspond au symbole qu'ils ont le plus souvent choisi.

#### Réponses :

**Tu as un maximum de :**  
 Monsieur/Madame « Toutentickel »  
 Pour toi, l'hygiène, c'est plus qu'important : c'est vital ! Et tu fais tout à fond ! Fourrant, ce ne doit pas être une obsession. Grâce aux microbes, ton corps apprend à se défendre. Alors prends soin de toi, mais également des autres, avec un peu plus de mesure : le plaisir aussi, c'est bon pour la santé !

#### Tu as un maximum de :

Monsieur/Madame « Justitimen »  
 Bravo ! Tu connais bien ton corps et les gestes qui préservent la santé, mais aussi celle des autres. D'ailleurs, n'hésite pas à leur expliquer les bonnes idées !

#### Tu as un maximum de :

Monsieur/Madame « Pointtrapanlot »  
 La santé, ce n'est pas vraiment ton souci, les autres y pensent pour toi. Essaie tout de même de faire un peu plus attention, et tu verras, un bon sommeil, de l'exercice physique, une nourriture équilibrée, c'est agréable !

#### Enquête (p. 3)

Préparez cette rencontre entre 2 enfants sur 10 n'ont pas eu accès dans leur entourage, à trouver les contacts Aidez-les à repérer l'un d'eux dans la situation familiale ou à la situation politique du pays (pauvreté, conflits...). Pourtant, les vaccins existent. Trois sont essentiels : ceux contre la diphtérie, le tétanos et la coqueluche. En France, plusieurs vaccins sont obligatoires dès la naissance. Vous en avez certainement déjà faits, demandez à vos parents de vous montrer votre carnet de santé.

#### Rebus (p. 6)

Après avoir découvert le nom de cette maladie, donnez ces quelques explications :  
 Le tétanos est une maladie infectieuse aiguë grave dont on peut mourir. Elle est due à une bactérie que l'on trouve souvent dans la terre et les selles des animaux, et qui entre généralement dans le corps par une plaie, même petite, et la contaminer, en se démultipliant. Un vaccin permet de l'éviter.

#### Pointillés à relier (p. 7)

Faites découvrir aux enfants que le dessin de cette page représente une toussée de secours contenant des objets pour la vaccination... Complétez par ces quelques explications :

**En 2010, plus de 8 enfants sur 10 dans le monde ont été vaccinés. 2 enfants sur 10 n'ont pas eu accès aux campagnes de vaccination pour une rencontre avec les enfants ou pour informer le collectif des KMS de vos actions.**  
**Faites une exposition** à partir des vignettes (p. 4-5) complétées par les enfants, en les reproduisant en grand format et en créant d'autres ateliers ateliers reprenant les propositions du carnet, mais aussi : un atelier jeux de société, en lien avec la santé (ex : Edukatasanté <http://www.abeilles-editions.fr/jeux-sociale-educatif/25-edukta-sante.html>) ; un forum pour rencontrer des acteurs de la santé, mais aussi des défenseurs des droits des enfants ; un atelier « gestes de premiers secours » ; un atelier de confection du bricolage ; un atelier « astuces et remèdes de grand-mère » pour se soigner.

#### CHOJETTE ON VA RIGOLER ET PROTÉGER NOTRE SANTÉ !

Au verso, rédigez un message autour de la santé et adressez-le à un élu, à une association ou à un malade.

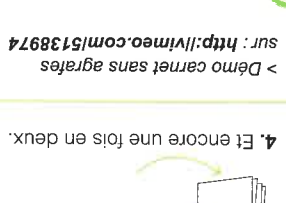
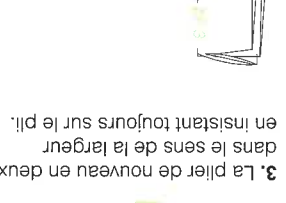
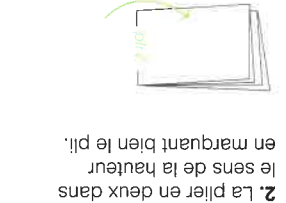
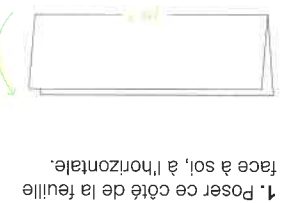
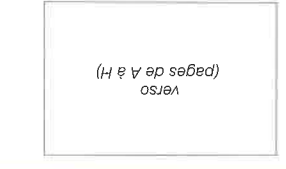
## Réalisation du carnet

### POUR ALLER PLUS LOIN

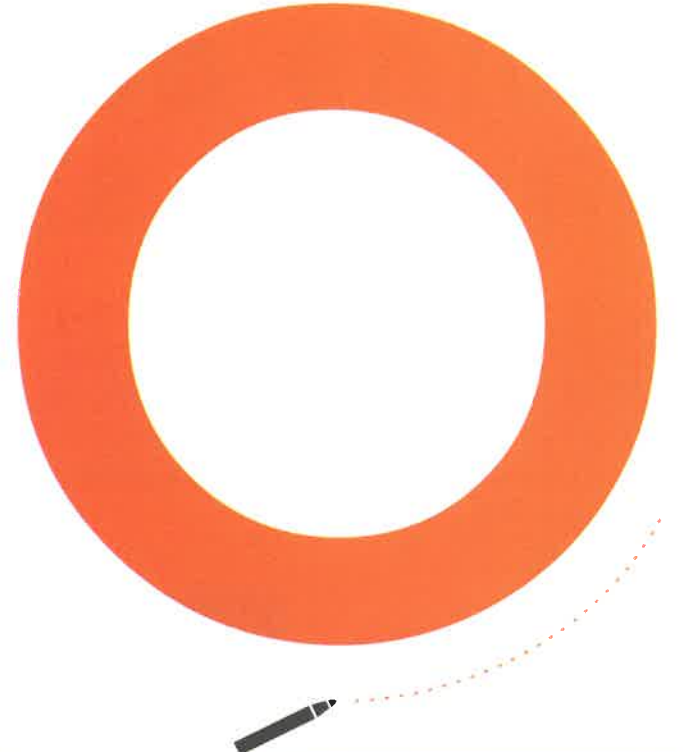
**Menez l'enquête** avec le carnet des ambassadeurs : posez les questions à discuter de notre hygiène de vie, amis... Les réponses vous invitent à discuter de notre hygiène de vie.

**Utilisez la carte postale** pour envoyer un message de soutien, face à soi, à l'horizontale.

**Organisez une journée** avec plusieurs ateliers reprenant les ateliers de société, en lien avec la santé (ex : Edukatasanté <http://www.abeilles-editions.fr/jeux-sociale-educatif/25-edukta-sante.html>) ; un forum pour rencontrer des acteurs de la santé, mais aussi des défenseurs des droits des enfants ; un atelier « gestes de premiers secours » ; un atelier de confection du bricolage ; un atelier « astuces et remèdes de grand-mère » pour se soigner.

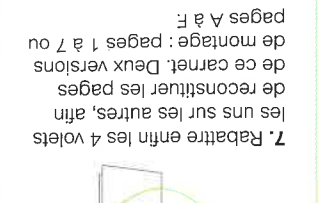
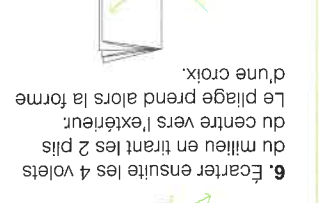
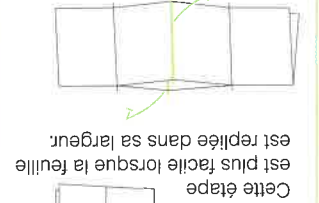


YEUX		etc...
BOUCHE		etc...
SIGNES PARTICULIERS		etc...



1. Poser ce côté de la feuille face à soi, à l'horizontale.
2. La plier en deux dans le sens de la hauteur en marquant bien le pli.
3. La plier de nouveau en deux dans le sens de la largeur en insistant toujours sur le pli.
4. Et encore une fois en deux.

**Démo carnet sans agrafes**  
 sur : <http://vimeo.com/5138974>



## Illustrez votre équipe des ambassadeurs de la santé

Dans ces quatre cercles, dessinez les expressions qui caractérisent chaque membre de votre équipe. Vous pouvez vous inspirer des éléments prédessinés en page D.

