

## HYGIÈNE DU CORPS

1. Tu prends une douche ou un bain :

Tous les jours     Tous les 2 jours     De temps en temps

2. Après avoir pris une douche : Tu changes de sous-vêtement (slip, chaussettes...)

Tous les jours     Tous les 2 jours     De temps en temps

3. Dans la douche :

Tu utilises toujours du savon     Tu te laves uniquement à l'eau claire

## HYGIÈNE VESTIMENTAIRE :

4. Tu changes de vêtements :

Tous les jours     Tous les 2 jours     Après un effort sportif     De temps en temps

## HYGIÈNE DES MAINS :



5. Tu te laves les mains :

Avant chaque repas     Quand elles sont sales     Après avoir été aux toilettes

Après s'être mouché     En rentrant à la maison     Pas très souvent

6. Tu te coupes régulièrement les ongles

Oui     Non

A. Il faut se laver les mains avant de manger afin d'enlever les microbes présents sur les mains     FAUX     VRAI

B. On peut mettre ses mains à la bouche si elles ne sont pas propres.     FAUX     VRAI

## HYGIÈNE NASALE :

7. Pour te moucher tu utilises :

Un mouchoir en papier     Un mouchoir en tissu

8. Quand tu tousses ou que tu éternues :

Tu mets toujours ta main devant la bouche     Tu oublies parfois de mettre ta main devant la bouche     Tu éternues dans ta manche

## HYGIÈNE DENTAIRE :



9. Tu te brosses les dents :

Après chaque repas     Uniquement le matin

Uniquement le soir     Matin et soir     Jamais

10. Le brossage

Tu te brosses toujours les dents pendant 2 minutes.

Tu te brosses les dents très rapidement.

Tu te brosses toujours les dents avec du dentifrice.

Il t'arrive de manger après t'être lavé les dents.

11. Tu vas chez le dentiste :

Au moins une fois par an     Uniquement quand tu as mal

## HYGIÈNE DES BLESSURES :

12. Quand tu te blesses :

Tu désinfectes toujours la plaie     Tu mets un pansement     Tu attends que la plaie guérisse toute seule

3) Si une personne fait un malaise, est blessée, il faut appeler les pompiers.

FAUX     VRAI

4) En cas d'incendie il faut appeler les pompiers.

FAUX       VRAI

5) En cas d'incendie, il faut utiliser les issues de sortie si c'est possible.

FAUX       VRAI

6) Jouer avec les couverts et les ustensiles de cuisine n'est pas dangereux.

FAUX       VRAI

8) Si quelqu'un a pris l'électricité, il faut couper le courant avant de toucher le corps sinon tu risques aussi de prendre l'électricité.

FAUX       VRAI

9) Il ne faut pas déplacer un corps car on ne sait pas si la personne blessée ou inconsciente a quelque chose de cassé ou de fracturé.

FAUX       VRAI

12) Je peux mettre un linge mouillé devant ma bouche et mon nez, en cas d'incendie.

FAUX       VRAI

13) Les produits chimiques ne sont pas dangereux.

FAUX       VRAI

16) Je peux manger des produits avariés.

FAUX       VRAI

18) Il faut bien faire cuire certains aliments, comme la viande par exemple.

FAUX       VRAI

#### HYGIENE DES MAINS :

1. Quand je me frictionne les mains, je suis plus efficace que quand je me les lave.

Vrai  Faux

2. La friction avec une solution hydro alcoolique ne présente pas de toxicité pour le professionnel qui l'utilise.

Vrai  Faux

3. Les 7 étapes de la friction peuvent être réalisées dans n'importe quel ordre.

Vrai  Faux

4. Pour une meilleure efficacité de la friction je dois procéder à un lavage des mains toutes les 4 frictions.

Vrai  Faux

5. Dans la vie quotidienne au domicile le lavage des mains avec de l'eau et du savon reste la meilleure attitude.

Vrai  Faux