

Activités pédagogiques

Vous trouverez les consignes détaillées relatives à chaque activité pédagogique ci-dessous. Voici un aperçu des activités pédagogiques parmi lesquelles le formateur peut choisir :

Référence	Nom	Méthodes	Durée
3.8.1	Déterminer les menaces sanitaires	Exercice individuel, discussion	10 minutes
3.8.2	Conseils d'hygiène	Réflexion	10 minutes

Activité pédagogique

3.8.1

Valeurs et compétences

MÉTHODE

Exercice individuel, discussion

OBJECTIF

Examiner les précautions sanitaires à prendre lors de la préparation d'un déploiement

DURÉE

10 minutes

- Exercice individuel : 5-7 minutes
- Discussion : 3 minutes

CONSIGNES

- Pensez à votre déploiement en mission.
- Réfléchissez à la destination, à la durée de la mission, au type de travail et à vos antécédents médicaux.
- En quoi ces éléments peuvent-ils affecter votre santé ?
- Quelles sont les précautions à prendre ?

RESSOURCES

- Activité pédagogique : consignes
- Support d'activité

Préparation

- Préparez un paperboard portant la question : En quoi ces éléments peuvent-ils affecter votre santé ? Ajoutez les sous-titres suivants sur la page :
 - Destination
 - Durée de l'affectation
 - Type de travail
 - Antécédents médicaux
- Préparez un autre paperboard portant la question : Quelles sont les précautions à prendre ?
- Préparez les points clés à l'aide du contenu du cours 3.8.
- Préparez-vous à donner les bonnes réponses aux questions découlant de la discussion, à l'aide des diapositives du cours 3.8.
- Préparez des documents papiers à l'intention des participants, portant sur la destination de leur déploiement, la durée l'affectation, le type de travail et les antécédents médicaux.

Consignes

1. Présentez l'activité et distribuez les documents. Les participants réfléchiront aux informations personnelles et travailleront sur un exercice individuel afin d'identifier les menaces potentielles pour leur santé.
2. Demandez aux participants de travailler de manière individuelle et de remplir le document.
3. Invitez les participants à avoir une discussion en groupe. Les participants doivent expliquer en quoi la destination de leur déploiement, la durée de l'affectation, le type de travail et leurs antécédents médicaux affecteront leur santé. Transférez les réponses sur la 1^{re} feuille du paperboard. Commencez à réfléchir vous-même, en vous servant de vos propres points clés.
4. Demandez aux participants de réfléchir aux menaces pour la santé dans l'environnement de la mission. Posez la question suivante aux participants : Quelles sont les précautions à prendre ? Invitez les participants à partager leurs réponses avec l'ensemble du groupe. Synthétisez les réponses, et notez-les à l'aide de la 2^{de} feuille du paperboard.
5. Utilisez les résultats du brainstorming pour présenter le contenu plus détaillé du cours 3.8.

3.8.1 Support pédagogique : déterminer les menaces sanitaires

Remplissez.

Destination du déploiement :
Durée de l'affectation :
Type de travail :
Antécédents médicaux :

Activité pédagogique

3.8.2

Conseils d'hygiène

MÉTHODE

Réflexion

OBJECTIF

Se préparer à l'hygiène alimentaire et personnelle dans l'environnement du maintien de la paix

DURÉE

10 minutes

- Réflexion : 5-7 minutes
- Discussion : 3 minutes

CONSIGNES

- Pensez à votre déploiement en mission.
- Réfléchissez à la destination, à la durée de la mission, au type de travail et à vos antécédents médicaux.
- En quoi ces éléments peuvent-ils affecter votre santé ?
- Quelles sont les précautions à prendre ?

RESSOURCES

- Activité pédagogique : consignes
- Support d'activité

Préparation

- Faites assez de copies du document à distribuer aux participants.
- Familiarisez-vous avec le document.
- Cherchez des images pour accentuer des points spécifiques.
- Inscrivez les phrases suivantes en haut du paperboard :
 - Une bonne hygiène personnelle est le meilleur moyen de prévenir la maladie !
 - Faites toujours en sorte que ce que vous buvez et ce que vous mangez soit sans danger !
 - Entretenir un « espace personnel » sain
 - Maintenir l'hygiène de l'enceinte et des espaces collectifs

Consignes

1. Présentez l'activité en rappelant aux participants que l'hygiène alimentaire et personnelle peut être un élément essentiel pour la santé.
2. Demandez aux participants de réfléchir en s'appuyant sur les quatre phrases. Recoupez avec le document fourni.
3. Pensez à préparer des copies du document pour référence, car les participants continueront à apprendre de leur côté.

3.8.2 Support pédagogique : Conseils d'hygiène

Conseils pour une bonne hygiène alimentaire et personnelle dans l'environnement du maintien de la paix

Une bonne hygiène personnelle est le meilleur moyen de prévenir la maladie !

- ✓ Ayez une bonne hygiène personnelle et lavez-vous régulièrement, toujours avec de l'eau propre.
- ✓ Mangez sainement, des produits variés.
- ✓ Faites régulièrement de l'exercice.
- ✓ Habillez-vous de manière à vous protéger.
- ✓ Vérifiez que vous n'avez pas de marques de piqûres sur la peau.
- ✓ Aérez et faites sécher régulièrement vos bottes pour empêcher les bactéries d'y proliférer.
- ✓ Repassez vos vêtements régulièrement, si possible, afin de tuer les petites bêtes, les insectes et les bactéries.
- ✓ Soyez prudent avec l'alcool et abstenez-vous de consommer de la drogue.
- ✓ N'ayez pas de relations sexuelles sans utiliser un préservatif.

Vérifiez toujours que ce que vous buvez et ce que vous mangez soit sans danger !

- ✓ Ne buvez que de l'eau provenant de bouteilles ou de conteneurs portant l'inscription « eau potable ».
- ✓ S'il n'y a pas d'eau potable, faites bouillir votre eau au moins dix minutes, ou utilisez des pastilles de purification de l'eau, en laissant assez de temps aux pastilles pour faire leur effet.
- ✓ Ne conservez jamais des boissons ou des bouteilles ouvertes plus de six heures.
- ✓ La viande doit être bien cuite (pas à point ni bleue).
- ✓ Les œufs doivent avoir entièrement coagulé avant de les manger.
- ✓ Si vous conservez de la nourriture, gardez-la dans des conteneurs fermés.
- ✓ Ne mangez que de la nourriture produite dans des établissements propres ou certifiés, et utilisez des ustensiles propres.

- ✓ Pour contrôler la population des rongeurs, ne mangez que dans les espaces spécialement dédiés.

Entretien votre « espace personnel »

- ✓ Utilisez des filets de maille ou de tulle pour couvrir les portes et les fenêtres en permanence.
- ✓ Dans les régions touchées par le paludisme, la dengue ou d'autres maladies transmises par les moustiques, dormez toujours sous une moustiquaire.
- ✓ Gardez propres toutes les surfaces en les nettoyant régulièrement.
- ✓ Ne mangez pas et ne conservez pas de nourriture sur et autour des lits, afin de ne pas attirer les rongeurs et les insectes.
- ✓ Aérez votre linge de lit régulièrement en plein soleil pour tuer les petites bêtes et les bactéries.
- ✓ Changez et lavez votre linge de lit régulièrement.

Maintenir l'hygiène de l'enceinte et des espaces collectifs

- ✓ Gardez les installations et les espaces collectifs propres et rangés en permanence.
- ✓ Éliminez les restes de nourriture de manière appropriée.
- ✓ Assurez l'élimination sanitaire des déchets solides et liquides.
- ✓ Gardez toutes les pièces propres, ventilées et protégées contre les rongeurs et les insectes.
- ✓ Éliminez les zones de reproduction pour les animaux et insectes porteurs de maladies ; par exemple, videz les eaux stagnantes et asséchez les flaques après la pluie.