

Pas touche !

Objectif

Renforcer les gestes barrières : prendre conscience du nombre de fois que l'on se touche le visage afin de le faire moins souvent.

Durée

Activité 1 : +/- 15 minutes, peut être répétée plusieurs fois

Activité 2 : +/- 1 heure, peut être répétée plusieurs fois

Matériel

Activité 1 : objet désagréable/gênant au toucher destiné à être placé sur l'index (petit pansement, dé à coudre en caoutchouc, mini ballon de baudruche, doigt d'un gant en caoutchouc découpé, objet bricolé par les enfants eux-mêmes, etc.).

Activité 2 : papier, crayon, éventuellement grille d'autosurveillance préimprimée (en annexe).

Courte description

Tout contact avec le visage, et notamment les membranes muqueuses (principalement la bouche, le nez et les yeux), favorise l'entrée dans le corps de virus et de bactéries. C'est pourquoi parmi les gestes barrière contre le Coronavirus préconisés par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) figurent par exemple le fait de se laver soigneusement les mains ou bien encore d'éviter de se toucher le visage. Mais contrairement au lavage des mains, se toucher le visage est une action inconsciemment répétée tout au long de la journée. La première étape pour réduire le nombre de fois que l'on se touche le visage consiste donc à en prendre conscience. Pour cela, il est possible de rendre l'action de se toucher le visage désagréable/gênante (activité 1) ou bien de pratiquer l'autosurveillance (activité 2).

Deux activités sont proposées ici. A la fin de chaque activité, l'adulte invite les enfants à faire le bilan du nombre de fois qu'ils se sont touché le visage et à discuter de leurs ressentis pendant le déroulement de l'activité. Cette discussion constitue l'occasion de les sensibiliser à l'importance des gestes barrière et peut leur permettre de se fixer des objectifs à atteindre (moins se toucher le visage). Il est également possible de répéter cette activité régulièrement en mettant les enfants au défi de constamment réduire les touchers de visage.

Activité 1 (C1-C4)

Pendant un temps déterminé tel que la récréation, les enfants doivent essayer de compter combien de fois ils touchent leur visage. Pour cela, ils placent sur l'index de leur main dominante (droite pour les droitiers et gauche pour les gauchers) quelque chose qui rendra l'action de se toucher le visage désagréable/gênante (p.ex. un petit pansement collé sur le bout du doigt, un dé à coudre en caoutchouc, un mini ballon de baudruche, un doigt d'un gant en caoutchouc découpé, etc.). L'important étant de s'assurer que l'objet provoque une sensation désagréable/gênante au toucher afin de permettre aux enfants de se rendre compte lorsqu'ils se touchent le visage.

Activité 2 (C3-C4)

Cette activité est sensée se dérouler en parallèle d'une autre activité principale. Pendant un temps déterminé (p.ex. pendant un atelier peinture), les enfants doivent essayer de compter combien de fois ils touchent leur visage. Pour cela, ils utilisent un document physique sur lequel ils notent un trait à chaque fois qu'ils se rendent compte qu'ils se sont touché le visage. Un exemple d'un tel document physique est proposé en annexe. Il comporte différentes catégories comme « le nez », « la bouche », « les oreilles », « les yeux », ou bien encore « une partie de la tête en général ». Pendant l'activité, l'adulte veille au respect des gestes barrière et les rappelle aux enfants. Il est recommandé que l'adulte participe également à l'activité et se rende disponible à l'interpellation par les enfants au cas où il se toucherait le visage sans s'en rendre compte.

Pas touche !

Nom :

Date :

