

## L'actu du jour

### Le mot du jour : hygiène

À l'occasion de la rentrée, des règles d'hygiène ont été expliquées et distribuées aux élèves, mais aussi dans les entreprises, pour limiter la transmission de la grippe A. Récapitulatif des Clés junior.



#### D'où vient ce mot ?

Du grec *hugieinon* qui fait référence à tout ce qui « contribue à la santé ». L'hygiène regroupe donc l'ensemble des principes et des pratiques qui peuvent préserver et améliorer la santé du corps mais également de l'esprit. L'expression « avoir une bonne hygiène de vie » signifie que l'on s'alimente sainement et que l'on prête attention à sa santé physique et mentale.

#### Que dit l'@ctu ?

La rentrée des classes et le retour des salariés dans leur entreprise équivalent à une forte concentration de personnes et donc de microbes ! Car la vie en collectivité facilite le déplacement des microbes de la grippe qui se transmettent par voie aérienne – toux, éternuements, postillons – et par contact physique avec une personne malade, lorsqu'on l'embrasse ou lui serre la main.

Pour éviter que le virus de la grippe ne se propage facilement, l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES) a édité quelques règles d'hygiène faciles à respecter :

- se couvrir la bouche de son bras quand on tousse ou éternue, se moucher dans un mouchoir en papier (de type Kleenex) à jeter après chaque usage ;
- se laver les mains plus souvent et plus soigneusement que d'habitude (avant les repas, après chaque passage aux toilettes, après avoir emprunté

les transports en commun, etc.) ;

- se tenir à l'écart des personnes infectées ;
- porter un masque de type chirurgical si l'on présente les premiers symptômes : il existe des masques customisés pour mettre un peu de légèreté à ce risque de pandémie !

En plus de ces gestes quotidiens, une campagne de vaccination pour les personnes fragilisées – jeunes enfants, personnes âgées, etc. – est envisagée.

Enfin, dans les zones les plus touchées, les entreprises et les écoles pourraient être fermées et, pour ces dernières, des cours par correspondance seraient organisés via la chaîne de télévision France 5, la radio France Culture et le site Internet [www.academie-en-ligne.fr](http://www.academie-en-ligne.fr).

Eh oui, l'épidémie de grippe ne vous dispensera pas d'apprendre vos leçons et de faire vos devoirs !

La question du jour :

Dans quel cas devrez-vous vous laver les mains ?

Pour répondre, clique sur le mot QUIZ

*Isabelle Pouyllau*

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](http://www.1jour1actu.com)