

L'Hygiène du corps

Un corps sale est un formidable terrain de développement microbiologique. Poussière, sueur ... L'effort physique, la chaleur, sont autant de facteurs favorisant la multiplication microbienne. Toute activité physique doit donc être suivie par une douche, ou un bain, avec utilisation efficace d'un détergent.



Et il faut bien entendu porter des vêtements propres et changer de sous - vêtements quotidiennement. Bien que le brossage des cheveux et les shampooings fassent partie des gestes courants, la pédiculose du cuir chevelu sévit de façon permanente en milieu scolaire.

Il est recommandé de prendre une douche par jour, ni trop longue ni trop chaude, au risque d'assécher la peau. En revanche, il est déconseillé de se laver les cheveux quotidiennement, pour éviter qu'ils ne s'abiment trop vite. La douche permet d'éliminer :

- la sueur ;
- une partie des microbes ;
- la saleté accumulée à la surface de la peau.

Les produits d'hygiène corporelle employés pour se doucher sont à choisir avec précaution, notamment en fonction du type de peau.

Tiré d'un site « Internet »

Questions

A. COMPREHENSION

1. Choisis la bonne réponse. Dans ce texte, l'auteur :
 - a. décrit.
 - b. explique.
 - c. raconte.
2. Complète le tableau suivant :

La source :	Le thème :	Les mots qui renvoient au thème :
		<ul style="list-style-type: none">••••
Ce qu'il faut faire :		Ce qu'il ne faut pas faire :
<ul style="list-style-type: none">••		<ul style="list-style-type: none">••

3. Lis le texte puis réponds aux questions suivantes :
 - a. Quels sont les facteurs qui favorisent la multiplication des microbes ?
 - b. Pourquoi est-il déconseillé de se laver les cheveux tous les jours ?
4. « La pédiculose », veut dire :
 - a. une marque de shampoing.
 - b. des poux dans vos cheveux.
 - c. éviter de prendre une douche.
5. Donne un mot de la même famille que : "longue".
6. Décompose le mot : "déconseillé".
7. « Quotidiennement », veut dire :
 - a. tous les jours.
 - b. une fois par jour.
 - c. jamais.
8. Remplace dans l'expression suivante le complément du nom souligné par un adjectif.
L'hygiène du corps. → L'hygiène

9. Transforme en phrase nominale.

Il est recommandé une douche par jour.

10. Transforme en phrase verbale.

Utilisation efficace d'un détergent.

11. Ils sont à prendre avec précaution. Le groupe souligné est un :

a. C.C.T

b. C.C.L

c. C.C.M

12. Complète.

- Un corps sale est un formidable terrain de développement microbiologique.

- Des cheveux -----

B. PRODUCTION ECRITE

Retrouve le texte en choisissant le mot qui convient :

eczémas – la douche – particulier – la prolifération – orteils – mauvaises – changées – séchage – humidité – quotidiennement

Texte

Nettoyage des pieds

Pour éviter des bactéries et les odeurs, les pieds doivent être nettoyés, sous par exemple, avec de l'eau et du savon.

• Un soin doit être apporté au Il ne doit rester aucune trace d'....., surtout entre les....., afin d'éviter l'apparition des.....,

• Dans le même ordre d'idée, les chaussettes doivent être très souvent

A. COMPREHENSION

1. L'auteur explique.

2.

La source :	Le thème :	Les mots qui renvoient au thème :
Un site internet	L'hygiène du corps	<ul style="list-style-type: none">• sale• microbiologiques• poussière• détergent
Ce qu'il faut faire :		Ce qu'il ne faut pas faire :
<ul style="list-style-type: none">• Porter des vêtements propres• Prendre une douche par jour.		<ul style="list-style-type: none">• Se laver les cheveux quotidiennement.• L'eau ne doit pas être trop chaude.

3.

a. L'effort physique et la chaleur

b. Il est déconseillé de se laver les cheveux tous les

jours pour éviter qu'ils ne s'abiment trop vite.

4. Des poux dans les cheveux.

5. Longueur – Allonger – Long

6. dé = préfixe - conseiller = radical

7. Tous les jours.

8. L'hygiène corporelle

9. Recommandation d'une douche par jour.

10. Utiliser efficacement un détergent.

11. C.C.M

12. Des cheveux sales sont un formidable terrain de développement microbiologique.

B. PRODUCTION ECRITE

Nettoyage des pieds

Pour éviter la prolifération de bactéries et les mauvaises odeurs, les pieds doivent être nettoyés quotidiennement, sous la douche par exemple, avec de l'eau et du savon.

• Un soin particulier doit être apporté au séchage. Il ne doit rester aucune trace d'humidité, surtout entre les orteils, afin d'éviter l'apparition des eczémas.

• Dans le même ordre d'idée, les chaussettes doivent être très souvent changées.