

## Aperçu

- Vous assurez la promotion de l'hygiène lorsque vous parlez aux membres de votre communauté de l'hygiène et de l'assainissement ainsi que des maladies contre lesquelles on peut lutter en suivant les pratiques recommandées dans ces domaines, à savoir, notamment, le choléra, la diarrhée, la typhoïde et l'hépatite E.
- La promotion de l'hygiène touche quatre domaines principaux : l'hygiène personnelle, le ménage (ou l'environnement), la conservation de l'eau et celle des aliments.

## Ce que vous pouvez faire to promote hygiene

### Hygiène de l'eau

- Si possible, utilisez toujours une source d'eau protégée (par exemple un puits profond équipé d'une pompe manuelle et d'un radier de béton).
- Traitez l'eau de toutes les autres sources. Utilisez des produits chimiques, un litre (en céramique ou autre), ou faites bouillir l'eau destinée à la consommation ou à la cuisine.
- Couvrez les récipients d'eau afin que la poussière, les insectes et les rongeurs n'y aient pas accès.
- Utilisez une tasse ou une cuillère à soupe (pas les mains) pour servir l'eau provenant du récipient.
- Lavez régulièrement les récipients de stockage de l'eau.
- Pour savoir comment garder l'eau propre et salubre, consultez la che action 30.

### Hygiène alimentaire

- Les aliments peuvent transmettre des germes et des maladies s'ils ne sont pas bien cuits ou propres.
- La nourriture peut être contaminée par des mains sales, des mouches, des ustensiles sales ou de l'eau contaminée.
- Cuisez bien les produits d'origine animale, notamment la viande et les œufs, pour éliminer les germes.
- Lavez les fruits et légumes soigneusement avec de l'eau propre.
- Lavez les ustensiles (assiettes, fourchettes, couteaux, etc.) avec de l'eau propre et du savon. Utilisez un égouttoir pour faire sécher la vaisselle.
- Voir la che action 31.

### Hygiène personnelle

- Lavez-vous les mains avec du savon après avoir utilisé les toilettes et nettoyé des selles d'enfant, et avant de cuisiner, de manger et d'allaiter.
- Lavez-vous le visage tous les jours avec de l'eau et du savon.
- Lavez-vous les dents tous les jours.
- Lavez fréquemment vos vêtements.
- Coupez-vous régulièrement les ongles.

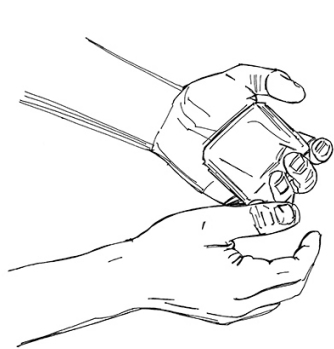
- Pour les femmes et les filles: utilisez les protections propres et sèches de votre choix (jetables ou réutilisables) pendant vos règles. Changez-les et lavez-vous aussi souvent que nécessaire. Ne partagez vos protections avec personne.

## Hygiène domestique (environnementale)

- Utilisez des latrines et maintenez-les propres. Prévoyez ce que vous ferez lorsque la fosse sera pleine.
- Jetez les selles des nourrissons et des enfants en toute sécurité dans les latrines.
- Débarrassez votre maison, votre terrain et votre communauté des selles d'animaux et des déchets.
- Évitez les plans d'eau stagnante dans votre communauté et sur votre terrain (les moustiques transmettant les maladies s'y reproduisent).
- S'il n'existe pas de service de collecte des déchets, enfouissez-les ou brûlez-les. Recyclez autant que possible.

## Ce que vous pouvez faire

- Ayez une conversation avec les membres de votre communauté à propos de l'hygiène. Associez-y les femmes, les dirigeants communautaires, les soignants et les décideurs. Assurez-vous qu'ils comprennent qu'une bonne hygiène est importante et qu'elle peut éviter la propagation de l'épidémie.
- Familiarisez-vous avec la manière dont les habitants obtiennent de l'eau, conservent la nourriture et l'eau, se débarrassent de leurs ordures, se lavent et utilisent les latrines.
- Cherchez les foyers dans lesquels des personnes sont malades. Aidez-les à identifier les pratiques à risque en matière d'hygiène et à modifier leur comportement.
- Montrez aux membres de votre communauté comment construire une installation simple pour le lavage des mains, par exemple un «tippy-tap».
- Soyez un bon modèle pour votre communauté. Utilisez des latrines propres, jetez vos ordures et lavez-vous souvent les mains.
- Essayez de collaborer avec les écoles et les centres de santé locaux pour améliorer leur hygiène et leur assainissement. Vous pouvez organiser un cours sur l'hygiène pour les élèves ou les enseignants, ou aider le dispensaire à construire un poste de lavage des mains ou une latrine en extérieur pour les patients.



*Lavez-vous les mains correctement avec du savon. Parlez aux membres de votre communauté.*

## Messages communautaires

Voir les messages de la communauté suivants pour soutenir promotion de l'hygiène:

- 4 - Conservation de l'eau
- 5 - Consommation d'eau propre et salubre
- 6 - Utilisation de latrines propres
- 8 - Lavage des mains avec du savon
- 9 - Quand se laver les mains
- 11 - Nettoyage des endroits où les moustiques se reproduisent
- 12 - Bonne hygiène des aliments
- 13 - Bonne hygiène personnelle
- 20 - Collecte et élimination des déchets