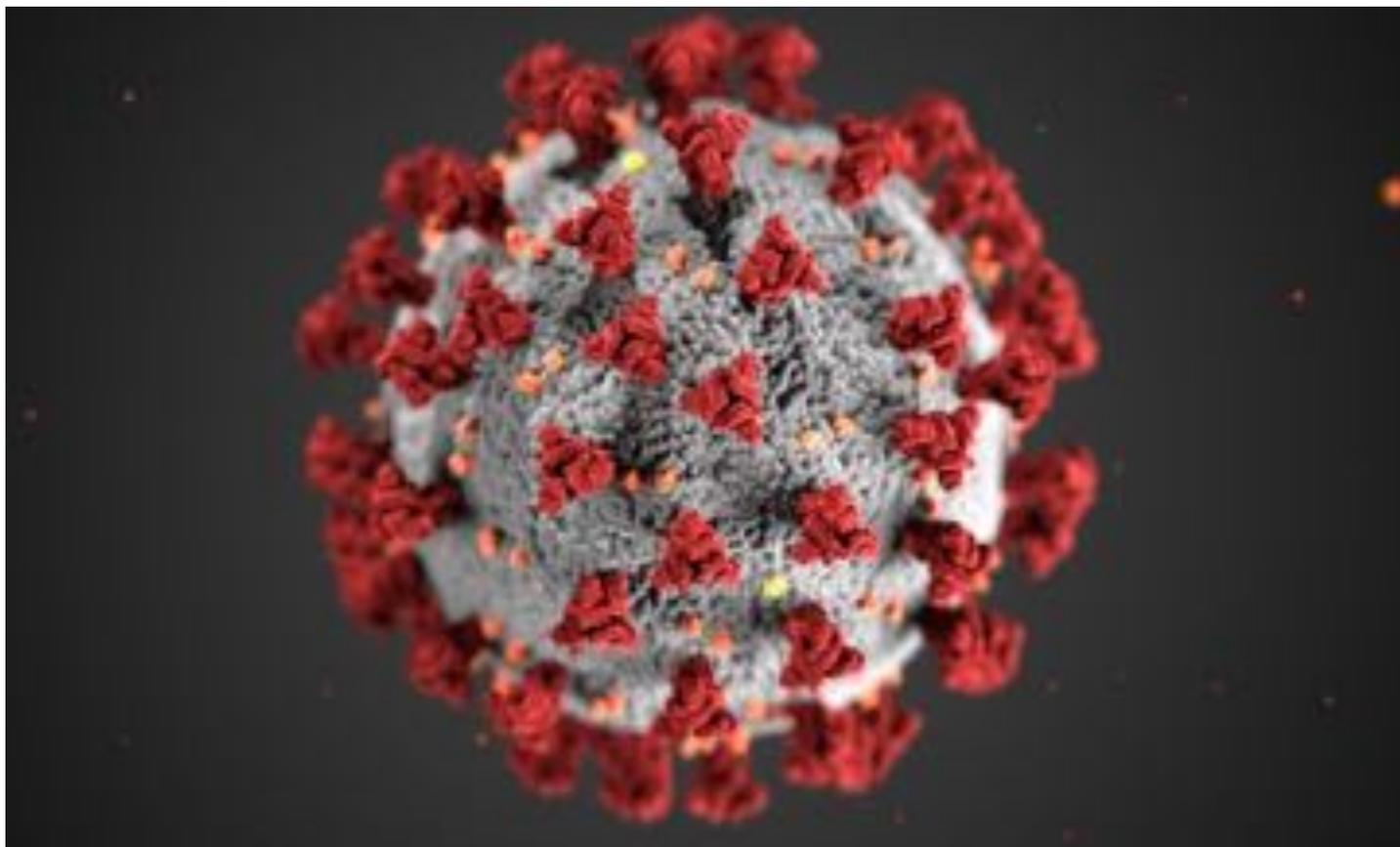

COVID-19 !

Comment puis-je me protéger et protéger les autres ?



SUSTAINABLE DEVELOPMENT **GOALS**

développé par



Smithsonian
Science Education Center

en collaboration avec

iap SCIENCE
HEALTH
POLICY
the interacademy partnership

Avis sur les droits d'auteur
 © 2020 Institution Smithsonian
 Tous droits réservés. Première édition 2020.

Aucune partie de ce module, ou des œuvres dérivées de ce module, ne peut être utilisée ou reproduite à quelque fin que ce soit, sauf pour une utilisation équitable sans l'autorisation écrite du Smithsonian Science Education Center.

Smithsonian Science Education Center apprécie grandement les efforts de toutes les personnes énumérées ci-dessous et dans la section Remerciements dans le développement de COVID-19 ! Comment puis-je me protéger et protéger les autres ? Chacun a apporté son expertise pour s'assurer que ce projet est de la plus haute qualité.

Personnel de développement du module Smithsonian Science Education Center	
Directeur exécutif -Dr. Carol O'Donnell	
Directeur de la Division des programmes d'études et des communications -Dr. Brian Mandell	Directeur de division des services professionnels - Dr. Amy D'Amico
Gestionnaire des médias numériques -Ashley Deese	Gestionnaire de programme pour le développement du leadership et les relations internationales -Katherine Blanchard
Rédacteur en chef -Patti Marohn	Développeur de programmes scientifiques -Andre Radloff
Assistant de programme -Alexa Mogck	Développeur de programmes scientifiques -Logan Schmidt
Spécialiste du projet de programme -Hannah Osborn	Producteur numérique -Ryan Seymour
Conseillers principaux de projets	
Dr. Marc Sprenger	Lisa A. Cooper, MD, MPH
Anne McDonough, MD	Cassie Morgan, MPH
Shweta Bansal, PhD	Dr. Maryam Bigdeli

Les contributions du Smithsonian Science Education Center : personnel de soutien aux modules, réviseurs techniques et correcteurs de traduction se trouvent dans la section Remerciements.

Conception de la couverture par Ashley Deese, SSEC ; conception de la mise en page par Ryan Seymour, SSEC et Ashley Deese, SSEC

Crédits d'image

Couverture - CDC/Alissa Eckert, MS ; Dan Higgins, MAMS
 Figure 1.1- Katherine Blanchard, SSEC
 Figure 1.2- Katherine Blanchard, SSEC

Figure 4.1- Logan Schmidt, SSEC
 Figure 5.1- Katherine Blanchard, SSEC
 Figure 7.1- Erin Lisette

Chers parents, soignants et éducateurs,

Alors que nous faisons face à la COVID-19 en tant que communauté mondiale, il peut être difficile de dire ce que nous ressentons en tant qu'adultes et encore plus difficile de discuter de ces sentiments avec les jeunes. Au fur et à mesure que les jeunes qui vous sont confiés parcourent ce guide, des questions difficiles peuvent surgir. Qu'est-ce que COVID-19 ? Que se passe-t-il dans le monde et comment les gens se sentent-ils ? Comment garder nos distances, nous laver les mains et nous couvrir le nez et la bouche peuvent-ils nous protéger ? Comment la COVID-19 a-t-elle des répercussions sur les familles et les collectivités ? Comment rester informé sur la COVID-19 peut-il faire la différence ? Quelles mesures puis-je prendre dès maintenant pour me protéger et protéger les autres ? Vous n'avez pas à avoir les “réponses” à aucune de ces questions. La chose la plus importante que vous pouvez offrir aux jeunes est l'honnêteté et la sécurité.

Ce guide puise dans la science. L'une des meilleures façons d'être à l'aise avec l'évolution de l'état du monde est de vous armer de la connaissance, puis d'utiliser cette connaissance pour faire une différence dans le monde. Cela vaut également pour les jeunes. À mesure que les jeunes du monde entier participeront aux activités de ce guide, ils acquerront une compréhension de la science qui sous-tend la COVID-19. Ils seront en mesure de partager leurs connaissances avec leur communauté, de créer des moyens concrets d'agir en cette période difficile et de savoir identifier les meilleurs endroits pour trouver des renseignements supplémentaires sur le sujet.

Mais cette nouvelle connaissance peut aussi être effrayante et écrasante pour les jeunes. Ils peuvent avoir besoin de soutien et de conseils de votre part pour situer leurs nouvelles connaissances dans le contexte. Demandez aux jeunes autour de vous ce qu'ils ressentent et ce qu'ils pensent de ce qu'ils ont appris. Validez les questions qu'ils vous posent, même s'ils les posent encore et encore.

Ces tâches sont conçues pour être accomplies en collaboration avec le jeune à votre charge. Chaque tâche est motivée par une question que les jeunes peuvent vous poser au sujet de la COVID-19. Chaque tâche est structurée de manière à aider les jeunes (et vous) à : (1) **Découvrir** les réponses à la question dans votre propre environnement ; (2) **Comprendre** la science qui sous-tend la question ; et ensuite (3) fournir des conseils pour vous aider, vous et les jeunes à votre charge à **Agir** grâce à votre nouvelle connaissance scientifique.

Que peuvent faire les jeunes pour utiliser leurs nouvelles connaissances pour se protéger et protéger les autres ? La tâche 1 devrait vous aider, vous et tous les jeunes qui vous intéressent, à comprendre qui ils sont afin qu'ils soient mieux préparés à comprendre les autres. Ceci est important car au fur et à mesure que vous accomplissez les tâches 2—4, vous interagissez avec les personnes avec lesquelles vous vous isolez ou avec vos amis ou vos familles virtuellement. Ces interactions aideront à fournir la compréhension fondamentale des tâches 5—7 sur la façon de vous protéger et de protéger les autres contre la COVID-19.

En tant que parent, dispensateur de soins ou éducateur, vous pouvez décider d'ignorer certaines questions, activités ou toute une tâche, car cela peut aller à l'encontre des directives locales ou vous inquiéter. C'est bon !

Personnalisez les interactions afin que votre santé et votre sécurité ainsi que celle des jeunes qui vous sont confiés soient la plus haute priorité.

À l'Institution Smithsonian, nous ne sommes pas les premiers intervenants, mais nous sommes des experts pour aider les jeunes à comprendre la science et comment elle a un impact sur le monde qui les entoure. Nous croyons également profondément en l'importance d'utiliser les Objectifs de développement durable (ODD) des Nations Unies comme cadre pour mettre l'accent sur les actions durables définies et mises en œuvre par les jeunes. Dans le cadre du projet Smithsonian Science for Global Goals, COVID-19 ! Comment puis-je me protéger et protéger les autres ? porte sur l'Objectif 3 (Bonne santé et bien-être), l'Objectif 4 (Éducation de qualité), l'Objectif 6 (Eau potable et assainissement) et l'Objectif 11 (Villes durables). Nous reconnaissons également le pouvoir incroyable de la collaboration et de la collaboration étroite avec les autres, même à distance. Nous sommes extrêmement reconnaissants à l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), à l'InterAcademy Partnership (IAP), à l'Université Johns Hopkins et à nos collègues du Smithsonian pour leurs points de vue et pour leur soutien technique afin d'assurer l'exactitude de la science. Nous sommes reconnaissants à la Fondation Gordon et Betty Moore pour leur soutien au cours du développement de ce module. Nous sommes également reconnaissants à l'OMS et au PEI d'avoir fourni les traductions et la correction d'épreuves pour que les jeunes et vous, en tant que parents, aidants et éducateurs du monde entier, puissent interagir avec ce contenu.

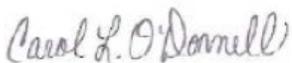
“Le Smithsonian Science Education Center rend la science passionnante et accessible aux enfants et aux jeunes du monde entier et les encourage à explorer le comment et le pourquoi des choses qui les entourent. Le projet Smithsonian Science for Global Goals utilise une méthodologie innovante où les enfants et les jeunes apprennent en faisant et doivent découvrir eux-mêmes les réponses. Comprendre la relation entre les êtres humains et l'environnement nous aidera à vivre en harmonie et à nous préparer à de futures pandémies. Avec tous les mythes et les idées fausses qui existent, il est important pour les enfants et les jeunes de comprendre la nature de cette pandémie et ce qui peut être fait pour prévenir de futures pandémies.” - Dr. Soumya Swaminathan, Scientifique en chef, Organisation mondiale de la Santé

“ Il est si important pour les enfants, où qu'ils se trouvent dans le monde, de développer leur compréhension scientifique et leur pensée rationnelle. Ce n'est qu'en étant en mesure de prendre des décisions rationnelles fondées sur les meilleures données scientifiques et factuelles que chacun d'entre nous pourra ajuster son comportement pour nous protéger et protéger nos familles contre des infections telles que la COVID-19. ” - Professor Volker ter Meulen, président du partenariat InterAcademy

La COVID-19, comme toute pandémie, est effrayante. Ça a bouleversé nos vies. Mais cela nous a aussi rapprochés en tant que communauté mondiale. Nous vivons peut-être au-delà des frontières géographiques, mais nous sommes tous ensemble dans ce combat. Et la science — et l'action — peuvent nous aider à gagner cette bataille ensemble.

Restez en sécurité. Restez en bonne santé. Restez informé.

Meilleures salutations,



Dr. Carol O'Donnell, Directeur
Centre d'éducation scientifique de Smithsonian

COVID-19 ! Vue d'ensemble du scénario

Tâche 1 : Que se passe-t-il dans le monde en ce moment ?.....Pg 1	Pg 1
Tâche 2 : Garder la distance les uns des autres autres peut-il aider ?....Pg 7	Pg 7
Tâche 3 : Comment couvrir nos nez et nos bouches peut-il aider ?Pg 12	Pg 12
Tâche 4 : Comment se laver les mains peut-il aider ?Pg 15	Pg 15
Tâche 5 : Comment la COVID-19 influe-t-elle sur les familles et les collectivités ?.....Pg 19	Pg 19
Tâche 6 : Comment rester informé du problème peut-il aider ?..... Pg 24	Pg 24
Tâche 7 : Quelles mesures puis-je prendre maintenant ?..... Pg 29	Pg 29
Références	Pg 33
Remerciements	Pg 35

Tâche 1: Que se passe-t-il dans le monde en ce moment ?

Découvrir : Comment la vie change-t-elle pendant la COVID-19 ? (15-30 minutes)

Tu as peut-être remarqué que beaucoup de choses ont changées ces derniers temps. Les adultes autour de toi peuvent sembler stressés ou anxieux. Tu ressens peut-être la même chose, surtout si tu as regardé les nouvelles, passé du temps sur les réseaux sociaux ou parlé à des amis.

Ce projet, COVID-19 ! Comment puis-je me protéger et protéger les autres ? t'aidera, ainsi que ta communauté, à comprendre la science du virus qui cause la COVID-19 ainsi que d'autres virus comme celui-ci. Il t'aidera à comprendre comment ce virus t'affecte ou pourrait t'affecter à l'avenir. Il t'aidera à comprendre les mesures que tu peux prendre pour te protéger et protéger ta communauté.

Dans ce projet, tu discuteras de ce que les gens pensent du virus. Tu vas étudier la science de ce virus. Tu exploreras les mesures de santé publique, quelles sont des choses qui se produisent dans ta communauté ou qui pourraient arriver bientôt pour empêcher la propagation de la COVID-19. Tu prendras des mesures pour soutenir la santé au sein de ta communauté.

1. Commence par une conversation. Tu peux parler à un parent, à un aidant ou à un adulte de confiance. Parle à un frère ou une sœur, à un ami ou à quelqu'un que tu peux appeler au téléphone est génial, aussi ! Tu peux utiliser la structure suivante pour guider votre conversation.
2. Si tu es en mesure de le faire, assieds-toi face à face avec ton partenaire. Prenez 30 secondes pour réfléchir à cette question : **Comment la vie a-t-elle changé récemment et comment je me sens à ce sujet ?**
3. Déterminez qui va parler et qui va écouter. Pendant les 2 prochaines minutes, l'orateur peut répondre librement à cette question. Le travail de l'auditeur est d'écouter activement, mais de ne rien dire. Une fois les 2 minutes terminées, changez de rôle.
4. Répétez le même modèle de conversation pour les trois questions suivantes :
 - a. Est-ce que je comprends pourquoi cela se produit ?
 - b. Quelles sont mes craintes au sujet de la COVID-19 ?
 - c. Qu'est-ce qui me réjouit ?
5. Une fois la conversation terminée, remercie ton partenaire. Discutez de votre échange et de ce dont vous pourriez vouloir parler plus en profondeur. Cette structure de conversation s'appelle une dyade. C'est une façon de parler de choses difficiles pour que tous se sentent entendus et respectés.¹

✓ **Sécurité émotionnelle** : cette conversation était-elle effrayante ? C'était triste ? Était-ce utile ? Tu verras cette note quand de tels sentiments pourraient surgir. C'est le bon moment pour te tourner vers un adulte de confiance ou un ami.

6. Au cours de ce projet, on te demandera de recueillir tes pensées, tes sentiments et tes recherches. C'est à toi de décider comment tu choisiras de les enregistrer. Conserve tes informations en sécurité. Pour que cela ne soit pas déroutant, nous l'appellerons un « cahier » pour le reste du projet. Il y a de bonnes raisons de faire ce projet² :
 - a. Il y a beaucoup de choses qui se passent dans le monde ! L'une des meilleures façons de traiter ce que tu ressens est de l'écrire.
 - b. Les scientifiques tiennent des registres ! Tout au long de leur recherche, les scientifiques recueillent des données sur ce qu'ils étudient afin que tout soit au même endroit.
 - c. Tu vis l'histoire ! On n'en a peut-être pas l'impression en ce moment, mais le monde connaît un événement historique majeur. L'Histoire est conservée au niveau mondial et au niveau de l'État. Mais toi aussi tu en fais partie. Un jour, les générations futures voudront savoir ce que c'était d'être ici maintenant.
7. Prends le temps d'enregistrer ce que tu ressens au sujet de la COVID-19 dans ton cahier. Quelle a été ton expérience jusqu'à présent ? Qu'as-tu appris de tes conversations Dyade ?

Comprendre : Comment me décrirais-je ? (30 minutes)

1. Il est temps de créer ta carte d'identité ! Une carte d'identité est un outil graphique qui peut aider les gens à comprendre les choses qui les façonnent en tant qu'individu. Tu peux le faire avec d'autres ou par toi-même. Tu peux écrire ta carte d'identité dans ton cahier.
2. Commence par ton nom au centre.
3. Mets un cercle autour de ton nom.
4. Réponds à la question : “Qui suis-je ?” ou “Qu'est-ce qui me décrit ?” Tu peux utiliser la liste suivante de catégories pour aider, mais ne te sens pas limité aux seules choses de cette liste.

Âge	École/Classe	Race ou ethnicité
Sexe	Nationalité	Religion
Origine familiale/origine	Intérêts, passe-temps ou choses que vous aimez faire pour le plaisir	Traits physiques (grands, cheveux noirs, yeux bleus, porte des lunettes)
Traits de personnalité (fort, drôle, triste, gentil)	Rôle dans la famille (sœur, fils, cousin)	Tout ce à quoi tu peux penser !

5. Si tu le souhaites, tu peux utiliser des objets autour de ta maison pour créer ta carte. Pour préserver ta carte, tu peux prendre une photo ou la capturer en mémoire.

6. Une jeune fille nommée Ada a créé deux versions de sa carte d'identité pour que tu puisses voir : elle ajoutera ces choses à sa carte à la fin de chaque ligne :

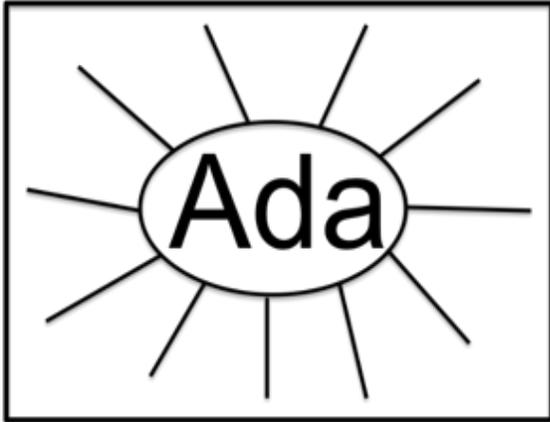


Figure 1.1 Il s'agit d'un exemple de carte d'identité.

- a. Grande sœur
- b. Aime les éléphants
- c. Souhaite voyager dans une grande ville
- d. Aime les bonbons
- e. Écoute beaucoup de musique
- f. Apprendre à coudre
- g. Le meilleur ami est Nina
- h. En 7e année (école primaire)
- i. Passe beaucoup de temps dans la nature
- j. Les couleurs préférées sont orange et vert



Figure 1.2 Ada a fait une carte d'identité avec des objets autour de sa maison. Ici, ils sont affichés.

7. La carte d'identité physique d'Ada inclut ces choses (avec un drapeau de son pays) :
- a. Puzzle pièce parce que son petit frère aime les puzzles
 - b. Modèle éléphant, qui est son animal préféré
 - c. Carte postale d'une grande ville parce qu'elle veut y voyager
 - d. Fruit parce qu'elle aime les bonbons
 - e. Écouteurs parce qu'elle écoute beaucoup de musique
 - f. Aiguille et fil parce qu'elle apprend à coudre
 - g. Bracelet de sa meilleure amie Nina
 - h. Carte "7" parce qu'elle est en 7e année
 - i. Feuille parce qu'elle passe beaucoup de temps dans la nature
 - j. Crayon orange et vert pour ses couleurs préférées

8. Qu'as-tu inclus dans ta carte d'identité ? Mets-les dans ton cahier, ou capture-le dans un souvenir. Si tu effectues cette activité avec quelqu'un d'autre, vous pouvez discuter ensemble de vos cartes d'identité. Voici des questions pour guider ta réflexion:
 - a. Comment ta carte d'identité pourrait-elle changer au fil du temps ?
 - b. Quel contrôle as-tu sur les choses qui sont sur ta carte d'identité ?
 - c. Comment les choses sur ta carte d'identité peuvent-elles affecter les décisions que tu prends dans la vie ?
9. Pense maintenant à la façon dont les choses sur ta carte d'identité affectent ta vie.
10. Reviens à la réalité de la COVID-19. Il est temps de dresser une carte de ce que tu sais et de ce que tu aimerais apprendre sur la COVID-19.
11. Dans ton cahier, trouve un nouvel espace et écris « COVID-19 » au centre. Encerle-le.
12. Écris ce que tu sais ou penses savoir sur la COVID-19. Voici des choses qui peuvent aider à guider ta réflexion :

Qu'est-ce que c'est ?	Peux-tu le voir, le goûter ou le toucher ?
Comment les gens l'attrapent ? Certaines personnes sont-elles plus susceptibles de l'attraper que d'autres ?	Y a-t-il des choses que tu peux faire pour te protéger et éviter de l'attraper ?
Que fait-il à ta communauté ?	Que fait-il au monde ?

13. Tu n'as pas besoin d'avoir toutes les réponses en ce moment. Si tu as des questions au sujet de la COVID-19, écris-les. Tout au long du projet, tu pourras peut-être répondre à certaines de ces questions. Tu as peut-être d'autres questions à ajouter à ta carte. Tu peux te référer à ces questions à la fin de chaque tâche.

Agir : Quelles sont les choses que tu peux faire pour te sentir en sécurité ? (30-45 minutes)

1. COVID-19 est effrayante pour tout le monde. Mais il y a certaines choses que tu peux faire pour t'aider à te sentir en sécurité :
 - a. Y a-t-il des choses que tu fais dans ta maison qui te mettent plus en sécurité ? Fais une liste de ces choses dans ton cahier.
 - b. Parle à d'autres personnes dans ta maison de la poursuite de ces pratiques.



Sécurité physique : Parle à un adulte pour t'assurer que ces choses sont conformes aux directives locales en matière de sécurité.

2. Une autre stratégie que tu peux appliquer chaque fois que tu te sens anxieux, nerveux ou effrayé est la respiration. Essaie ceci :
 - a. Si c'est confortable pour toi, commence par fermer les yeux.
 - b. Remarque ce que tu entends et ce que tu sens dans l'espace autour de vous.
 - c. Place tes mains sur votre ventre, juste en dessous de ton nombril.
 - d. Inspire par le nez. Remplis ton ventre d'air pour qu'il appuie contre tes mains.
 - e. Expire par la bouche, en repoussant tout l'air qui était dans ton ventre. Fais cela quatre fois de plus ou autant de fois que tu en as besoin pour te sentir plus calme et sécurisé³. Rappelle-toi que peu importe ce qui se passe, tu n'es pas seul(e). Des scientifiques, des chercheurs et des travailleurs de la santé du monde entier travaillent à la recherche de solutions à la COVID-19. Ils travaillent pour garder tout le monde en sécurité. Tu trouveras des citations de certains d'entre eux tout au long de ce projet. Avant de passer à la tâche suivante, voici quelques faits de base de la COVID-19 pour t'aider à démarrer.

3. Qu'est-ce que COVID-19?
 - a. COVID-19 est une maladie. Elle est causée par un virus appelé SARS-CoV-2. Les scientifiques pensent que ce virus s'est d'abord propagé d'un animal à une personne. Les scientifiques savent maintenant qu'il peut se propager d'une personne à une autre⁴. Les scientifiques essaient de savoir si ce virus peut se propager d'une personne à l'autre.
 - b. Le virus CoV-2 du SRAS fait partie d'une famille de virus appelés « coronavirus ». L'illustration sur la couverture de ce module est celle d'un coronavirus. Ils sont appelés ainsi parce que les structures pointues émergeant des virus ressemblent à une couronne ou à une « corona » lorsque les scientifiques les regardent sous un microscope.⁵
 - c. La COVID-19 est difficile à suivre ou à tracer car il faut entre 1 et 14 jours pour que les gens commencent à se sentir malades ou à “montrer des symptômes.”
 - d. Un symptôme est ce que les gens ressentent quand ils sont malades. Les symptômes de la COVID-19 peuvent inclure : fièvre, toux sèche, fatigue, douleurs corporelles, essoufflement ou difficulté à respirer. Certaines personnes peuvent également perdre leur sens de l'odorat ou le goût. Un nez bouché ou un mal de gorge sont rares.
 - e. Certaines personnes qui contractent la COVID-19 deviennent très malades et ont du mal à respirer. Les personnes âgées et celles qui ont d'autres problèmes médicaux ont plus de chances de devenir très malades, même si cela peut arriver à n'importe qui.
 - f. Certaines personnes qui transportent le virus dans leur corps ne montreront jamais de symptômes ou n'auront jamais l'air malade. Mais ils peuvent encore transmettre la maladie aux autres. C'est ce qu'on appelle être “asymptomatique.”⁶
 - g. Ce virus affecte la santé des gens du monde entier. Cela change également la façon dont les gens interagissent les uns avec les autres, comment ils font des affaires, leur impact sur la Terre et ce qu'ils pensent être bien et mal. Tu peux en apprendre davantage sur ces perspectives sociales, économiques, culturelles, environnementales et éthiques tout au long du projet. Recherche des informations auprès d'experts et des activités.

4. Cette maladie évolue. Pour obtenir les informations les plus récentes, consulte les sections de ressources supplémentaires ci-dessous.

5. Une chose que tu peux faire pour te sentir en sécurité grâce à la COVID-19 est d'en apprendre davantage à ce sujet. Plus tu comprendras, moins cela te paraîtra effrayant. Plus tu comprendras, mieux tu pourras te protéger.

“Il y a toujours deux pandémies. La première et la plus évidente est la propagation mondiale d'un pathogène - virus, bactéries, etc. La seconde cause tout autant de dommages, mais n'est pas toujours reconnue ou nommée. C'est de la peur. Parfois, la peur mobilisera du temps et des ressources alors que les gens essaient de faire quelque chose. Regarde et vois si les réactions chez les gens autour de toi et en toi-même sont basées sur des peurs ou des faits.” - Anne McDonough, MD, MPH, agente d'urgence en santé publique, Smithsonian Occupational Health Services, États-Unis

6. Dans le reste de ce projet, tu découvriras de nombreux aspects de la COVID-19. Dans certains cas, tu apprendras directement des scientifiques et des chercheurs travaillant dans le monde entier. Tu trouveras des citations d'eux tout au long de ce projet. Tu trouveras des réponses à de nombreuses questions auxquelles tu as pensé plus tôt et j'espère que tu te sentiras plus en sécurité !

Ressources supplémentaires :

Questions et réponses de l'Organisation mondiale de la Santé sur les coronavirus (COVID-19) : un aperçu de la COVID-19, de ses symptômes et de la façon de se protéger.

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

Virus respiratoires émergents, y compris COVID-19 : méthodes de détection, de prévention, d'intervention et de contrôle : aperçu vidéo du COVID-19 et d'autres coronavirus.

<https://openwho.org/courses/introduction-to-ncov>

Tâche 2 : Garder la distance les uns des autres autres peut-il aider ?

Découvrir : As-tu remarqué si les gens se tiennent à distance les uns des autres ? (15-30 minutes)

1. Réfléchis aux questions suivantes. Écris tes idées dans ton cahier.
 - a. As-tu entendu parler autour de toi, à la maison ou dans ton quartier, sur le besoin de garder la distance avec les autres ? Pourquoi penses-tu qu'il faut faire cela ?
 - b. Existe-t-il des mesures ordonnées par les autorités pour garder la distance avec les autres, là où tu habites ? Qu'est-ce que tu penses à propos de ces mesures ?
 - c. S'il n'y a pas actuellement d'ordre de rester à la maison là où tu habites, réponds à cette question. Qu'est-ce que tu penserais si le gouvernement t'obligeait à rester à la maison et à ne plus sortir pendant plusieurs semaines ou mois ?
2. Interroge les membres de ta famille en utilisant les questions suivantes. Prends des notes dans ton cahier.
 - a. Est-ce que tu gardes une distance avec les autres ? Si oui, pourquoi ? Si non, pourquoi pas ?
 - b. As-tu été en contact récemment avec des personnes malades ? Si oui, quand et où ?
 - c. Penses-tu que les autres membres du foyer devraient se tenir à distance des gens quand elles sont à l'extérieur de la maison ? Pourquoi ? et si la réponse est non pourquoi ils ne devraient pas le faire ?

↑↑ **Conseil d'apprentissage : Lorsque tu mènes un sondage, pose toujours les mêmes questions à tout le monde. Enregistre tes réponses de la même manière à chaque fois. Garde toutes tes réponses ensemble afin que tu puisses y rechercher des tendances plus tard !**

✓ **Sécurité émotionnelle : Parfois les gens n'aiment pas parler de leurs habitudes personnelles. C'est ok ! Tu peux passer une question. Ou simplement poser la dernière question sur ce qu'ils pensent qu'il faudrait faire ?**

Comprendre : Pourquoi garder une distanciation physique avec les autres est-il si important ? (45 minutes)

1. Pense aux perspectives sociales du problème dans ton environnement en lisant les explications d'un expert.

“La COVID19 se propage par des gouttelettes respiratoires. Ces gouttelettes voyagent d'une personne à l'autre, y compris à travers nos mains. Pense à une journée typique dans ton quartier. Tu vas saluer tes amis

avec des poignées de main, des accolades ou des bises. Tu fais des courses au magasin en utilisant de l'argent qui passe de personne en personne. Tu interagis constamment de forme étroite avec des personnes et des choses. Ce sont toutes des occasions de diffuser la COVID. Limiter ces interactions et contacts aide à réduire la transmission au sein de la communauté. - Cassie Morgan, coordonnatrice du développement durable de Kuunika, Cooper Smith, Malawi

2. Pour saisir pourquoi la distanciation physique est si importante, tu dois comprendre trois autres choses à propos de COVID-19 : **les gouttelettes respiratoires, le fait d'être asymptomatique, et le contact ?** Reproduis l'exercice suivant :
 - a. Souffle lentement à l'intérieur d'une tasse ou sur un miroir. Ensuite, observe et sente l'intérieur de la tasse ou le miroir.
 - b. Tu as remarqué que la surface apparaît humide ? Ceci est un exemple de gouttelettes respiratoires.
3. Lis ce qui suit pour en savoir plus :

Les gouttelettes respiratoires sont de très petites gouttes qui proviennent des poumons, du nez et de la bouche. Quand une personne tousse, éternue ou parle, les gouttelettes peuvent sortir du corps. Ces gouttelettes sortent du corps par la salive et les sécrétions nasales. Les gouttes respiratoires sont principalement constituées d'eau. Toutes les personnes, même si elles ne sont pas malades, produisent des gouttelettes respiratoires.

Les gouttelettes respiratoires peuvent être de taille différente. Les éternuements et la toux peuvent produire de grosses gouttelettes. Ces gouttelettes peuvent propager la COVID-19 si la personne est infectée par le virus. Lorsque des personnes en bonne santé entrent en contact avec des gouttelettes respiratoires d'une personne atteinte de COVID-19, le virus peut leur être transmis. Certaines personnes qui transportent le virus dans leur corps ne montrent pas de symptômes et n'ont pas l'air malade, mais elles peuvent encore transmettre la maladie à d'autres⁶ C'est ce qu'on appelle "**être asymptomatique.**"⁶

Être asymptomatique signifie que vous pouvez toujours transmettre le virus à d'autres personnes de la même manière que les personnes qui sont malades. Cela se produit à travers la propagation et le contact avec des gouttelettes respiratoires.

Il y a des types différents de **contact** qui peuvent aider à la propagation des gouttelettes respiratoires entre les personnes.

- a. **Contact direct** - Toute personne qui est en contact étroit (à moins de 2 mètres) avec quelqu'un qui a des symptômes respiratoires (toux). Le risque est d'exposer directement ta bouche, ton nez ou tes yeux aux gouttelettes respiratoires de la personne malade. Dans ces situations, tu es plus susceptible de respirer le virus lorsqu'une personne malade tousse, éternue ou parle.
- b. **Contact indirect** - Les gouttelettes respiratoires contenant le virus provenant d'une toux, d'un éternuement ou de la conversation peuvent atterrir sur des objets comme ta main, une table ou la poignée de la porte. Le virus qui produit la COVID-19 peut y rester pendant un certain temps, allant de quelques heures à plusieurs jours. Une autre personne pourrait alors toucher l'objet avec sa main. Si cette personne touche ensuite son visage, sa bouche, son nez ou ses yeux, le virus peut pénétrer dans son corps.

Comprendre comment bougent les gouttelettes respiratoires est un élément important de la propagation de la maladie COVID-19. Rappelle-toi que le virus COVID-19 peut se propager d'une personne à l'autre par ces gouttelettes.

● **Sécurité physique : Assurer la sécurité des personnes est toujours important lors de l'étude de maladies comme la COVID-19. Dans ces cas, il est parfois utile d'utiliser un modèle d'étude. Comme vous l'avez appris plus tôt, les gouttelettes respiratoires sont principalement constituées d'eau. Donc, au lieu d'étudier les vraies gouttelettes respiratoires qui proviennent de la toux et des éternuements, tu vas étudier un modèle en utilisant de l'eau.**

4. Maintenant, tu vas créer un modèle de gouttelettes respiratoires. Ce modèle avec de l'eau t'aidera à observer la distance à laquelle les gouttelettes d'eau peuvent se déplacer. Ces observations vont t'aider à mieux comprendre l'importance de garder une distance de sécurité avec les autres surtout quand ils toussent, éternuent et parlent.

Tu auras besoin des matériaux suivant : un bol ou une tasse avec assez d'eau, un chiffon pour nettoyer l'eau sur les mains et les surfaces, un appareil de mesure (une règle ou bien tu peux mesurer avec tes pieds), quelques objets ou un ruban adhésif pour marquer les distances.

● **Sécurité physique : demande à un adulte ou à une personne plus âgée de ta famille de t'aider. Avant de commencer cette expérience, tu dois te laver les mains pendant 40 secondes avec de l'eau et du savon.**

5. Cherche un espace ouvert devant un mur, à l'intérieur ou à l'extérieur de votre maison. Assure-toi d'avoir la permission de mettre un peu d'eau, si c'est la salle de bain ou un mur extérieur. Voici comment doit être cet espace :
 - a. Tu dois être capable de te tenir très près du mur.
 - b. Tu dois également être capable de te tenir à au moins 2 mètres (4-6 pas) ou plus loin du mur sans que rien ne te gêne.
6. À l'aide de ton appareil de mesure, marque les distances suivantes sur le sol en comptant depuis le mur : 50 cm, 1m, 1.5 m, 2m. Tu peux sinon simplement compter les pas (1 pas du mur, 2 pas, 3 pas, 4 pas).
7. Tiens-toi face au mur à 50 cm avec le bol rempli d'eau.
8. Tu vas maintenant modéliser les gouttelettes respiratoires quittant ta bouche et ton nez par la toux ou l'éternuement. Pour cela, tu vas disperser l'eau du bol à l'aide de ta main et en direction du mur. Pour ce faire:
 - a. Tiens le bol d'eau d'une main sous ton menton pour éviter qu'elle ne coule.
 - b. Trempe l'autre main dans l'eau et mouille tes doigts.
 - c. Ferme ta main en poing. Souleve rapidement le poing au-dessus du bol.
 - d. Répands l'eau avec tes doigts 2-3 fois. Une partie de l'eau devrait se diriger vers le mur. Si ce n'est pas le cas, pratique et rajuste jusqu'à ce que tu trouves la bonne méthode.
9. Regarde de près le motif qui font les gouttelettes d'eau sur le mur et sur le sol en face de toi. Fais un dessin et prends des notes dans ton cahier.
 - a. Toutes les gouttelettes sont-elles de la même taille ?

- b. À quelle hauteur du mur se trouvent les gouttelettes les plus hautes et les plus basses ?
 - c. A quelle point les gouttelettes sont-elles proches les unes des autres ?
 - d. Y a-t-il plus de gouttelettes sur le sol ou sur le mur ?
10. Utilise ton chiffon pour nettoyer et sécher le mur et le sol.
 11. Répète l'expérience à une distance de 1 m (2 pas), 1.5 m (3 pas) et 2 m (4 pas) du mur. Nettoie et sèche le mur et le sol entre chaque essai.
 12. Compare et contraste tes observations aux différentes distances. Crée un graphique dans ton cahier pour comparer les données pour chaque distance.
 13. Si des gouttelettes d'eau atteignent toujours le mur à une distance de 2 m (4 pas), essaie ceci : Continue à t'éloigner davantage du mur en augmentant la distance de 50 cm (1 pas) à chaque fois pour voir à quelle distance tu dois te tenir jusqu'à ce qu'aucune gouttelette n'atteigne le mur.
 - a. Quelle est la distance la plus éloignée que tu arrives à faire glisser des gouttelettes d'eau sur le mur ?
 - b. Écris tes observations dans ton cahier.
 14. Rappelle-toi que l'eau simule des gouttelettes potentiellement infectées qui quittent le corps lorsque tu tousses, éternues, parles ou respirez. Compte tenu de tes observations sur ce modèle, pourquoi la distance est-elle un facteur important à prendre en considération pour te protéger et protéger les autres ? Écris tes idées dans ton cahier.

Agir : Que peux-tu faire (ou partager) au sujet de la distanciation physique ? (15-30 minutes)

1. Pense aux perspectives économiques, culturelles et sociales du problème en lisant les avis des experts.

“L'économie est l'un des facteurs principaux que les personnes utilisent pour survivre. La nécessité de survivre aux menaces immédiates de famine, de manque d'abri, de sécurité, d'eau et de moyens de subsistance pour un individu, une famille ou une communauté est le moteur le plus intense du comportement. Si vous ne pouvez pas acheter assez de nourriture pendant 2 semaines, ou si vous ne pouvez pas garder pendant 2 semaines une distance de sécurité de 2 mètres avec des autres personnes, vous ne serez pas en mesure de respecter les règles de distance sociale ou de rester à la maison. Votre besoin de manger ou de trouver de l'eau vous fera sortir de la maison, de travailler et d'interagir avec les autres. Si cela n'est pas compris et pris en considération, alors cette intervention en cas de pandémie n'est pas adéquatement réfléchi.” - Anne McDonough, MD, MPH, agente d'urgence en santé publique, Smithsonian Occupational Health Services, États-Unis

“Pendant une pandémie, les recommandations guidées par la science peuvent entrer en conflit avec les croyances et les valeurs culturelles des gens. Par exemple, dans certaines cultures, la valeur accordée aux rassemblements collectifs pour le culte ou pour d'autres grands événements est très importante. Certaines personnes peuvent percevoir que les recommandations en matière de santé publique pour maintenir une distance sociale ou pour éviter tout contact physique sont difficiles à accepter. Ils peuvent choisir de ne pas suivre ces recommandations de distanciation physique.” – Dr. Lisa Cooper, Université John Hopkins, États-Unis et Ghana

2. Écris la réponse à cette question dans ton cahier :
 - a. Penses-tu que maintenir une distanciation physique t'aidera à te protéger contre le virus responsable du COVID-19 ?
 - b. Pourrais tu changer ta réponse maintenant ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 3. Maintenant que tu comprends mieux l'enjeu de maintenir une distanciation physique, choisis un moyen de partager tes connaissances aux autres.
 - a. Demande à quelqu'un de chez toi de respirer dans une tasse. Voient-ils les gouttelettes respiratoires ?
 - b. Utilise le bol d'activité aquatique pour modéliser la propagation des gouttelettes avec quelqu'un de ta maison.
 - c. Dis aux autres comment la propagation des gouttelettes respiratoires se produit et pourquoi maintenir une distance de sécurité est important.
 - d. Fais un dessin ou une affiche, explique-le à ta famille ou à tes amis, fais un podcast ou enregistre une vidéo. Dans la tâche 1, tu as lu que la COVID-19 peut changer la façon dont les gens ressentent ce qui est bien et mal (rappelle-toi que cela s'appelle l'éthique). Imagine que quelqu'un te dit : "Je n'ai pas besoin de maintenir une distanciation physique. Je ne suis pas malade."
 - e. Réfléchis à comment cela te ferait sentir. Pense-tu que penser ceci c'est bien ou mal ?
 - f. Que dirais-tu à cette personne ?
 4. Souviens-toi que tu as également lu comment la COVID-19 change la façon dont les gens travaillent. C'est ce qu'on appelle un effet économique. Certaines personnes ne peuvent pas maintenir une distanciation physique parce qu'elles doivent travailler dans des espaces proches. Qu'en penses-tu ? Est-il acceptable d'être physiquement proche des autres si cela signifie avoir un emploi et ramener de l'argent à la maison pour se nourrir, même si cela peut propager la COVID-19 ?
-

Ressources supplémentaires :

Guide de l'OMS sur la distance de sécurité

https://www.youtube.com/watch?v=6Ooz1GZsQ70&feature=emb_title

Tâche 3 : Comment couvrir nos nez et nos bouches peut-il aider ?

Découvrir : Est-ce que les membres de votre famille se couvrent le nez et la bouche ? (15 minutes)

1. Pense d'abord à ces questions. Pose les questions ensuite aux autres membres de ta famille :
 - a. Couvrez-vous votre nez et votre bouche lorsque vous éternuez ou toussiez ?
 - b. Pensez-vous que couvrir votre nez et votre bouche pourrait vous aider à vous protéger contre le virus responsable de la COVID-19 ?

✓ **Sécurité émotionnelle** : Parfois, les gens n'aiment pas parler de leurs habitudes. C'est ok ! Tu peux passer une question. Ou pose-la d'une manière différente, par exemple : “Les gens devraient-ils se couvrir le nez et la bouche quand ils éternuent ou toussent ?”

2. Tu as déjà appris que le virus qui cause la COVID-19 peut se propager par des gouttelettes respiratoires. Lorsque tu menas ton enquête, pratique la distance de sécurité en restant à au moins 2 m de distance des personnes que tu es en train d'interroger (même s'il s'agit de ta famille). Cela t'aidera à t'entraîner à te protéger contre les gouttelettes respiratoires.
3. Lis cette perspective sociale d'un expert expliquant pourquoi la distanciation physique est si importante :

“La distanciation physique est vraiment importante pour la COVID-19 parce que vous pouvez transmettre (propager) l'infection tout en restant en bonne santé... dans ces cas nous n'avons pas les signes physiques sur lesquels nous avons tendance à compter. « Oh, cette personne renifle ou éternue ou semble avoir une forte fièvre, alors peut-être que je devrais garder mes distances. ” - Shweta Bansal, PhD, Associate Professor of Biology, Georgetown University, USA

4. Mais que devrais-tu faire si tu ne peux pas toujours garder une distance de sécurité ? Comment peux-tu éviter les gouttelettes respiratoires ? Écris tes idées dans ton cahier.
5. Dans certains pays, les gens portent des masques ou des couvertures en tissu sur le nez et la bouche. Les masques sont une façon d'essayer d'empêcher le mouvement des gouttelettes respiratoires. Certains pays laissent les gens choisir s'ils veulent porter un masque ou non. D'autres pays disent aux gens qu'il est obligatoire de porter un masque. Vous pouvez demander aux adultes de votre maison ce que votre pays dit sur le port de masques.

Selon l'OMS, une autre façon de prévenir le mouvement des gouttelettes respiratoires consisterait à “... couvrir votre bouche et votre nez avec votre coude plié ou un tissu lorsque que l'on tousse ou ou l'on éternue. Ensuite, jeter immédiatement le tissu utilisé et laver les mains. Pourquoi ? Parce que les gouttelettes propagent le virus.”⁶

Même si tu te sens en bonne santé, tu devrais toujours couvrir ton nez et ta bouche d'une manière ou d'une autre lorsque tu éternues ou tu tousses. Ceci est vraiment important parce que tu peux toujours avoir le virus qui cause la COVID-19, même si tu ne te sentes pas malade. Cela signifie que tu pourrais accidentellement propager le virus aux personnes ou sur les surfaces sans même le réaliser.⁷

Comprendre : Comment t'aider à couvrir ton nez et ta bouche ? (15 minutes)

1. Lors du dernier exercice, tu as modélisé jusqu'où les gouttelettes respiratoires peuvent aller. Maintenant, tu vas modéliser comment couvrir ton nez et ta bouche peut aider à te protéger toi ainsi que les autres contre les gouttelettes.
2. Tu auras besoin des matériaux suivants :
 - a. Un bol avec une petite quantité d'eau, un chiffon pour nettoyer l'eau sur les mains et les surfaces, un chiffon pour tenir devant ton visage
3. Trouve un endroit où tu pourras facilement voir où des gouttelettes d'eau vont se déposer, comme le mur que tu as utilisé dans l'exercice 2, une planche de bois, un carreau de ciment ou un magazine.
4. Trempe ta main dans le bol d'eau. Modélise les gouttelettes respiratoires d'une toux ou d'un éternuement en répandant l'eau sur ta main.
5. Regarde où les gouttelettes ont atterri. Fais un dessin et enregistre tes observations dans ton cahier.
6. Passe à une nouvelle zone sans gouttelettes afin de réessayer l'expérience.
7. Demande à quelqu'un chez toi de tenir un autre morceau de tissu 3-5 centimètres devant ta main. Ce tissu simule un masque, un tissu propre ou le coude plié.
8. Trempe ta main dans l'eau et modélise les gouttelettes respiratoires en répandant l'eau dès ta main.
9. Regarde où les gouttelettes ont atterri. Fais un dessin et enregistre les observations dans ton cahier.
10. Comment le tissu a-t-il changé la façon dont les gouttelettes ont voyagé ? Ont-elles voyagé aussi loin qu'aux étapes 4 et 5 ?
11. Tu as dû remarquer comment le tissu empêchait certaines gouttelettes d'eau de parcourir une longue distance. Cela montre comment l'utilisation d'un masque, d'un tissu propre ou du coude courbé peut bloquer certaines gouttelettes respiratoires. L'utilisation de masques, de tissus ou du coude plié, ainsi que la distanciation physique et le lavage des mains peuvent aider à te protéger, toi et d'autres personnes, contre la propagation du virus responsable de la COVID-19.⁶
12. Lis le point de vue social d'un expert sur les raisons pour lesquelles il est si important de changer notre comportement pour nous protéger du virus qui cause la COVID-19 :

“C'est un nouveau virus, donc notre corps n'a pas l'immunité naturelle... et nous n'avons aucune protection en tant qu'individus... Avec le temps, il y aura plus d'évidences qui expliqueront pourquoi certaines personnes de notre population ont été plus protégées que d'autres... Mais pour le moment, nous ne savons rien sur ce qui protège certains individus. Donc tout le monde est à risque.” - Shweta Bansal, PhD, Professeur agrégé de biologie, Université de Georgetown, États-Unis

Agir : Que pouvez-vous faire ou partager pour couvrir nos nez et nos bouches ? (15-30 minutes)

1. Écris ta réponse à cette question dans ton cahier
 - a. Penses-tu que couvrir ton nez et ta bouche pourra t'aider à te protéger contre le virus responsable de la COVID-19 ?
 - b. Pourrais-tu changer ta réponse maintenant ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 2. Maintenant que tu comprends mieux comment couvrir ton nez et ta bouche, choisis un moyen pour transmettre tes connaissances aux autres.
 - a. Fais l'activité de gouttelettes et de tissu avec les autres membres de ta famille.
 - b. Dis-les comment prévenir la propagation des gouttelettes respiratoires. Fais un dessin ou une affiche, explique-le aux personnes qui habitent chez toi, fais un podcast ou enregistre une vidéo.
 3. Lors de l'exercice 1, tu as lu que la COVID-19 peut changer la façon dont les gens ressentent ce qui est bien et mal (rappelle-toi que cela s'appelle l'éthique). Imagine que quelqu'un te dit : “Je n'ai pas besoin de me couvrir le nez et la bouche quand j'éternue ou tousse. Je ne suis pas malade.”
 - a. Pense à ce que cela pourrait te faire sentir. Penses-tu que c'est bien ou mal ?
 - b. Que dirais-tu à cette personne ?
 4. Souviens-toi que tu as également lu comment la COVID-19 change la façon dont les gens peuvent avoir un impact sur la Terre. C'est ce qu'on appelle un effet environnemental. Certaines personnes utilisent des tissus ou des masques qui sont jetés après juste une utilisation. Cela peut augmenter les déchets. Qu'en penses-tu ? L'augmentation de déchets est-elle acceptable si elle aide à protéger les gens contre la COVID-19 ?
-

Ressources supplémentaires:

Couvrez votre toux et vos éternuements : Cette vidéo des Centers for Disease Control and Prevention (CDC), le principal institut national de santé publique des États-Unis, montre comment utiliser un tissu propre ou votre coude pour couvrir une toux ou des éternuements.

<https://www.youtube.com/watch?v=mQINuSTP1jI>

Couvrez votre toux : Cette affiche des Centers for Disease Control and Prevention (CDC) des États-Unis montre comment utiliser un tissu propre ou votre coude pour couvrir une toux ou des éternuements.

https://www.cdc.gov/flu/pdf/protect/cdc_cough.pdf

Tâche 4 : Comment se laver les mains peut-il aider ?

Découvrir : Est-ce que les gens dans ta maison se lavent les mains ?
(15 minutes)

1. Pense d'abord à ces questions par toi-même. Pose ensuite ces questions aux gens dans ta maison :
 - a. Quand est-il important de se laver les mains ?
 - b. Qu'est-ce que nous utilisons pour nous laver les mains ?
 - c. Pendant combien de temps se lave-t-on les mains ?
 - d. Penses-tu que se laver les mains peut aider à se protéger contre le virus qui cause la COVID-19 ? Si oui, pourquoi, si non, pourquoi pas ?

✓ **Sécurité émotionnelle** : Parfois, les gens n'aiment pas parler de leurs habitudes de nettoyage. C'est ok ! Tu peux passer une question. Ou encore la poser d'une manière différente, par exemple : “Comment les gens devraient-ils se laver les mains ?”

2. Rappelle-toi que vous tu as appris que le virus qui cause la COVID-19 peut être trouvé sur des surfaces. Si tu touches une surface comme une poignée de porte qui contient le virus, ce virus peut maintenant être sur ta main. Si tu touches accidentellement ton visage, le virus peut pénétrer dans ton corps.⁸
3. Comment peux-tu protéger tes mains contre les virus ? Ecris tes idées dans ton cahier. (L'OMS dit de se laver les mains avec du savon et de l'eau pour empêcher la propagation de la COVID-19.)
4. Lis le point de vue d'un expert sur le lavage des mains :

“Nous touchons constamment notre visage, il est donc facile d'imaginer comment nos mains font entrer le virus dans notre corps par le nez, les yeux et la bouche. Se laver les mains avec du savon et de l'eau ou un désinfectant pour les mains est une défense très puissante.” - Cassie Morgan, Coordinatrice du développement durable Kuunika, Cooper/Smith, Lilongwe, Malawi

Comprendre : Pourquoi avons-nous besoin de nous laver les mains avec du savon ? (30 minutes)

1. Pour en savoir plus sur la façon dont le savon et l'eau aident à se protéger contre le virus responsable de la COVID-19, tu vas essayer différentes façons de te laver les mains. Note ce que tu remarques dans ton cahier.

↑↑ **Conseil d'apprentissage** : Si tu n'as pas assez d'eau dans ta maison pour cette activité, essaie cette activité la prochaine fois que tu iras te laver ou laver tes vêtements.

2. Tu auras besoin de:
 - a. eau propre
 - b. huile de cuisson, beurre ou ghee
 - c. savon (en pain ou liquide)
3. Pourquoi cette activité utilise-t-elle de l'huile de cuisson ? Le virus qui cause la COVID-19 a une membrane, autrement dit une couche externe qui entoure toutes ses parties. Cette membrane est grasse, comme l'huile de cuisson, le beurre ou le ghee. Cette activité représente la façon dont le lavage des mains agit sur la membrane grasseuse d'un virus.

● Sécurité physique : utilise uniquement de l'huile de cuisson. Ne pas utiliser d'huile pour les machines. Ne mange pas l'huile de cuisson une fois qu'elle a touché ta peau.

4. Verse une petite quantité d'huile (ou étale une petite quantité de beurre ou de ghee) sur ta main ou sur la partie plate de ton poignet et étale-la en un petit cercle. (N'en mets pas sur ton autre main ou poignet.) Ta peau doit paraître et se sentir très grasse.
5. Ensuite, rince rapidement la partie grasse de ta peau avec de l'eau.
6. Est-ce que ça a lavé toute l'huile ?
7. Ensuite, utilise du savon et de l'eau pour faire une mousse savonneuse sur la main qui n'a pas d'huile.
8. Essuie ta main savonneuse juste une fois sur l'huile sur ta peau. Rince rapidement à l'eau.
9. Est-ce que ça a lavé toute l'huile ?
10. Ensuite, fais mousser encore plus avec la main qui n'a pas d'huile.
11. Essuie la main savonneuse à travers l'huile sur ta peau pendant 20 secondes. Rince rapidement à l'eau.
12. Est-ce que ça a lavé toute l'huile ?
13. Qu'est-ce qui a fonctionné le mieux pour laver l'huile ? Répète cette expérience, mais cette fois lave-toi les mains pendant 40 secondes. Essaie à nouveau, mais cette fois en te lavant les mains pendant 60 secondes.
14. As-tu remarqué que le lavage à fond avec du savon et de l'eau a bien fonctionné pour laver l'huile ?
15. Rappelle-toi que le virus qui cause la COVID-19 est entouré d'une membrane grasseuse. Lorsque tu te laves les mains avec du savon et de l'eau, de très minuscules morceaux de savon pénètrent dans la membrane grasseuse du virus. Lorsque le savon pénètre dans la membrane, la membrane finit par s'ouvrir et les parties internes du virus sont libérées. Une fois que le virus est brisé, il ne peut plus t'infecter.^{9,10,11}
16. Regarde à gauche de l'image ci-dessous. Tu peux voir un virus rond. Tu peux voir une longue chaîne torsadée de parties virales entourées d'une membrane et de morceaux pointus (c'est la couronne ou « corona »). Tu peux également voir de minuscules morceaux de savon sur le côté droit du virus.
17. Maintenant, regarde le côté droit de l'image ci-dessous. Que crois-tu qu'il se passe ? Enregistre tes idées dans ton cahier. Utilise les preuves de ton expérience ci-dessus pour étayer ta réponse. Cela montre ce qui se passe après que les morceaux de savon sont entrés dans la membrane grasseuse du virus. La membrane du virus s'est ouverte et les parties se sont écoulées. Le savon entoure les parties de la membrane et les pointes. Le savon et l'eau permettent de se débarrasser facilement des morceaux du virus.



Figure 4.1 Ces images montrent comment le savon peut détruire la membrane d'un coronavirus.

18. Se laver soigneusement les mains permet de laver chaque partie et toute la surface de tes mains et ainsi détruire les virus qui pourraient être sur elles. L'OMS dit que se laver les mains devrait prendre entre 40 et 60 secondes. Consulte les ressources supplémentaires pour trouver des guides sur la façon de se laver les mains.
19. Essaie une autre expérience, seulement cette fois, au lieu de savon et d'eau, utilise un désinfectant pour les mains. Le désinfectant pour les mains peut également être utilisé pour détruire le virus qui cause la COVID-19. Il est plus efficace sur les mains qui ne sont pas couvertes de saleté ou de mucus (le mucus est la substance glissante qui sort parfois de ton nez). Mets une petite quantité de désinfectant pour les mains sur tes mains. Frotte-les ensemble jusqu'à ce qu'elles soient sèches. Garde le désinfectant pour les mains loin des yeux, du nez, de la bouche et des flammes ouvertes. Consulte les ressources supplémentaires pour trouver des guides sur l'utilisation d'un désinfectant pour les mains.
20. N'oublie pas de te laver soigneusement les mains et de garder tes mains loin de ton visage.
21. Lis cette perspective sociale d'un expert expliquant pourquoi se laver les mains est si important :

“Nous n'avons pas beaucoup d'outils dans notre arsenal contre cette infection, du moins à ce stade. La distance sociale et le lavage des mains sont vraiment les principaux outils à notre disposition. Avec d'autres infections, nous avons des antiviraux, des thérapies, des médicaments, etc. Mais ici, nous n'avons vraiment guère mieux que ça dans notre boîte à outils.” - Shweta Bansal, PhD, Professeur agrégé de biologie, Université de Georgetown, États-Unis

Agir : Que peux-tu faire ou partager au sujet du lavage des mains ?
(15-30 minutes)

1. Réfléchis à ta première réponse à cette question :
 - a. Penses-tu que te laver les mains peut t'aider à te protéger contre la COVID-19 ?
 - b. Pourrais-tu changer ta réponse maintenant ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

✓ **Sécurité émotionnelle** : Il est normal de changer son comportement lorsque l'on a appris quelque chose de nouveau. Mais si tu ne peux pas changer la façon dont tu te laves les mains parce qu'il est difficile de trouver du savon et de l'eau, c'est bon. Il suffit de faire du mieux que tu peux.

● **Sécurité physique** : Même si le savon et le désinfectant pour les mains peuvent détruire les virus à l'extérieur de ton corps, tu ne dois jamais les manger ou les boire.

2. Maintenant que tu comprends mieux comment l'utilisation du savon ou d'un désinfectant pour les mains peut détruire les virus, choisis un moyen pour transmettre tes connaissances aux autres.
 - a. Fais l'activité de l'huile et du savon avec quelqu'un dans ta maison pour lui apprendre comment le savon peut détruire les virus. Ou fais un dessin, une affiche ou une vidéo de l'activité que tu enverras aux autres.
 - b. Écris une chanson ou choisis une partie d'une chanson qui dure entre 40 et 60 secondes que tu peux chanter tout le long de ton lavage des mains.
3. Dans la tâche 1, tu as lu que la COVID-19 peut changer la façon dont les gens ressentent ce qui est bien ou ce qui est et mal (rappelle-toi que cela s'appelle l'éthique). Imagine qu'un ami te dise qu'il ne veut pas se laver les mains.
 - a. Pense à ce que cela pourrait te faire ressentir. Penses-tu que c'est bien ou mal ?
 - b. Que dirais-tu à cette personne ?
4. Certaines personnes peuvent ne pas avoir de savon et d'eau propre chez elles. Peux-tu penser à un moyen de mettre en place une station de lavage des mains dans un espace public qu'ils pourraient utiliser ? De quels matériaux aurais-tu besoin ? Fais un dessin ou une affiche de ton dessin et partage-le/la avec quelqu'un dans ta maison. Voir les exemples d'affiches ci-dessous.

Ressources supplémentaires :

Comment se laver les mains et se frictionner les mains : ces affiches de l'OMS montrent comment se laver et se frictionner les mains. https://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandWash_Poster.pdf?ua=1
https://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandRub_Poster.pdf?ua=1

Démonstration du lavage des mains : cette vidéo utilise de la peinture pour montrer comment se laver soigneusement les mains.
https://www.youtube.com/watch?v=nEzJ_QKjT14

Tâche 5 : Comment la COVID-19 influe-t-elle sur les familles et les collectivités ?

Découvrir : Comment protégeons-nous les gens de notre communauté contre la COVID19 ? (30-45 minutes)

✓ **Emotional Safety:** In this task, you will think about what might happen in someone in your community or your family contracts COVID-19. This may be a scary topic. If possible, work through this task with a parent, caregiver, or other trusted adult so you are not alone in thinking about these difficult topics.

1. Sécurité émotionnelle : Dans cette tâche, tu vas réfléchir à ce qui pourrait arriver si quelqu'un de ta communauté ou de ta famille contractait la COVID-19. Cela peut être un sujet effrayant. Si possible, exécute cette tâche avec un parent, un soignant ou un autre adulte de confiance afin que tu ne sois pas seul à penser à ces sujets difficiles.
2. Avec combien de personnes penses-tu avoir été en contact, directement ou indirectement, au cours de la dernière semaine ? Ecris ce nombre dans ton cahier. Nous y reviendrons bientôt.
 - a. Avec combien de personnes as-tu interagi en personne aujourd'hui ?
 - b. Avec combien de personnes penses-tu avoir interagi en personne la semaine dernière ?
 - c. Prends-tu des précautions pour te protéger contre la COVID-19 ? Si oui, que fais-tu ?
 - d. Sais-tu si les personnes avec qui tu interagis prennent des précautions pour se protéger contre la COVID-19 ? Si oui, que font-elles ?
 - e. Comment penses-tu que la COVID-19 affecte nos foyers ?
 - f. Comment penses-tu que la COVID-19 affecte ta communauté ?

↑↑ **Astuce d'apprentissage :** Lorsque tu mènes un sondage, pose les mêmes questions à tout le monde. Enregistre tes réponses de la même manière à chaque fois. Garde toutes tes réponses ensemble afin de pouvoir y trouver des tendances plus tard !

3. Tu as maintenant recueilli des réponses au sondage dans les tâches 2, 3, 4 et 5. Rassemble toutes les réponses. Y a-t-il des tendances que tu peux remarquer ? Qu'est-ce qui est semblable dans les réponses que tu as reçues ? Qu'est-ce qui est différent ? Les gens en savent-ils beaucoup sur la COVID-19 ? Y a-t-il des choses qu'ils ne savent pas et devraient savoir ? Ecris-les dans ton cahier.
-

Comprendre : Avec qui entres-tu en contact ? (15 minutes)

1. Fais une liste de tous les individus dans ta maison. Ajoute tous les gens que tu as rencontrés ou avec qui tu as parlé en face à face au cours de la dernière semaine. Peu importe où tu les as rencontrés ou quel âge ils ont. Compte-les tous. Ces gens sont tes “principaux contacts”. Tu peux écrire ces informations, ou tu peux commencer à dessiner un arbre de contact comme sur cette image :

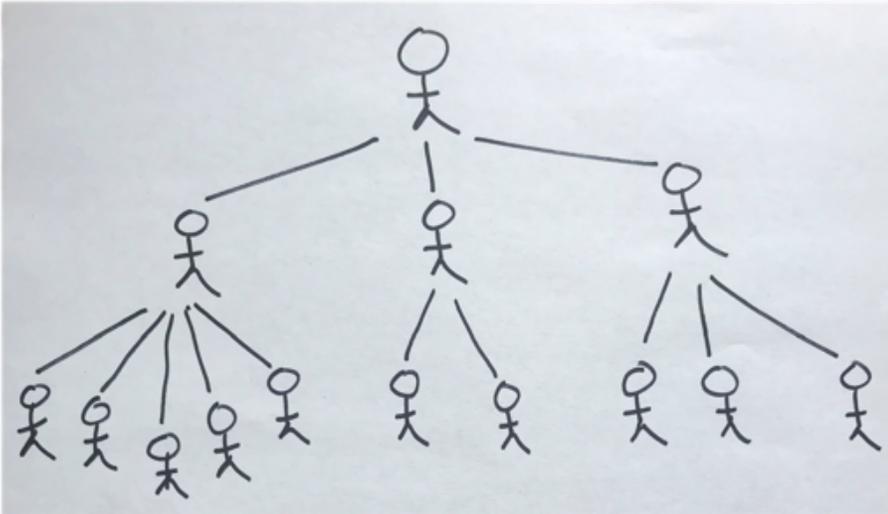


Figure 5.1 Tu te positionnes au sommet de ton arbre de contact. Tes “contacts primaires” sont la rangée du milieu, et tes “contacts secondaires” sont la rangée du bas.

2. Tu as demandé à tout le monde dans ta maison de dresser une liste des personnes avec lesquelles ils ont été en contact. Tu peux maintenant ajouter ces personnes à la ligne du bas de ton arborescence des contacts. Ils passeront sous la personne avec laquelle vous avez tous les deux eu contact. Ces personnes sont vos “contacts secondaires”

● **Sécurité physique :** Tu as appris à garder la distance physique entre toi et les autres, à couvrir ton nez et ta bouche et à te laver les mains. Lorsque tu communique avec les gens, assure-toi d'utiliser ces stratégies pour te protéger et protéger les autres contre la COVID-19.

3. Passe en revue ton arbre. Est-ce que tout le monde a le même nombre de contacts ? Certaines personnes ont-elles plus de contacts que d'autres ?
4. Est-ce que les gens qui ont beaucoup de contacts font des choses qui sont nécessaires sur le plan éthique ou économique pour soutenir ton foyer ou ta communauté, comme aller au travail, aller au marché, assister à une cérémonie religieuse ou s'occuper des personnes âgées ?
5. Essaie cette activité en regardant des gens dans une vidéo ou une émission de télévision, ou en lisant un livre. Crée un arbre de contact pour les personnages de l'histoire.
6. Pourquoi est-il important de suivre tes contacts ? Ces informations peuvent-elles aider ta communauté à savoir qui pourrait contracter le virus ? Ces informations peuvent-elles aider les travailleurs de la santé à comprendre la propagation de la COVID-19 ?

“Les personnes en contact étroit avec une personne infectée par le virus courent un risque plus élevé d'être infectées elles-mêmes et d'infecter potentiellement d'autres personnes. Une surveillance attentive de ces contacts après l'exposition à une personne infectée aidera les contacts à obtenir des soins et un traitement et à prévenir la transmission ultérieure du virus. Ce processus de surveillance est appelé la recherche des contacts.¹²” - Organisation mondiale de la santé

7. Le suivi des contacts pour la COVID-19 est important parce que :
 - a. Mis à part se tenir à distance les uns des autres, couvrir sa bouche et son nez, et se laver les mains, les humains n'ont pas encore d'outils pour se protéger contre la COVID-19. (S. Bansal, communication personnelle, 23 avril 2020).
 - b. C'est un nouveau virus, et les humains n'ont pas encore de vaccin pour lui. (S. Bansal, communication personnelle, 23 avril 2020).
 - c. Les données actuelles indiquent que le nombre de personnes qui tombent très malades ou meurent de la COVID-19 semble plus élevé qu'avec d'autres virus. Les scientifiques n'ont pas encore assez de données pour savoir exactement quels sont ces chiffres (S. Bansal), communication personnelle, 23 avril 2020).
 - d. Les gens peuvent transmettre ce virus à d'autres personnes même lorsqu'ils sont en bonne santé.⁶
 - e. La recherche des contacts permet d'identifier les personnes potentiellement infectées et de les isoler avant qu'elles ne propagent le virus.⁶
8. Maintenant que tu as créé ton arborescence de contacts, compte le nombre de contacts primaires et secondaires que tu as eus au cours de la dernière semaine. Compare ce nombre à ce que tu avais noté à l'étape 1 de la section Découvrir. As-tu eu un plus grand nombre de contacts ? Un plus petit ? Ou ton estimation de départ était-elle exacte ?
9. Partage ton arbre de contacts avec ton entourage dans ta maison et posez-vous les questions suivantes (écris les réponses dans ton cahier) :
 - a. Comment diminuer le nombre de nos contacts primaires et secondaires ?
 - b. Comment pouvons-nous nous protéger lorsque nous rencontrons et discutons avec les autres ?

✓ **Sécurité émotionnelle** : Il est possible que les autres membres de ton foyer ne limitent pas leurs contacts pour de nombreuses raisons. Ceci peut être effrayant. Rappelle-toi que si des personnes doivent sortir de ta maison, elles peuvent le faire de la manière la plus sécuritaire possible et prendre les précautions appropriées lorsqu'elles rentreront.

Agir : Comment peux-tu te préparer en cas de COVID-19 dans ta maison ? (45 minutes)

1. Que ferais-tu si tu apprenais que l'un de tes contact principal est malade de la COVID-19 ? Comment cela changerait-il ta vie quotidienne ? Serais-tu inquiet de devoir rester à la maison ou de rester seul ? Y

a-t-il des mesures spécifiques que tu penses prendre ? Comment changerais-tu tes habitudes quotidiennes ? Note tes idées dans votre cahier.

2. Les défis que cela peut poser à une famille sont également ressentis par des systèmes plus vastes tels que des pays et des régions entiers. Cette perspective sociale de la crise COVID-19 est expliquée ci-dessous :

“Comme nous le voyons avec la COVID-19, une pandémie peut imposer des tensions incroyables à des pays entiers, affectant la vie des gens, les systèmes de soins de santé, les entreprises, les services municipaux, les écoles — tout. Les gens doivent comprendre que la planification autour des pandémies est importante pour que les sociétés puissent être résilientes pendant les crises et s'assurer qu'il y a des systèmes en place pour prendre soin de tous ses membres.” – Lisa Cooper, MD, MPH, médecin, chercheur en santé publique, Université Johns Hopkins, États-Unis et Ghana

3. Même si tout le monde réduit son nombre de contacts, il est possible que quelqu'un chez toi tombe malade de la COVID-19. Il est possible que tu sois également exposé au virus. C'est peut-être effrayant de penser cela. Mais comme tu l'as appris dans ce projet, la meilleure façon de se sentir en sécurité est de s'informer, de se protéger et d'être préparé. Lis le point de vue ci-dessous. Est-ce un point de vue social ? Environnemental ? Culturel ? Économique ? Écris tes idées dans ton cahier. Utilise des preuves à l'appui de ton propos.

“Si quelqu'un dans votre maison est malade, vous devriez porter un masque ou couvrir votre visage lorsque vous êtes en contact étroit. Si cette personne a de la fièvre ou de la toux, traitez-la à domicile et communiquez avec un professionnel de la santé pour voir si la personne malade doit subir un test de dépistage de la COVID-19. Si possible, gardez une distance de sécurité jusqu'à ce que leur diagnostic soit confirmé. Si cette personne a de la difficulté à respirer, demandez un avis médical dès que possible. Si possible, la personne malade devrait rester dans une pièce différente. Vous devez utiliser des ustensiles, des assiettes et des bols réservés pour cette personne, qui doivent être désinfectés correctement et en toute sécurité, avec du savon ou de l'eau de chlore entre chaque utilisation.” - Cassie Morgan, Coordinatrice du développement durable Kuunika, Cooper/Smith, Lilongwe, Malawi

✓ Sécurité émotionnelle : Si quelqu'un dans ta maison ou quelqu'un que tu connais tombe malade de la COVID-19, ce n'est pas de sa faute s'il a contracté la maladie. Cette personne a probablement peur pour sa santé et s'inquiète de la propagation de sa maladie à d'autres. Sois gentil et sympathique.

4. Passe en revue tes idées sur ce que tu feras si quelqu'un tombe malade. Ayez une conversation en famille et élaborer un plan ensemble. Écris tes idées dans ton cahier. Trois questions à aborder dans ton plan sont les suivantes :
 - a. Comment aider et soutenir une personne qui tombe malade même si nous devons nous éloigner d'elle ?
 - b. Si le malade est celui qui soutient notre foyer en travaillant pour gagner de l'argent ou en accomplissant des tâches ménagères comme la cuisine ou le ménage, pouvons-nous faire un plan pour maintenir notre foyer pendant qu'il ne peut pas faire ses tâches normales ?
 - c. Quelles sont les considérations économiques pour nous et notre foyer si quelqu'un tombe malade ?

Ressources supplémentaires :

Simulateur de coronavirus Post de Washington : Simulation de la transmission du virus et de sa propagation dans la communauté (disponible en plusieurs langues).

<https://www.washingtonpost.com/graphics/2020/world/corona-simulator/>

La science à la maison Corona Minister Simulation : Une simulation qui illustre les choix économiques, environnementaux et sociaux difficiles auxquels font face les nations du monde entier et qui facilite la réflexion sur les compromis de toute politique.

<https://corona.scienceathome.org/>

Tâche 6 : Comment rester informé du problème peut-il aider ?

Découvrir : où les membres de ta famille obtiennent-ils des informations sur l'épidémie de COVID-19 ? (15-30 minutes)

1. Interroge chacun des membres de ton foyer pour recueillir les informations suivantes dans ton cahier :
 - a. Quelles sont toutes les sources d'information sur la COVID-19 ? (exemples : personne de ta famille, WhatsApp, TikTok, brochures, télévision, radio, YouTube, Twitter, Snapchat)
 - b. À laquelle de ces sources fais-tu le plus confiance pour obtenir de nouvelles informations sur la COVID-19 ? Sélectionne les trois premières. Pourquoi fais-tu le plus confiance à celles-ci ?
 - c. Partages-tu des informations sur l'épidémie de COVID-19 provenant de ces sources avec d'autres personnes ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - d. Lorsque tu reçois de nouvelles informations sur la pandémie de COVID-19 :
 - i. Vérifies-tu d'où proviennent ces informations avant de les partager avec d'autres ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - ii. Vérifies-tu si d'autres sources les couvrent également avant de les partager ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - e. Es-tu préoccupé d'obtenir des informations erronées sur l'épidémie de COVID-19 ? Pourquoi ?

“Le leadership doit venir non seulement du gouvernement et des scientifiques, mais aussi des personnes qui sont des sources fiables d'information dans cette communauté.” – Dr. Lisa Cooper, John Hopkins University, États-Unis et Ghana

2. Classe toutes les sources d'information que les membres de ton foyer utilisent, de la plus utilisée à la moins utilisée.
 3. Identifie les trois principales sources d'information utilisées par les membres de ta famille.
 4. Recueille un ou deux messages, articles ou éléments d'information sur la COVID-19 provenant de chacune de ces trois sources. Si tu n'es pas en mesure de les recueillir personnellement, demander à des membres de ta famille de te les fournir à partir de leurs propres sources.
-

Comprendre : Comment puis-je identifier des informations fiables sur COVID-19 ? (30-60 minutes)

1. Considère la perspective sociale du problème de la COVID-19 en lisant les citations suivantes :
“Les fausses nouvelles se répandent plus rapidement et plus facilement que ce virus,¹³ et sont tout aussi dangereuses.”

“Nous ne luttons pas seulement contre une épidémie, nous combattons une infodémie.¹³” - Tedros Adhanom Ghebreyesus, Directeur général de l'Organisation mondiale de la Santé

“La flambée de 2019-COVID s'est accompagnée d'une « infodémique » massive. Une infodémique est une surabondance d'informations. Certaines de ces informations sont exactes et d'autres ne le sont pas. Cela rend difficile pour les gens de trouver des sources dignes de confiance. Il devient également plus difficile d'obtenir des conseils fiables lorsque les gens en ont besoin. Il y a une forte demande d'information opportune et fiable sur la COVID-19. Les équipes de l'OMS travaillent en étroite collaboration pour suivre les mythes et les rumeurs et y répondre. ¹⁴” - Rapport de situation #13, February 2, 2020, World Health Organization

- a. Des informations fausses ou peu fiables et des rumeurs sur la maladie à coronavirus (COVID-19) peuvent être trouvées partout. Vous pouvez entendre parler de remèdes magiques ; de qui est responsable de la création du virus ou de nouvelles idées sur l'origine du virus.
- b. Comme le virus, quand les gens partagent de fausses informations ou des rumeurs, il peut se propager très rapidement. De fausses informations provenant de sources peu fiables peuvent être nocives pour toi et les autres à bien des égards.
- c. De fausses informations ou rumeurs peuvent changer la façon dont une personne pense, agit ou se protège. Ces fausses informations pourraient amener les gens à ne pas se protéger, à essayer des remèdes non prouvés ou à ne pas agir de manière responsable autour des autres, rendant les gens malades.
- d. Sois conscient que certaines personnes partagent exprès de fausses informations ou des rumeurs.
- e. D'autres personnes partagent de fausses informations ou des rumeurs sans savoir qu'elles sont fausses. Elles peuvent également ne pas savoir que ces fausses informations pourraient nuire à eux-mêmes ou à d'autres personnes.
- f. Comme le virus, arrêter la propagation de ces fausses informations a pour but ultime de protéger les gens. Nous pouvons tous faire partie de la solution en cessant de partager de fausses informations.
- g. Savoir que certaines nouvelles, informations ou sources ne sont pas dignes de confiance est la première étape. Mais il est parfois difficile d'identifier les sources peu fiables. Il faut donc apprendre à les identifier.
- h. Une bonne pratique générale est que si tu n'es pas sûr de certaines informations, ne les partage pas jusqu'à ce que tu puisses en savoir plus. Partager rapidement de fausses informations avant de les vérifier est une raison pour laquelle elles se propagent si rapidement.
- i. Regarde tous les postes/articles/éléments d'information que tu as recueilli. Maintenant, détermine dans quelle mesure tu penses que l'information est fiable et décide si tu penses qu'elle est bonne à

partager ou non. Écris tes idées dans ton cahier. Utilise les questions suivantes pour examiner chacune d'elles :

Enquête #1 Ralentir, prendre un moment pour réfléchir.

- a. Comment ressens-tu l'article, l'information ou ce qu'on t'a dit quand tu l'as reçu ? Est-ce que cela enclenche une forte réaction émotionnelle (comme de la colère ou de l'indignation) ? Si c'est le cas, prends un moment pour réfléchir avant de partager l'information.
- b. Les informations que tu entends semblent être trop parfaites ou trop bonnes pour être vraies ? Tu ressens une envie soudaine de les partager ? Si c'est le cas, prends un moment pour réfléchir avant de les partager.

Enquête #2 Enquêter sur la source.

- a. Qui a fait ou dit cette information ? (exemples : journalistes professionnels, journalistes citoyens, personne ordinaire, expert qualifié) penses-tu que c'est une bonne source d'information sur l'épidémie de COVID-19? Si ce n'est pas le cas, prends un moment pour réfléchir avant de la partager.
- b. Vérifie les dates de toutes les parties de l'information ou de ce qui est dit. Parfois, les personnes partagent de vieilles informations et les présentent comme nouvelles. De plus, à mesure que nous en apprenons plus sur la COVID-19, l'information que nous avons peut changer au fil du temps. Trouves-tu des dates ? Si ce n'est pas le cas, prends un moment pour réfléchir avant de partager l'information.

Enquête #3 Retracer les allégations et les citations jusqu'à leur source originale.

- a. L'information ou l'auteur fournissent-ils la source ou le lien vers les données, les éléments de preuve ou les citations utilisées ? Si ce n'est pas le cas, prends un moment pour réfléchir avant de partager l'information.
- b. Demande de l'aide à d'autres personnes autour de toi pour effectuer des recherches sur les allégations dans l'information. Si tu ne peux pas faire d'enquête plus approfondie, prends ton temps et réfléchis avant de partager l'information.
- c. Si tu peux retracer les données ou les citations, détermine si les données et les citations ont été retirées de leur contexte d'origine ou non. C'est un moyen commun et facile pour les gens de changer la vraie histoire. Si c'est le cas, prends ton temps et réfléchis avant de partager l'information.

Enquête #4 Trouver une meilleure couverture.

- a. Est-ce que d'autres sources couvrent également ces nouvelles sur COVID-19 qui ne figuraient pas sur ta liste ? Dresse la liste de ces sources. Si c'est le cas, prends un moment pour réfléchir avant de partager l'information.
- b. Les autres sources fournissent-elles des renseignements similaires à ceux de ta source ? Si ce n'est pas le cas, prends ton temps et réfléchis avant de partager l'information.

- c. Peux-tu parler à un membre de ta famille avant de partager une information ? Qu'est-ce qu'il en pense ? Si tu ne peux parler à personne alors prends un moment pour réfléchir avant de partager l'information.
2. De tous les articles ou informations que tu as étudiés, quels sont, selon toi, les plus dignes de confiance ? Pourquoi penses-tu qu'ils sont plus dignes de confiance ? Écris tes idées dans ton cahier.
3. De tous les articles ou informations que tu as étudiés, quels sont, selon toi, les moins dignes de confiance ? Pourquoi penses-tu qu'ils sont moins dignes de confiance ? Écris tes idées dans ton cahier.

Agir : Quel est ton intention de rester informé pendant une infodémie ? (15-30 minutes)

1. Pense aux perspectives sociales et économiques du problème en lisant cette citation :

“Les personnes les plus à risque lors d'une pandémie sont celles qui ne sont pas en mesure de se protéger et de protéger les autres contre l'infection. Ils manquent souvent d'accès à Internet et de services téléphoniques, ce qui les expose à un plus grand risque d'isolement social et de ne pas être informés de ce qu'ils doivent faire pour se protéger. En raison des expériences historiques et actuelles de discrimination et de stigmatisation, ils peuvent se méfier des institutions dont ils ont besoin pour les protéger en cas de pandémie.” – Dr. Lisa Cooper, Université John Hopkins, États-Unis et Ghana

Être au courant de l'infodemic COVID-19 est la première étape. Même si un ami ou un membre de ta famille partage quelque chose avec toi, ne présume pas que c'est toujours vrai. Même si ton ami veut bien faire. Avoir un plan pour arrêter la diffusion de fausses informations est quelque chose sur lequel nous pouvons tous agir.

La deuxième étape consiste à élaborer un plan pour ce que tu feras avec les nouveaux renseignements. Ce plan t'aidera à savoir quoi faire quand ça arrive.

2. Fais une liste étape par étape de ce que tu vas faire. Voici quelques suggestions:
 - a. Fais une liste des questions que tu as encore au sujet de l'infodemic COVID-19. Identifie quelqu'un à qui parler dans ta maison ou ta communauté pour obtenir plus d'informations.
 - b. Quelles questions vas-tu poser (ou les personnes qui partagent l'information avec toi) pour savoir si l'information est vraie ?
 - c. Que peux-tu faire toi et tes proches pour faire différemment et réduire la propagation d'informations potentiellement fausses sur la COVID-19 ?
 - d. Que peux-tu faire différemment pour accroître la sensibilisation à des sources d'information plus fiables au sujet de la COVID-19 dans ta collectivité ?

Ressources supplémentaires :

Conseils de l'OMS sur la maladie du coronavirus (COVID-19) à l'intention du public : mythes
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

Article de Smithsonian Magazine : Comment éviter la désinformation sur la COVID-19
<https://www.smithsonianmag.com/science-nature/how-avoid-misinformation-about-covid-19-180974615/>

Coronavirus Nouvelles de l'OMS (COVID-19)
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/media-resources/news>

Documents de l'ONUDC expliquant la cybersécurité aux enfants
<https://www.unodc.org/e4j/en/primary/e4j-tools-and-materials/the-online-zoo.html>

Tâche 7 : Quelles mesures puis-je prendre maintenant ?

Découvrir : Que dois-je inclure dans mon plan d'action ? (30 minutes)

1. Pense aux actions liées à la distanciation physique, au lavage des mains, à couvrir son nez et sa bouche, au conseil de sécurité physique sur la façon dont il est parfois plus sûr d'utiliser et d'étudier un modèle que la réalité, et au conseil sur la sécurité émotionnelle pour t'assurer de ne pas juger ceux qui peuvent avoir la COVID-19. Ces actions t'ont permis d'apprendre à ralentir la propagation de la COVID-19 et à prendre soin de ton bien-être émotionnel pendant cette pandémie. Tu as également appris les perspectives sociales, économiques, environnementales et éthiques associées à COVID-19 par des scientifiques comme Maryam et Anne.

↑↑ Astuce d'apprentissage : Utilise ton cahier pour t'aider à réfléchir sur tes expériences.

2. Note le titre du module COVID-19 ! Comment puis-je me protéger et protéger les autres ? dans ton journal, écris autant de choses dont tu peux te souvenir de tes expériences. Quelles actions as-tu essayé ? Prends ton temps. Parfois, cela peut prendre un certain temps pour commencer.
3. Regarde ta liste. Pense à toutes les stratégies qui ont pu t'aider toi, ta famille et ta communauté à gérer la COVID-19. Encerle celles qui, selon toi, ont fonctionné le mieux.
4. Maintenant, ajoute une liste de toutes les interactions et considérations familiales et communautaires (cela devra être tiré des sections précédentes). Pense aux questions suivantes:
 - a. Combien de personnes vivent à la maison ?
 - b. Combien de générations différentes ?
 - c. Quelqu'un est malade ?
 - d. Avec combien de personnes interagis-tu chaque jour ?
 - a. Comme la plupart des défis dans la vie, il n'y a pas une seule bonne solution. Il faudra un certain nombre d'actions pour résoudre ce problème. Regarde ta feuille de remue-méninges et demande-toi : “Quelles sont les deux ou trois actions qui, selon moi, seront les plus efficaces pour moi, ma famille et/ou ma communauté en ce moment”
 - b. Pense-tu que ces actions abordent les perspectives sociales, économiques, éthiques et environnementales ? Si oui, comment ?
5. Sélectionne les deux ou trois actions et demande-toi : “Quelles preuves ai-je pour appuyer ces actions” Les deux ou trois actions qui, selon toi, fonctionneront le mieux pour toi, ta famille et ta collectivité, deviendront ton plan d'action. Un plan d'action regroupant plusieurs actions s'appelle un plan d'action intégré. Techniquement, tu viens d'élaborer ton premier plan d'action intégré !

✓ **Sécurité émotionnelle** : ton plan d'action intégré peut comprendre des actions physiques comme le lavage des mains et la distanciation physique et des conseils de sécurité émotionnelle comme parler à un adulte si tu as peur et tenir un cahier pour consigner tes pensées et tes sentiments.

Comprendre : Dois-je faire une seule chose ? (15 minutes)

1. Les scientifiques du monde entier qui étudient certaines des questions les plus difficiles d'aujourd'hui, qu'il s'agisse des maladies transmises par les moustiques, de l'accès à une quantité suffisante de nourriture et même sur la COVID-19, reconnaissent tous l'importance d'élaborer un plan d'action intégré.
2. La combinaison d'actions multiples permet d'aborder toutes les différentes perspectives du problème (social, économique, environnemental, éthique). C'est l'une des raisons pour lesquelles le Plan d'action intégré que tu viens de créer est semblable aux plans recommandés par l'Organisation mondiale de la santé, l'UNICEF et "Centers for Disease Control and Prevention". Chacun d'eux recommande de combiner les actions.

“Ce qui m'intéresse le plus à propos des pandémies et des urgences de santé publique en général, c'est qu'elles sont très complexes et qu'un grand nombre de spécialités différentes, de personnes, de communautés, d'environnements et de sciences doivent rapidement s'organiser et travailler ensemble pour trouver une solution (intégrée). La COVID-19 est un parfait exemple parce qu'il exige une solution intégrée.” - Anne McDonough, MD, MPH, Responsable des urgences de santé publique, Smithsonian Occupational Health Services, États-Unis

“Nous avons vu que dans le cas de COVID-19, les pays doivent agir très rapidement pour déployer une réponse multisectorielle (intégrée) afin de pouvoir faire face à la situation. Comment les ménages pauvres peuvent-ils recourir à l'éloignement physique si leur gagne-pain dépend de sortir et travailler ? Comment imposer le confinement général en cas de violence familiale ou de maltraitance envers les enfants ? Comment s'attaquer au problème des sans-abri lors d'une épidémie ? Nous pouvons travailler dur sur un plus grand nombre de lits d'hôpital ou sur un nouveau vaccin, mais entre-temps, les gens doivent être sûrs et avoir accès à la nourriture, à l'eau et à l'éducation.” - Dr. Maryam Bigdeli, Représentante de l'Organisation mondiale de la Santé, Maroc



Figure 7.1 Un plan d'action intégré peut être considéré comme une corde à trois tiges.

- Maintenant que tu as ton plan d'action intégré, la prochaine étape consiste à t'assurer de transmettre le message à ta famille et à ta collectivité.

Agir : Comment vais-je informer ma famille, mes amis et ma communauté de mon plan ? (45 — 60 minutes)

- Maintenant que tu as ton plan d'action intégré, la prochaine étape consiste à le présenter à ta famille, à tes amis et à ta communauté.

 **Sécurité physique : Si tu ne peux pas te protéger en toute sécurité tout en communiquant ton Plan d'action intégré à tes amis et à ta collectivité, limite-toi à tes proches dans ta maison.**

- Pense à ton public et comment il aime consommer des informations. Pense à ce qui aura le plus grand impact sur ton frère, ta sœur, ta mère, ton oncle, ton grand-mère ou un voisin. Devrais-tu faire une affiche ? Un panneau près d'un évier ? Devrais-tu écrire un article de journal ou une chanson ? La façon dont tu communique ton plan est très importante, alors sois créatif !

Ce plan peut comprendre:

- Poster ou projet d'art
- Chanson ou un jeu d'un acte
- Podcast
- Lettre aux dirigeants communautaires
- Annonce d'intérêt public (audio ou vidéo)
- Campagne sur les réseaux sociaux
- Liste de téléphone/WhatsApp
- Campagne e-mail
- Brochure

Viens avec tes propres idées !

- Après avoir élaboré ton plan de communication, tu devrais le partager et le présenter aux membres de la famille et à la communauté locale. Il est temps d'agir !

Tu as maintenant terminé toutes les parties de ce module, mais la COVID-19 reste un problème majeur pour beaucoup de gens dans le monde. Les scientifiques en apprennent plus sur la COVID-19 chaque jour.

Cette nouvelle compréhension continuera de changer les décisions que nous prenons. N'oublie pas que chaque communauté est différente. La même réponse n'est pas toujours juste pour tous les endroits du monde. Mais la question reste la même :

Comment puis-je me protéger et protéger les autres contre la COVID-19 ?

Pose des questions. Fais un plan. Explore le monde qui t'entoure. Sois ouvert d'esprit.

Et le plus important, réfléchis à la façon dont nous pouvons utiliser la science pour rendre le monde meilleur.

Ressources supplémentaires :

Plan d'action complet de l'OMS :

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Plan d'action complet de l'UNICEF :

<https://www.unicef.org/stories/novel-coronavirus-outbreak-what-parents-should-know#how-can-avoid-riskinfection>

Plan d'action complet des CDC :

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/get-your-household-ready-for-COVID-19.html>

UNICEF : description des ressources

<https://www.unicef.org/parenting/coronavirus-covid-19-guide-parents>

Exemples d'ajouts COVID-19 du monde entier

https://www.adsoftheworld.com/collection/covid19_ads

Plan d'action de l'UNICEF : brève description des ressources

[https://www.unicef.org/media/65936/file/Preparedness%20for%20and%20response%20to%20coronavirus%202019%20\(COVID-19\).pdf](https://www.unicef.org/media/65936/file/Preparedness%20for%20and%20response%20to%20coronavirus%202019%20(COVID-19).pdf)

Croix-Rouge : brèves descriptions des ressources

<https://www.redcross.org/about-us/news-and-events/news/2020/coronavirus-safety-and-readiness-tips-for-you.html>

Références

1. Leary, M., P. Knight, et K. Johnson. 1987. “L'anxiété sociale et la conversation dyadique: une analyse de réponse verbale.” *Journal of Social and Clinical Psychology* 5, n° 1:34 —50.
2. Baird, J. R., P. J. Fensham, R. F. Gunstone et R. T. White. 1991. “L'importance de réflexion dans l'amélioration de l'enseignement et de l'apprentissage des sciences”. *Journal of Research in Science Enseignement* 28, n° 2:163 —182. [Doi.org/10.1002/tea.3660280207](https://doi.org/10.1002/tea.3660280207).
Hodgkin, M. 2020, le 16 avril. “Conseils pour les parents et les aidants naturels pendant la fermeture d'écoles COVID-19 : soutenir le bien-être et l'apprentissage des enfants.” [Vidéo]. Save The Children et Réseau interinstitutions pour l'éducation dans les situations d'urgence. YouTube.
https://www.youtube.com/watchtime_continue=15&v=_NLqXz59Cc4&feature=emb_logo
3. Yang, P., et X. Wang. 2020. “COVID-19: Un nouveau défi pour les êtres humains.” *Immunologie cellulaire et moléculaire* 17:555 —557.
4. Sauer, L. M. 2020, 1er mai. “Qu'est-ce que le coronavirus?” Johns Hopkins Medicine. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus>
5. Organisation mondiale de la Santé. 2020, 17 avril. “Questions et réponses sur les coronavirus (COVID-19).” <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>.
6. Organisation mondiale de la Santé. 2020, 6 avril. “Conseils sur l'utilisation des masques dans le contexte de COVID19.” [https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)-outbreak](https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak).
7. Organisation mondiale de la Santé. 2020, 29 avril. “Conseils pour le public sur la maladie du coronavirus (COVID-19)”. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>.
8. Académie australienne des sciences. (s.d.). “Désinfectant pour les mains ou savon : faire un choix éclairé pour la COVID-19.” <https://www.science.org.au/curious/people-medicine/hand-sanitiser-or-soap-making-informed-choice-covid-19>.
Jabr, F. 2020, 13 mars. “Pourquoi le savon fonctionne.” *New York Times*. <https://www.nytimes.com/2020/03/13/health/soap-coronavirus-handwashing-germs.html>.
9. Académie australienne des sciences. (s.d.). “Désinfectant pour les mains ou savon : faire un choix éclairé pour la COVID-19.” <https://www.science.org.au/curious/people-medicine/hand-sanitiser-or-soap-making-informed-choice-covid-19>.
10. Jabr, F. 2020, 13 mars. “Pourquoi le savon fonctionne.” *New York Times*. <https://www.nytimes.com/2020/03/13/health/soap-coronavirus-handwashing-germs.html>.
11. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). “Quand et comment se laver les mains et « Montrez-moi la Science — Comment vous laver les mains” <https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html>.

12. Organisation mondiale de la Santé. 2017, 9 mai. “Contact Tracing.” <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/contact-tracing>
13. Département des communications mondiales de l'ONU. (s.d.). “L'ONU s'attaque à ‘l'infodemic’ de la désinformation et de la cybercriminalité dans la crise COVID-19.” <https://www.un.org/en/un-coronavirus-communications-team/un-tackling-%E2%80%98infodemic%E2%80%99-misinformation-and-cybercrime-covid-19>.
14. Organisation mondiale de la Santé. 2020, 2 février. “Novel Coronavirus (2019-NCoV) : Rapport de situation 13”. <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200202-sitrep-13-ncov-v3.pdf>.

Merci pour votre soutien

Ce projet a été soutenu en partie par **Gordon and Betty Moore Foundation** par l'entremise de Grant GM #9029 de Smithsonian Science Education Center.





Smithsonian

SCIENCE
for Global Goals

COVID-19 !

Comment puis-je me protéger et protéger les autres ?

Smithsonian Science Education Center: Module Development Staff

Directeur

Dr. Carol O'Donnell

Directeur de division

Dr. Brian Mandell

Développeurs de modules principaux

Katherine Blanchard
Brian Mandell
Andre Radloff
Logan Schmidt

Rédacteur en chef

Patti Marohn

Développeurs de programmes scientifiques

Dr. Sarah Glassman
Andre Radloff
Melissa Rogers
Logan Schmidt
Beth Short
Dr. Katya Vines

Médias numériques

Ashley Deese
Reuben Brenner-Adams
Sofia Elian
Ryan Seymour

Spécialiste es produits du programme

Hannah Osborn

Centre d'éducation scientifique de Smithsonian : Personnel de soutien du module

Bureau exécutif

Kate Echevarria
Bernadette Hackley
Angela Pritchett

Finances et administration

Lisa Rogers, Division Director
Anne-Marie Kom

Promotion et partenariats

Cole Johnson, Division Director
Inola Walston

Services professionnels

Dr. Amy D'Amico, Division
Director
Katherine Blanchard

Services professionnels (suite)

Kat Fancher
Katie Gainsback
Dr. Hyunju Lee
Tami McDonald
Nejra Malanovic
Alexa Mogck
Eva Muszynski

Conseillers principaux de projets

Shweta Bansal, PhD
Professeur agrégé de biologie
Université de Georgetown

Lisa A. Cooper, MD, MPH
Médecin, chercheur en santé publique
Université Johns Hopkins
Baltimore, États-Unis & Ghana, Afrique

Anne McDonough, MD
Médecin, Établissement Smithsonian
Washington DC et Panama

Cassie Morgan, MPH
Épidémiologie et biostatistiques
Coordonnateur de la durabilité de Kuunika
Cooper/Smith

Dr. Marc Sprenger
Conseiller principal du directeur adjoint
Général et Scientifique en chef du
Organisation mondiale de la Santé
Région de Genève, Suisse

Dr. Maryam Bigdeli
Représentante de l'Organisation mondiale
de la Santé
Maroc

Réviseurs techniques

Viviane Bianco, MSU
Agent technique
Organisation mondiale de la Santé

Dr Shalini Desai
Officier médical
Organisation mondiale de la Santé

Dr Maryam Bigdeli
Représentant de l'Organisation mondiale de la
Santé
Maroc

Melinda Frost, MA, MPH
Communication des risques liés au plomb
Organisation mondiale de la Santé

Omary Mussa Chillo
Université de Muhimbili de la santé et des
sciences alliées (MUHAS)
Dar es Salaam, Tanzanie

Jaime González-Montero, MD, PhD
Université du Chili
Santiago, Región Metropolitana, Chili

Amarjargal Dagvadorj, MD, MSc, DRPh
Institut de recherche de l'Hôpital d'Ottawa
Oulan-Bator, Mongolie

Dr Yangmu Huang
Chercheur associé, École de santé publique
Département de santé mondiale, École de santé
publique, Université de Pékin
District de Haidian, Chine

Amy D'Amico, PhD
Directeur de division Services professionnels
Centre d'éducation scientifique de Smithsonian
Professeur adjoint, Département de biologie
Université de Georgetown
Washington D.C. USA

Dr Dipendra Khatiwada, MD
Département de médecine communautaire
Faculté des Sciences Médicales
Bharatpur, Chitwan, Népal

Dr Rosamund Lewis
Chef, Sciences de la santé publique COVID-19
Intervention d'urgence
Organisation mondiale de la Santé

Dr Trisha Peel
Maladies infectieuses et intendance des
antimicrobiens
Boursier de perfectionnement professionnel du
NHMRC Ministère des maladies infectieuses
L'Hôpital Alfred et l'Université Monash
Melbourne, Victoria, Australie

Jaifred F. Lopez, MD, MPM
Professeur adjoint et assistant spécial du doyen
Département de nutrition, Collège de santé
publique
L'Hôpital Alfred et l'Université Monash
Université des Philippines Manille

Dr Marc Sprenger
Conseiller principal du directeur adjoint
Général et Scientifique en chef de
l'Organisation mondiale de la Santé
Région de Genève, Suisse

Dr Atiya Mosam MBBCH, FCPHM, MPH,
MMed
Chercheur principal : PRIDELESS SA -
SAMRC/Centre for Health Economics and
Decision

Science
Directeur : Common Purpose South Africa

Michelle Thulkanam MSc
Agent des relations extérieures
Organisation mondiale de la Santé

Julio Muñoz
Spécialiste en médecine préventive à l'hôpital de
Sagunto
Valence, Espagne

Dr Raudah Mohd Yunus
Chargé de cours et spécialiste en santé publique
Département de médecine de santé publique
Universiti Teknologi MARA (UITM)
Sungai Buloh Campus
Selangor, Malaisie

Dr Nathaniel Orillaza
Université des Philippines
Manille, Philippines

Ursula (Yu) Zhao, EMBA
Agent technique
Coordonnateur de la traduction automatique de
l'OMS
Organisation mondiale de la Santé

Réviseurs linguistiques

Ms Liliane Boualam
Organisation mondiale de la Santé
Genève, Suisse

Dr Elisa Dominguez
Organisation mondiale de la Santé
Genève, Suisse

Ms Christine Fresnel
Organisation mondiale de la Santé
Genève, Suisse

Ms Anne-laure Lameyre
Organisation mondiale de la Santé
Genève, Suisse



SCIENCE
for Global Goals

Parents, aidants et éducateurs

Les plans d'action peuvent être partagés avec nous en utilisant le hashtag
#SSfGG!

Twitter

@SmithsonianScie

Facebook

@SmithsonianScienceEducationCenter

Instagram

@SmithsonianScie

www.ScienceEducation.si.edu

Smithsonian Science for Global Goals (SSfGg) est un programme d'études librement disponible développé par le Smithsonian Science Education Center en collaboration avec l'InterAcademy Partnership. Il utilise les Objectifs de Développement Durable (ODD) des Nations Unies comme cadre pour se concentrer sur des actions durables définies et mises en œuvre par les élèves.

Tenant d'habiliter la prochaine génération de décideurs capables de faire les bons choix sur les enjeux socio-scientifiques complexes auxquels est confrontée la société humaine, SSfGg combine les pratiques antérieures, basée sur des enquêtes, en éducation scientifique, en éducation sociale, en éducation à la citoyenneté mondiale, en éducation sociale et en émotion sociale et en éducation pour le développement durable.

développé par



en collaboration avec

