

Vrai ou faux :

/22

1	L'Hygiène c'est aussi l'ensemble des conditions sanitaires visant à conserver la santé
2	L'OMS est l'Organisation Morale Scientifique
3	Il faut absolument conseiller un régime à une personne étant en surpoids de plus de 30 kilos
4	Il y a 7 domaines de l'Hygiène
5	Utiliser les principes de la pensée positive permet une bonne hygiène mentale
6	Mes cheveux sont gras tous les jours au matin, je dois les laver chaque jour
7	Les règles d'hygiène corporelle sont automatiquement connues de tous
8	Il faut aérer sa maison 10 minutes par jour été comme hiver
9	Les coussins sont à nettoyer au moins une fois par semaine
10	Partir en vacances fait partie des règles d'hygiène
11	Porter des vêtements propres fait partie de l'hygiène corporelle
12	Il est nécessaire de nettoyer son habitation à l'eau de javel chaque jour
13	Un ou une relooker (se) doit désinfecter au « Détol » ses pinceaux après chaque cliente
14	Il faut utiliser un shampoing traitant à chaque lavage en fonction du type de cheveux
15	Gommage et masque pour le corps: une à deux fois par semaine
16	Application d'une crème hydratante: une à deux fois par semaine
17	On doit se laver les mains avec un produit antiseptique en cas d'épidémies de grippe
18	Une épilation journalière fait partie des règles d'hygiène de base
19	Le nettoyage de la langue fait partie d'une bonne hygiène buccale
20	Pour hydrater nos cellules nous devons boire au minimum 1,5 litre d'eau par jour
21	Une mauvaise hygiène vestimentaire peut provoquer la propagation de maladies contagieuses
22	La durée du sommeil varie en fonction, entre autre, de l'âge

Complétez :

/8

Règles d'hygiène										
	Oui	Non	H corporelle	H alimentaire	H vestimentaire	H de vie	H mentale	H de l'environnement	H sociale	Si Non explication ...
1	Se brosser les dents 3 fois par jour									
2	Se faire masser									
3	Se faire vacciner									
4	Se laver à l'eau très chaude									
5	Se laver souvent les mains									
6	Se nettoyer le visage tous les jours									
7	S'épiler une fois par semaine									
8	S'hydrater									

Cours gratuit. Ne peut être utilisé à des fins commerciales uniquement que par les personnes accréditées par le centre de formation RCIC Asbl. N° Entreprise : Be 06 7658 4502

Pour plus de renseignements : contact : www.rcic-formations.com

3- Hygiène :

Exemples :

- a)
- b)

4- Hygiène :

Exemples :

- a)
- b)

5- Hygiène :

Exemples :

- a)
- b)

6- Hygiène :

Exemples :

- a)
- b)

7- Hygiène :

Exemples :

- a)
- b)

Bon travail !

Correction ... Pour compter approximativement vos points 😊 sinon, reprenez votre cours afin de vérifier vos réponses plus personnelles.



1	L'Hygiène s'est aussi l'ensemble des conditions sanitaires visant à conserver la santé	VRAI
2	L'OMS est l'Organisation Morale Scientifique	FAUX
3	Il faut absolument conseiller un régime à une personne étant en surpoids de plus de 30 kilos	FAUX
4	Il y a 7 domaines de l'Hygiène	VRAI
5	Utiliser les principes de la pensée positive permet une bonne hygiène mentale	VRAI
6	En avril 2016- l'OMS a déposé un rapport mondial sur le diabète	VRAI
7	Les règles d'hygiène corporelle sont automatiquement connues de tous	FAUX
8	Il faut aérer sa maison 10 minutes par jour été comme hiver	VRAI
9	Les coussins sont à nettoyer au moins une fois par semaine	FAUX
10	Partir en vacances fait partie des règles d'hygiène	VRAI
11	Porter des vêtements propres fait partie de l'hygiène corporelle	FAUX
12	Il est nécessaire de nettoyer son habitation à l'eau de javel chaque jour	FAUX
13	Un ou une relooker (se) doit désinfecter au détol ses pinceaux après chaque cliente	FAUX
14	Il faut utiliser un shampoing traitant à chaque lavage en fonction du type de cheveux	FAUX
15	Gommage et masque pour le corps: une à deux fois par semaine	VRAI
16	Application d'une crème hydratante: une à deux fois par semaine	FAUX
17	On doit se laver les mains avec un produit antiseptique en cas d'épidémies de grippe	VRAI
18	Un épilation journalière fait partie des règles d'hygiène de base	FAUX
19	Le nettoyage de la langue fait partie d'une bonne hygiène buccale	VRAI
20	Pour hydrater nos cellules nous devons boire au minimum 1,5 litre d'eau par jour	VRAI
21	Une mauvaise hygiène vestimentaire peut provoquer la propagation de maladies contagieuses	VRAI
22	La durée du sommeil varie en fonction, entre autre, de l'âge	VRAI

- 1- Oui – H Corporelle et mentale
- 2- Oui – H Corporelle et mentale
- 3- Oui – H Sociale
- 4- Non
- 5- Oui – H Corporelle et sociale
- 6- Oui – H Corporelle
- 7- Non
- 8- Oui – H Corporelle- alimentaire- de vie

Les 7 domaines de l'hygiène :

- H corporelle
- H alimentaire
- H sociale
- H environnementale
- H vestimentaire
- H mentale
- H de vie.

Leçon 4 ... les bonnes manières ... Mhhhhhhh 😊

Cours gratuit. Ne peut être utilisé à des fins commerciales uniquement que par les personnes accréditées par le centre de formation RCIC Asbl. N° Entreprise : Be 06 7658 4502

Pour plus de renseignements : contact : www.rcic-formations.com