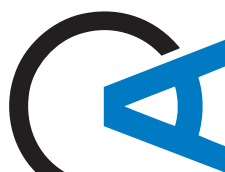


Livre d'activités sur les yeux sains

Livre d'apprentissage pour écoles primaires



par
Victoria Francis et Boateng Wiafe



Livre d'activités sur les yeux sains

Livre d'apprentissage pour écoles primaires

par

Victoria Francis et Boateng Wiafe



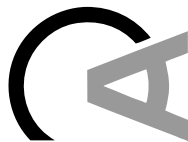
International Centre for Eye Health
London School of Hygiene & Tropical Medicine
Keppel Street
London WC1E 7HT, UK
Tel: 0044 207 958 8316
E-mail : eyeresource@ucl.ac.uk
Website: www.ucl.ac.uk/iao/



Les auteurs et le Centre International pour la Santé Oculaire remercient Sight Savers International pour l'aide apportée pour développer ce livre.



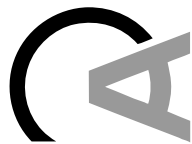
traduction française J. Nouaille-Degorce
Youzondo France



Nous exprimons aussi notre gratitude pour le soutien du GROUPE DE TRAVAIL VOIR ET VIVRE pour les éditions en Anglais et plusieurs autres langues et maintenant pour la version française.
L'impression et la distribution de cette édition est aussi réalisée par VOIR ET VIVRE.

Copyright, Victoria Francis, 1996
First edition published in 1996
Second edition published in 2001
Edition française publiée en 2004

Toute partie de ce livre peut être copiée, reproduite, ou adaptée selon les besoins locaux sans autorisation préalable à condition d'être distribuée gratuitement. Pour tout commentaire, ou pour vous procurer ce livre dans une autre langue contacter The International Centre for Eyes Health, Londres



Cette publication a été rendue possible par
SIGHT AND LIFE
SIGHT AND LIFE est une initiative à but humanitaire de DSM

Task Force SIGHT AND LIFE
BP 2116, 4002, Bâle, Suisse
Courriel: sight.life@dsm.com
Site web: <http://www.sightandlife.org>

This publication was made possible by
SIGHT AND LIFE
SIGHT AND LIFE is a humanitarian initiative of DSM

Task Force SIGHT AND LIFE
PO Box 2116; 4002, Basel, Switzerland
E-mail: sight.life@dsm.com
Website: <http://www.sightandlife.org>

ISBN 3-906412-25-3

Comment utiliser ce livre

Avis à l'élève:

Ce livre indique comment prendre soin de tes yeux.

Il y a des histoires et des dessins faits par des enfants. Tu peux raconter tes propres histoires et faire tes dessins dans les espaces vides ou sur des feuilles séparées. Tu peux colorier les autres dessins pour embellir le livre.

Ce livre t'aidera à savoir ce qu'il est bon de faire si toi ou ta famille avez des problèmes avec vos yeux. Ce livre t'aidera aussi à savoir comment conserver tes yeux en bonne santé.

Avis au maître :

Ce livre est un livre d'activités – les enfants devraient l'utiliser de façon active: le livre ne leur donne pas toutes les réponses, il les incite à réfléchir, penser et faire des choses à l'école et à la maison. Le livre devrait être utilisé pour encourager les enfants à apprendre en **faisant**, pas en **disant**.



Activité en classe

Dans ces exercices les enfants devraient être encouragés à faire des choses ; par exemple dessiner, raconter ou écrire une histoire, ou exécuter une tâche avec leurs camarades.



Activité à la maison

Les enfants devraient faire ces exercices chez eux. On pourrait leur demander de discuter de quelque chose avec leurs parents, de regarder quelque chose ou de faire quelque chose chez eux.



Discussion en classe

Après une histoire ou une activité en classe les enfants discutent de la signification de ce qu'ils viennent d'apprendre.



Messages de santé

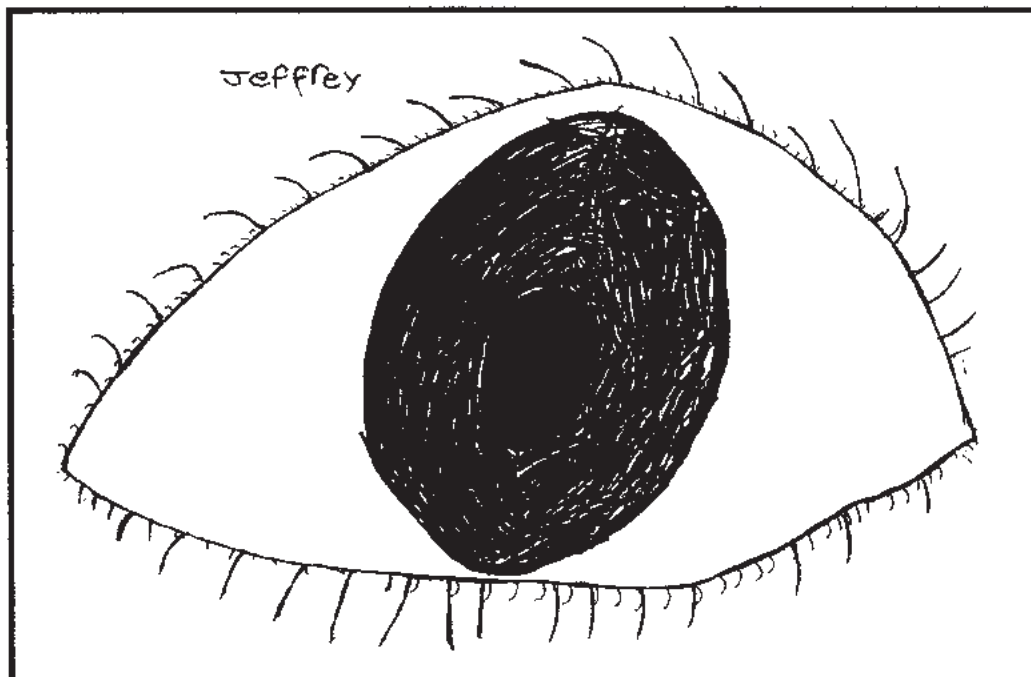
Chaque section se termine par un résumé des principaux messages de santé pour empêcher la cécité. Tous ces messages sont inscrits dans un cadre. Ces messages peuvent être appris de différentes façons. Par exemple le maître peut faire une chanson ou faire un poster à afficher au mur. C'est à vous, le maître, de penser aux moyens intéressants pour vous assurer que les enfants comprennent et retiennent ces messages !

Table des Matières

Partie 1	Prends soin de tes yeux	1
	Sans yeux que ferions-nous ? A quoi ressemble des yeux sains ? Que pouvons-nous faire pour garder nos yeux sains ?	
Partie 2	Qu'est-ce qui rend des gens aveugles ?	7
	Comment peux-tu dire que quelqu'un est aveugle ? Qu'est-ce qui provoque la cécité ? Quelles choses peuvent blesser les yeux ?	
Partie 3	Prévention de la cécité suite aux accidents	13
	Les choses qui peuvent blesser les yeux Les choses qui peuvent crever les yeux Les choses qui peuvent tomber dans les yeux Les choses qui peuvent brûler les yeux	
Partie 4	Prévention de la cécité due aux maladies	27
	La rougeole peut provoquer la cécité La malnutrition peut provoquer la cécité Des yeux rouges et douloureux peuvent conduire à la cécité	
Partie 5	Ne te soigne pas tout seul	39
	Comment s'abîmer les yeux en se soignant tout seul On peut guérir ses yeux en se soignant tout seul	
Partie 6	On peut éviter la cécité due à la cataracte	44
	Qu'est-ce que la cataracte ? Comment sait-on que quelqu'un a une cataracte ? Comment peut-on aider une personne qui a une cataracte à voir ?	
Partie 7	Que peut-on faire pour aider un aveugle ?	46
	Un aveugle peut faire beaucoup de choses Que peut-on faire pour aider les aveugles ?	
Conclusion:		
	Tu peux prévenir la cécité dans ta communauté	48

Partie 1

Prends soin de tes yeux



1.1 Sans yeux que ferions-nous ?



Activité en
classe

Qu'aimes-tu voir ?

Dans le cadre, dessine toutes les choses que tu aimes regarder



Activité en
classe

Etre aveugle c'est
comment ?



Bande les yeux d'une personne dans la classe. Demande-lui de marcher autour de la pièce. Après, demande-lui ce que ça lui a fait d'être dans le noir. Puis propose à d'autres élèves d'avoir les yeux bandés.

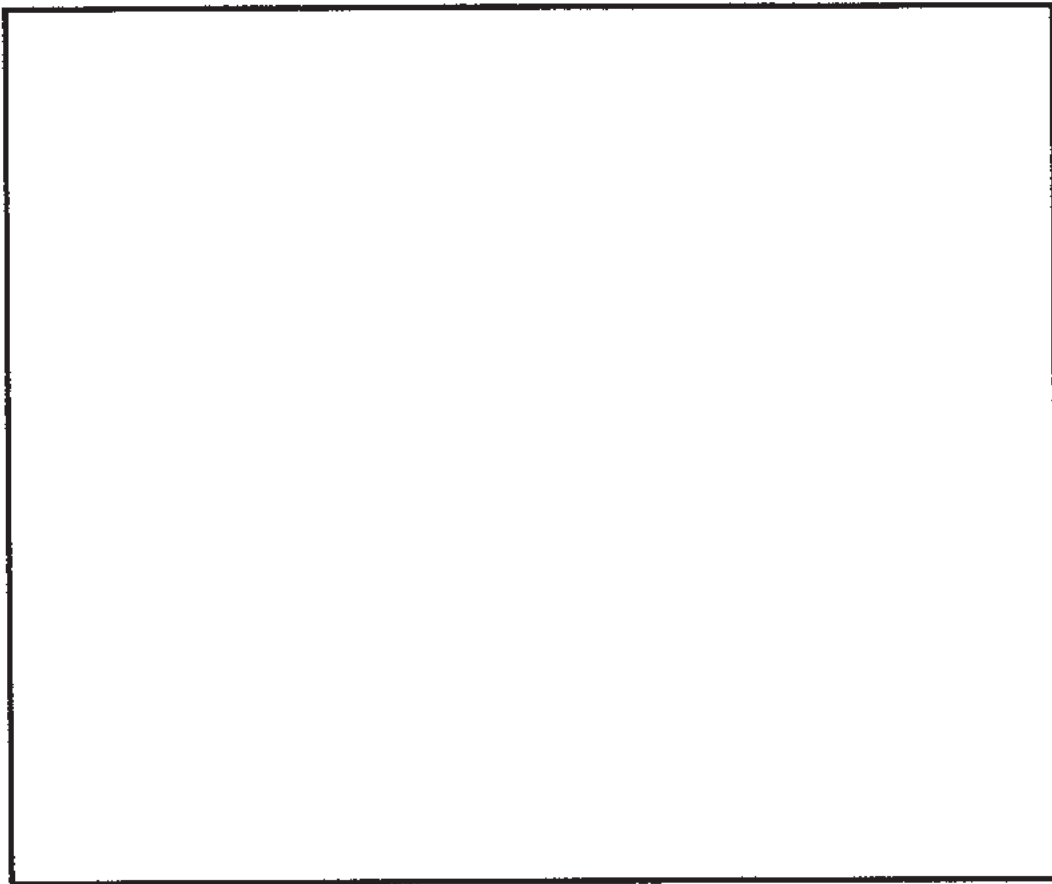
1.2 A quoi ressemblent des yeux sains ?



Activité en
classe

Dessine
un œil

Regarde dans l'œil de ton copain. Maintenant dessine ce que tu as vu



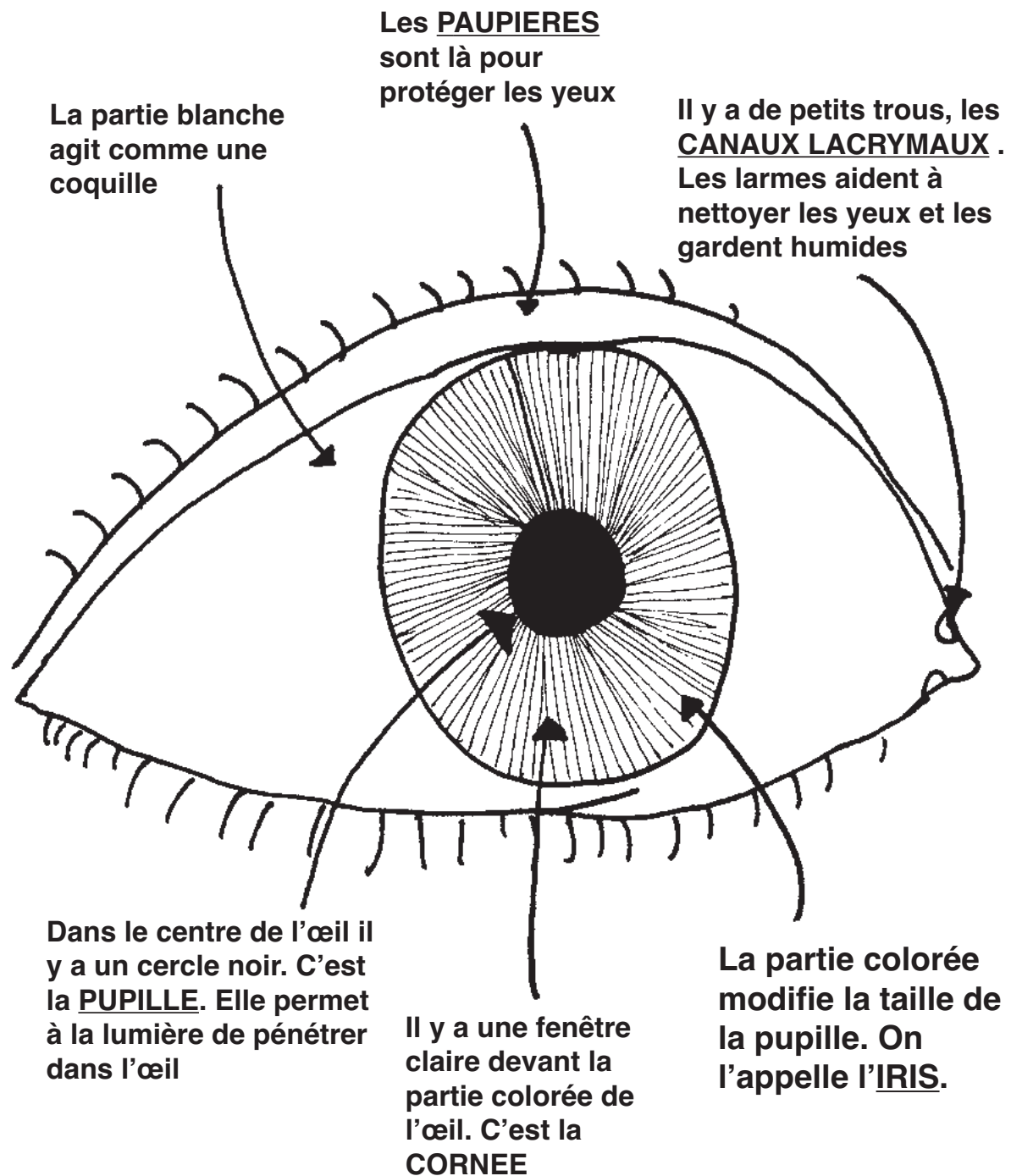
Quand tu as dessiné l'œil de ton copain, as-tu vu qu'il y a différentes parties dans l'œil ?

Chaque partie a son propre rôle à jouer pour t' aider à voir.

Tourne la page et tu verras le rôle de chacune des parties de l'œil.

Les parties de l'œil

L'œil droit



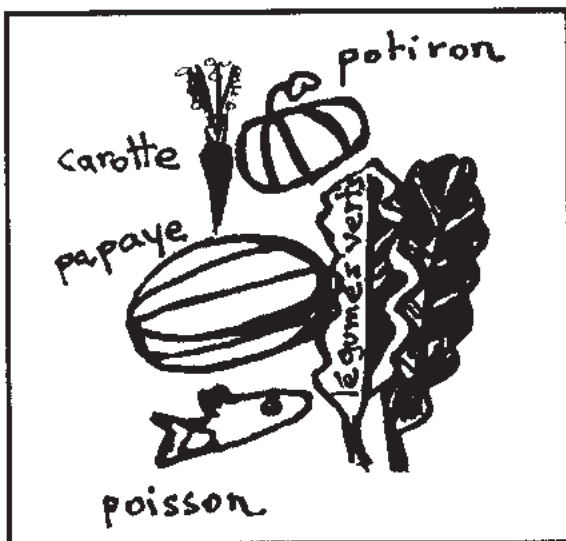
1.3 Que pouvons-nous faire pour garder nos yeux sains ?



Messages de santé



Il y a quatre choses à faire pour garder ses yeux sains



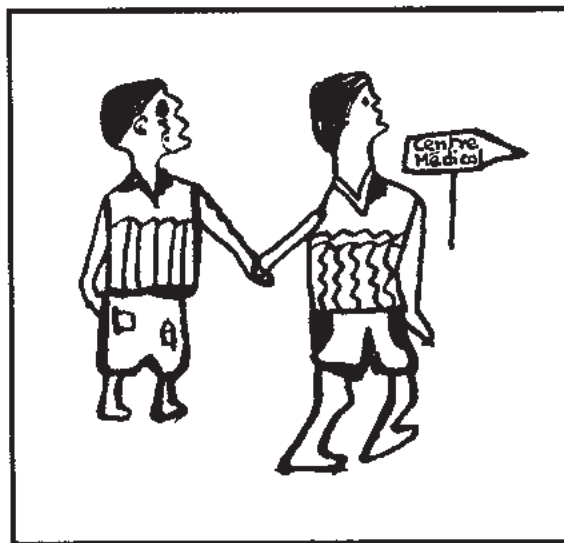
Mange de la bonne nourriture



Lave-toi la figure



Fais-toi vacciner contre la rougeole



Va te faire soigner rapidement



Activité en
classe

Compose une
chanson



**QUE POUVONS-NOUS FAIRE
POUR GARDER DES YEUX
SAINS ?**

Manger de la bonne nourriture
Se laver la figure
Se faire vacciner contre la rougeole
Se faire soigner rapidement

Nous chantons à propos des yeux sains



Partie 2

Qu'est-ce qui rend des gens aveugles?



Sais-tu pourquoi
des personnes
deviennent
aveugles ?



**Activité en
classe**

Dessine et écris

Dessine ton portrait ou celui de quelqu'un que tu connais et qui a eu un problème à l'œil. Le dessin doit indiquer ce qui est arrivé à l'œil, ce que la personne a fait pour avoir de l'aide et ce qui est arrivé après. Ecris ensuite une histoire à propos de ton dessin.

A large, empty rectangular box with a black border, intended for the student to draw and write their story.

2.1 Comment peux-tu dire que quelqu'un ne voit pas bien ?



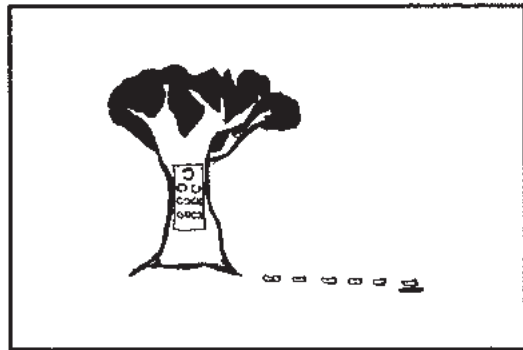
Activité en classe

Teste la vision

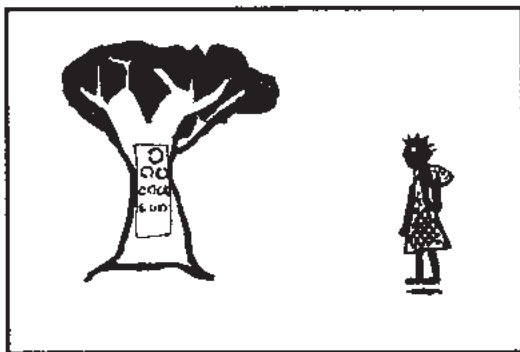
Tu peux savoir si quelqu'un voit bien ou mal en testant ses yeux. Utilise le tableau au dos de ce livre pour vous tester réciproquement les yeux. Voici ce qu'il faut faire :



1. Attache le tableau à un mur ou un arbre.



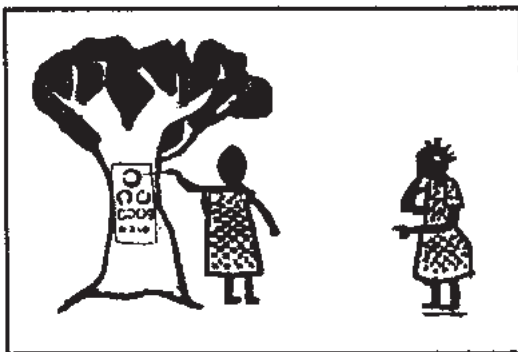
2. Mesure la distance. Fais six pas de l'arbre ou du mur. Marque le point.



3. Demande à la personne que tu testes de se mettre sur la marque et de couvrir son œil gauche.



4. Pointe le gros C de la ligne du haut. Demande à la personne de montrer où est l'ouverture. Répète l'opération avec le reste du tableau.



5. Fais de même maintenant pour l'autre œil. La personne doit se couvrir l'œil droit.

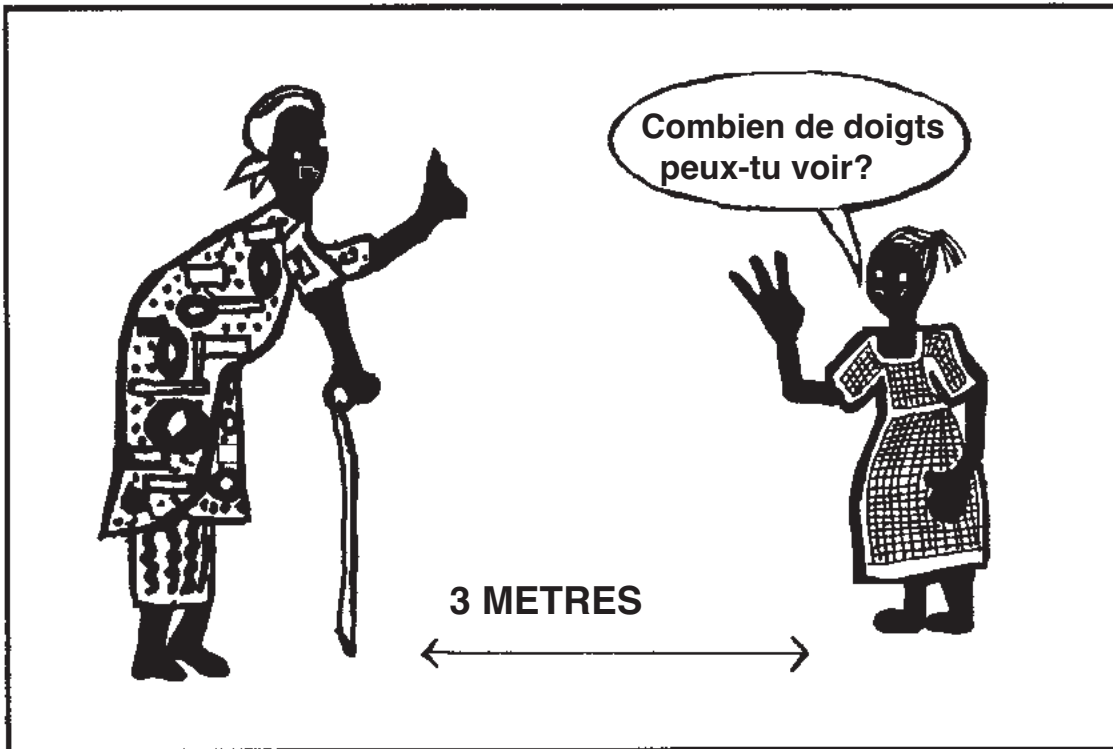
6. Ecrit les noms des enfants qui ne voient pas les C des lignes 6/18 ou 6/36 ou 6/60. Cela veut dire qu'ils ne voient pas bien et qu'ils ont besoin d'être contrôlés.



Activité à la maison

Tester la vue à la maison

A la maison tu peux savoir si quelqu'un ne voit pas bien en utilisant tes doigts au lieu du tableau.



1. Mets toi à 3 mètres de la personne.
2. Montre 2 ou 3 doigts.
3. Demande-lui de dire combien de doigts elle peut voir.
4. Essaie à nouveau avec 1 ou 4 doigts.

Qui dans ta famille n'a pas pu bien voir tes doigts ?

2.2 Qu'est ce qui peut rendre une personne aveugle?

As-tu trouvé quelqu'un chez toi qui n'a pas pu compter tes doigts ? Pour quelle raison ? Coche la raison dans le questionnaire si tu la connais.

Les choses qui peuvent rendre quelqu'un aveugle.

1. La personne a eu une blessure à l'œil	
2. La personne a eu une maladie à l'œil et elle est devenue aveugle	
3. La personne a été malade et elle est devenue aveugle	
4. La personne est devenue aveugle après s'être mis quelque chose dans l'œil	
5. La personne est devenue aveugle parce qu'elle est vieille	
6. La personne est née aveugle	
7. Je ne sais pourquoi elle est devenue aveugle	
8. S'il y a une autre raison indique là ici	

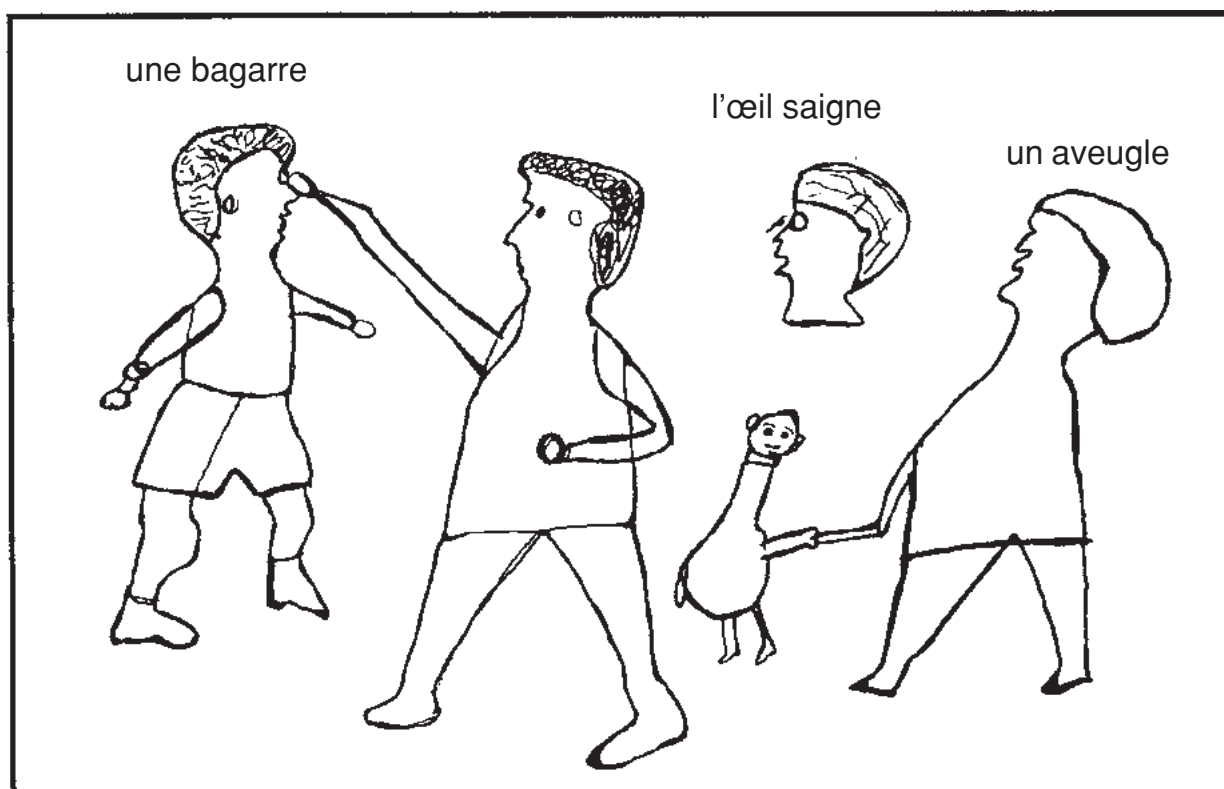


Il y a beaucoup de choses qui peuvent rendre aveugle une personne. Certaines peuvent être EVITEES

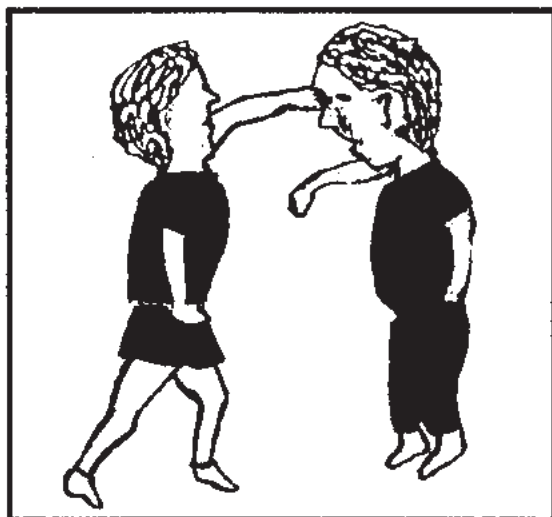
Notes

Partie 3

Prévention de la cécité suite aux accidents



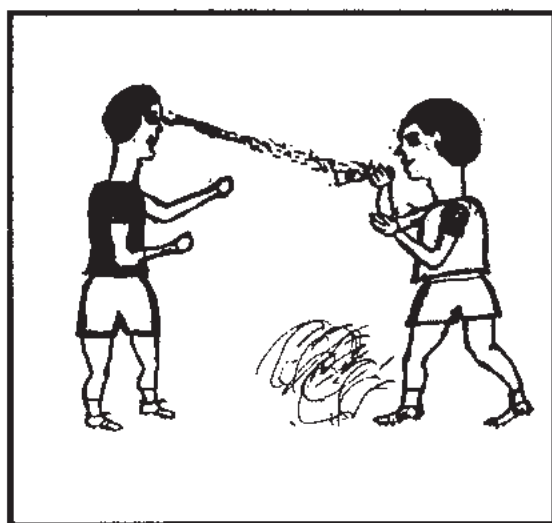
Des choses qui peuvent blesser les yeux



Des choses peuvent frapper les yeux



Des choses peuvent crever les yeux



Des choses peuvent entrer dans les yeux



Des choses peuvent brûler les yeux

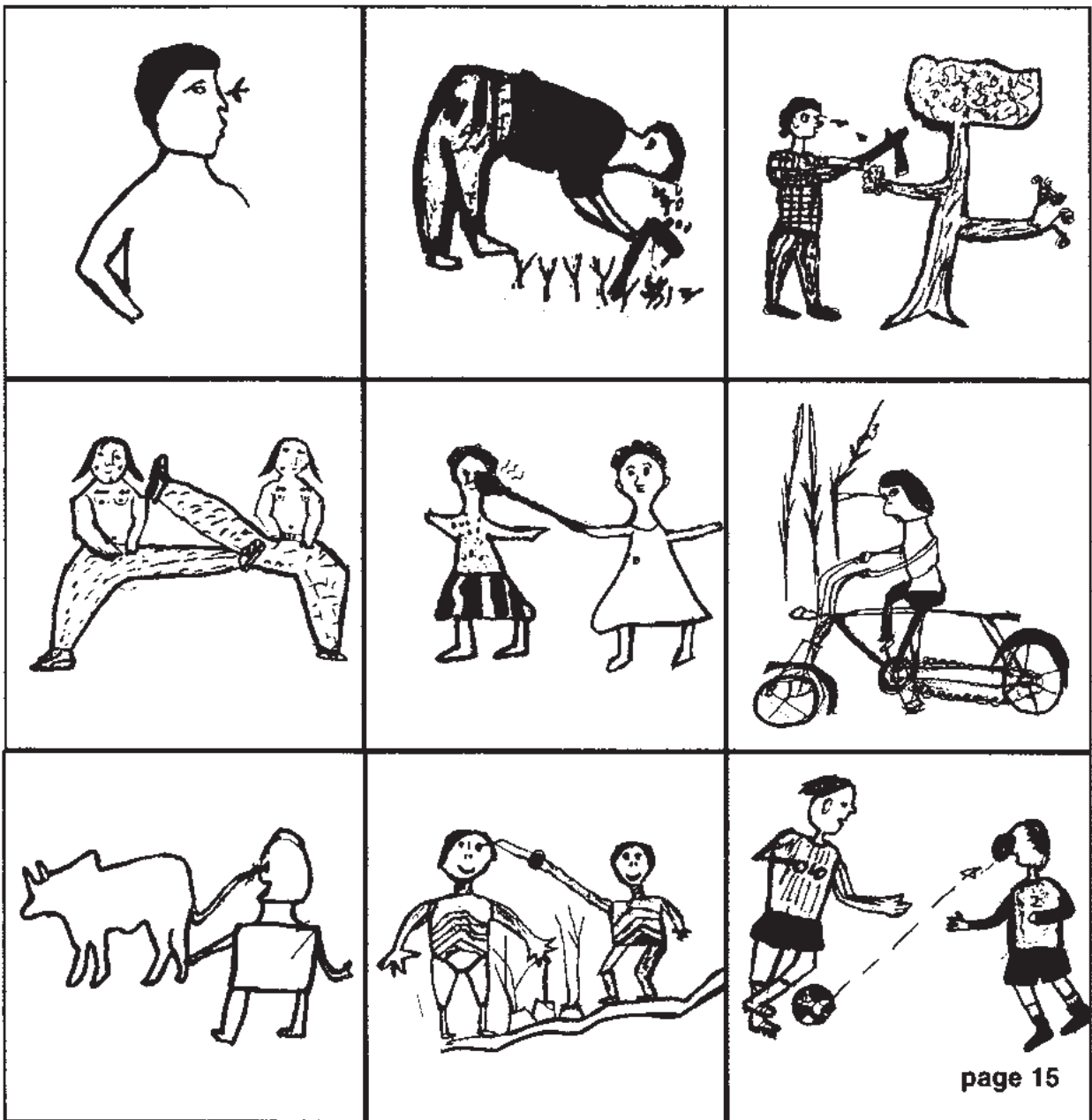


Activité en classe

Qu'arrive-t-il dans ces dessins ?

**Regarde ces dessins. Quel type d'accident penses-tu qu'il arrive ?
Ce sont ...**

- des choses qui frappent les yeux
- des choses qui crèvent les yeux
- des choses qui rentrent dans les yeux
- des choses qui brûlent les yeux



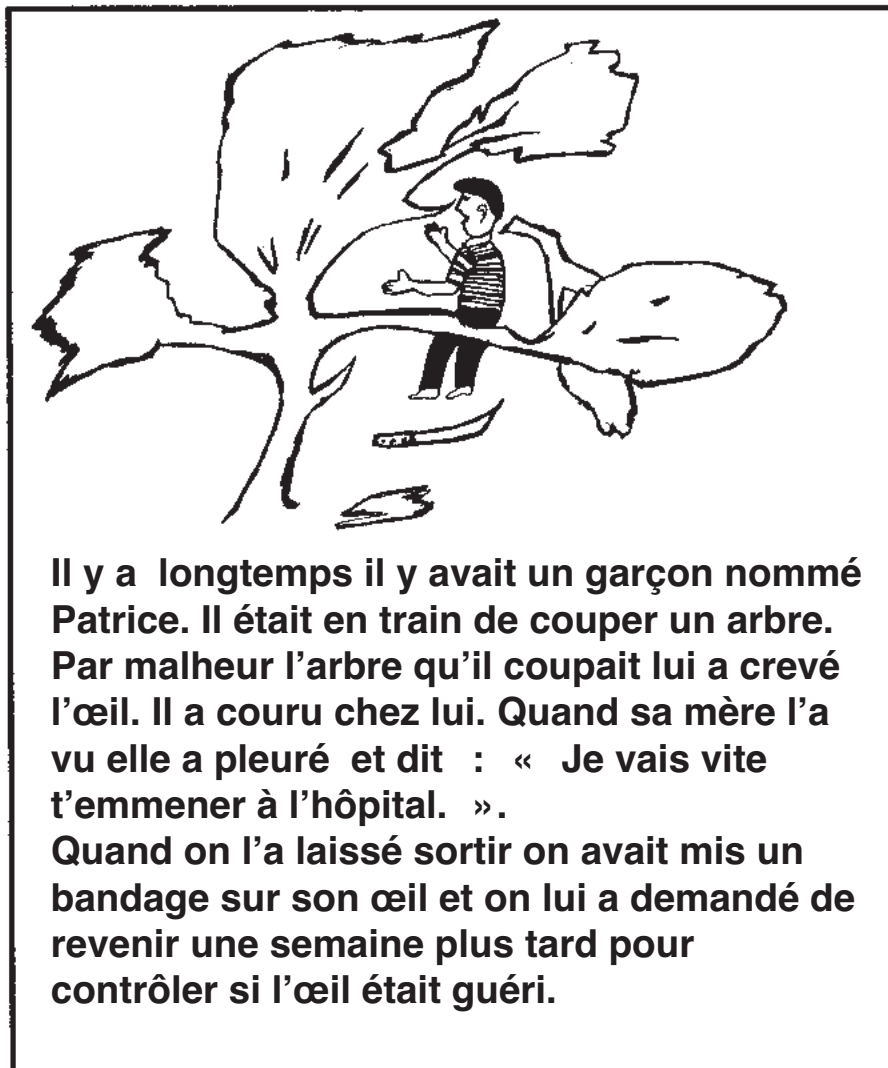
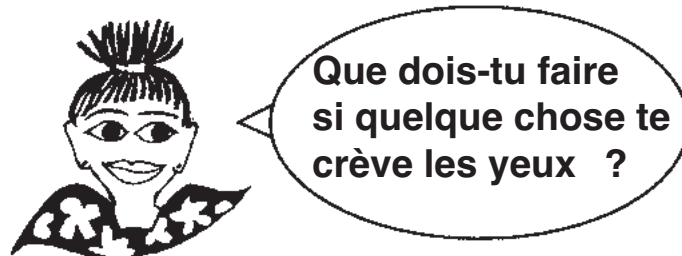
3.1 Des choses peuvent frapper les yeux



Discussion
en classe

Maintenant que doivent-ils faire?

3.2 Des choses peuvent crever les yeux



Discussion
en classe

La mère de Patrice a-t-elle fait ce qu'il fallait ?
Qu'aurait-elle pu faire d'autre ?

3.3 Des choses peuvent entrer dans les yeux



Discussion en classe

Que dois-tu faire si quelque chose te rentre dans les yeux ?

3.4 Des choses qui peuvent brûler les yeux



Discussion
en classe

Comment la mère de
Zion aurait-elle pu
l'aider ?



Torani et Meri cueillaient des mangues. Un serpent était dans l'arbre. Il a craché du venin directement dans l'œil de Torani. Meri n'a pas su quoi faire pour l'aider. A partir de ce jour l'œil a été détruit.



**Discussion
en classe**

**Que font les gens de ton vil-
lage quand un serpent crache
dans les yeux de quelqu'un ?**



**Messages
de santé**

**Ce qu'il faut faire si un
accident abîme l'œil.**



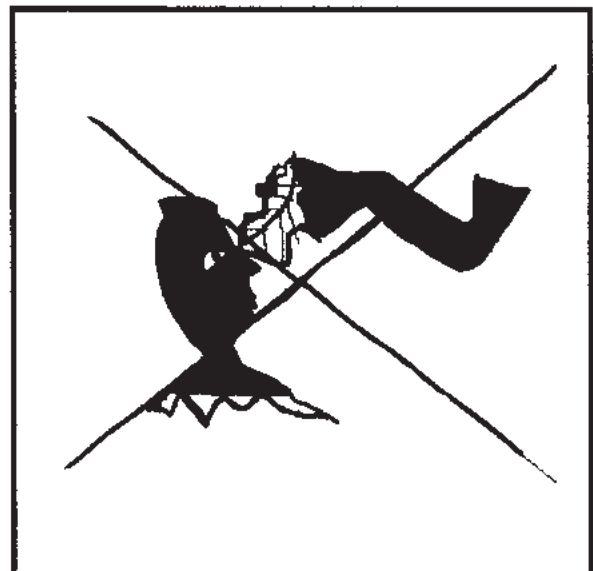
Ne panique pas
Dis à la personne de s'asseoir
tranquillement. Dis-lui de ne pas se
toucher l'œil.



Va chercher de l'aide
Appelle le maître si tu es à l'école.
Appelle tes parents si tu es chez toi.



**Emmène la personne à la clinique
ou au Centre Médical le plus proche.**



**NE METS AUCUN REMEDE LOCAL
(TRADITIONNEL) DANS L'OEIL**

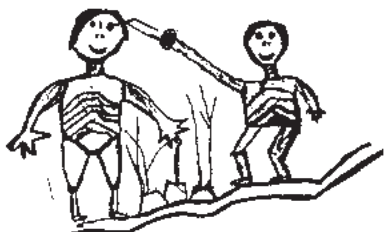


**Ce qu'il faut faire en
cas d'accidents de
différents types**



Si quelque chose frappe l'œil

N'essaie pas de sentir si l'œil est là.



Si quelque chose crève l'œil

N'essaie pas de la retirer.

Va vite chercher du secours.

Si tu perds du temps la personne pourrait perdre l'œil.



**Si quelque chose te tombe dans
l'œil**

N'essaie pas de la retirer toi-même.

Assieds-toi tranquillement pendant dix minutes les yeux fermés. Les larmes peuvent aider la chose à sortir.

Ne te frotte pas l'œil.

Si c'est quelque chose de petit comme du sable, tu peux "regarder dans l'eau". Prends une bassine ou un seau d'eau et plonge ton visage dedans. Ouvre tes yeux dans l'eau pendant quelques minutes afin de laver la saleté.



Si quelque chose brûle l'œil

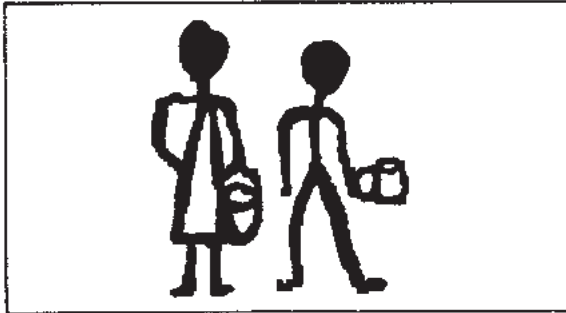
Lave l'œil pendant un long moment. (vois l'activité en classe pour savoir comment laver l'œil.)



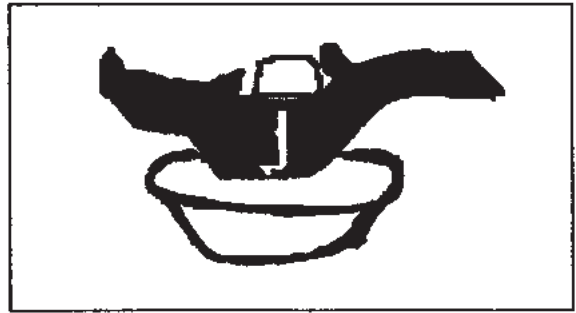
Activité en classe

Exerces-toi au lavage de l'œil.

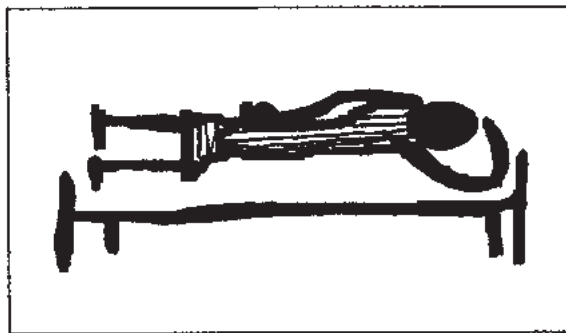
Fais un groupe de trois avec tes camarades. Imagine qu'un de tes copains a quelque chose qui lui brûle l'œil. Exerce-toi à laver l'œil de ton camarade.



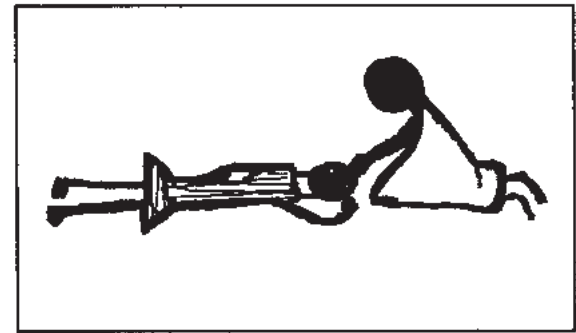
On a besoin de deux personnes ainsi que: Un seau ou une bassine d'eau propre. Un bol.



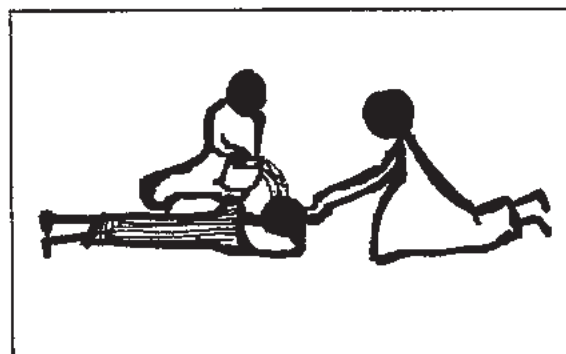
Lave-toi les mains.



Demande à la personne de se coucher sur le dos la tête tournée du côté de l'œil douloureux.



L'un d'entre vous doit ouvrir l'œil et le maintenir ouvert.



L'autre personne doit verser de l'eau dans l'œil d'une distance de 15 cm. Continue à verser l'eau pendant 10 minutes.



Quand tu auras fait cela, va chercher une aide supplémentaire.



Activité à la maison

Apprends à d'autres personnes chez toi à laver les yeux. Cherche où se trouve le centre médical le plus proche.

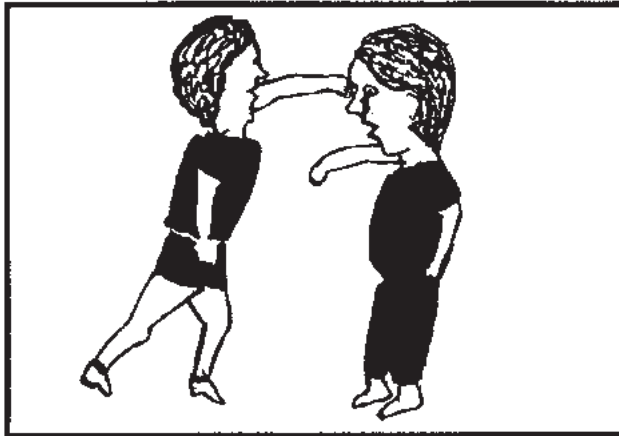


Activité en classe

Révision: Fais un dessin pour montrer ce que tu as appris.



Sais-tu ce qu'il faut faire si les yeux de ton ami sont blessés accidentellement ?



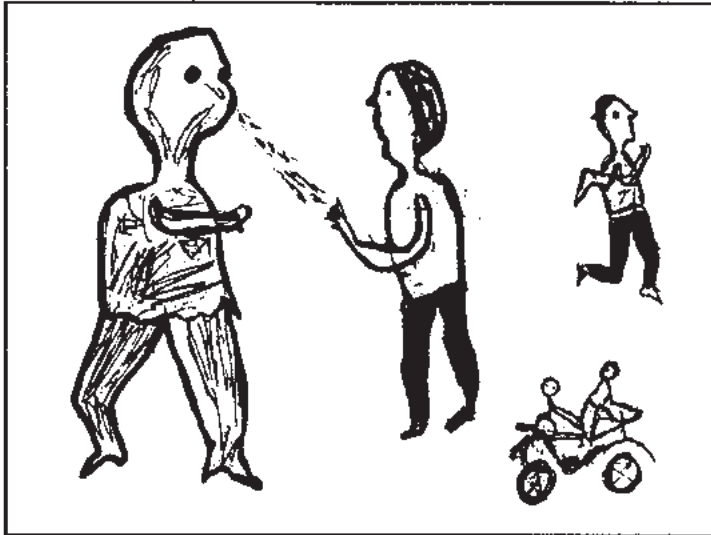
Au début ces garçons jouaient. Et puis l'un des garçons a donné à l'autre un coup dans l'œil. Celui qui avait donné le coup a pris peur. Il s'est enfui en courant.

Fais un dessin pour montrer ce que tu ferais pour aider la victime.



Cette petite fille était allée tirer de l'eau au puits. Au retour elle est rentrée dans un arbre et une branche lui a crevé l'œil. Quand elle est arrivée au village sa mère lui a demandé: " Pourquoi pleures-tu ? ”.

Fais un dessin pour montrer ce que tu ferais pour aider cette petite fille.



Ces enfants jouaient avec du sable. Du sable est entré dans l'œil de Salomé. Son ami était désolé et voulait aider Salomé.

Fais un dessin pour montrer ce que son ami devrait faire pour aider Salomé.



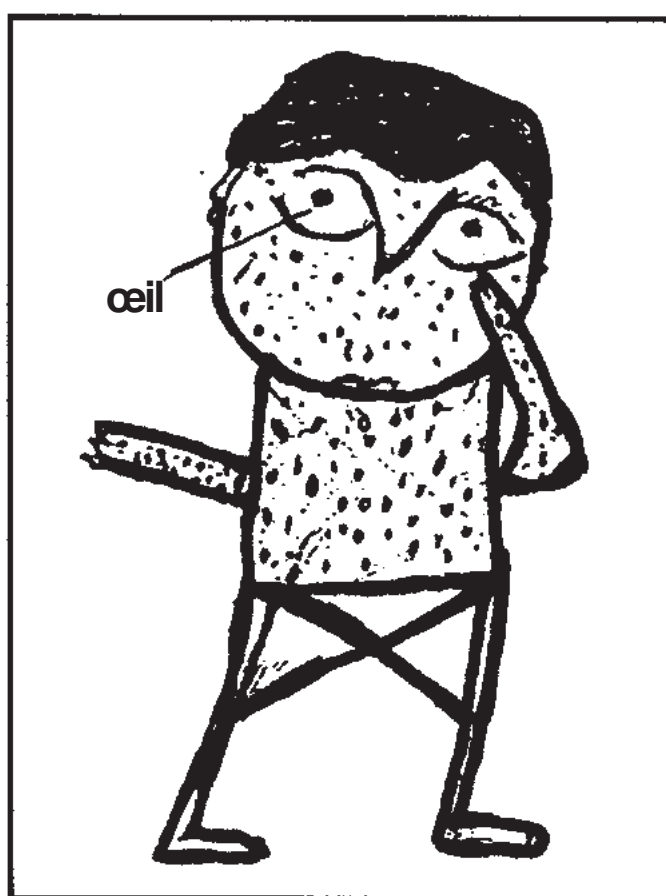
Bernard Nyati était allé couper du bois. Il y avait un serpent dans l'arbre et il a craché dans l'œil de Bernard.

Fais un dessin pour montrer ce que tu ferais pour aider Bernard qui a du venin de serpent qui lui brûle l'œil.

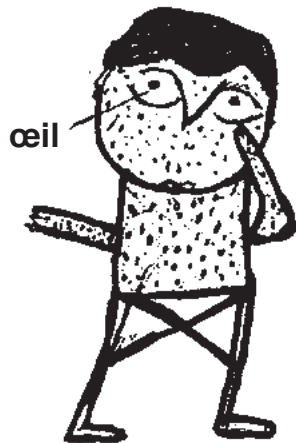
Notes

Partie 4

Prévention de la cécité due à la maladie



Certaines maladies
peuvent rendre une
personne aveugle



La rougeole peut rendre un enfant aveugle




La malnutrition peut rendre un enfant aveugle



Des yeux rouges et douloureux peuvent provoquer la cécité

4.1 La rougeole peut rendre un enfant aveugle



C'est l'histoire d'Isabelle. Elle était aveugle depuis l'enfance parce qu'elle avait eu la rougeole. Pendant qu'elle était malade on était toujours en train de la réveiller. On pensait que si elle dormait elle deviendrait aveugle.

Un herboriste a mis des herbes dans les yeux d'Isabelle. Après cela c'était comme s'il y avait une ombre sur ses yeux. Depuis elle est aveugle.



**Discussion
en classe**

Où tu vis y a-t-il un mot local pour la rougeole ?

Est-il vrai qu'un enfant qui a la rougeole peut devenir aveugle si on le laisse dormir ?

Est-ce une bonne idée de mettre des herbes dans les yeux d'un enfant qui a la rougeole ?



Messages de santé

La rougeole est habituellement une maladie des enfants. Elle se transmet de l'un à l'autre. Les enfants qui ont cette maladie ont de la fièvre, une éruption cutanée, ils ont du mal à regarder la lumière et ils ne veulent pas manger.

Ce que tu peux faire pour éviter la cécité due à la rougeole

- **Les parents doivent faire vacciner leur bébé contre la rougeole.**
- **Si un enfant a la rougeole il ne faut pas lui mettre une médication locale dans les yeux.**
- **Ne mets pas de médicament dans les yeux à moins qu'un infirmier ne te l'aie donné.**
- **Les enfants qui ont la rougeole doivent boire beaucoup.**
- **Quand un bébé a la rougeole, sa mère doit continuer à l'allaiter aussi souvent que possible.**
- **Quand un enfant a la rougeole, tu dois lui donner à manger de la nourriture saine et facile à manger par exemple du potiron, du poisson, des mangues, du lait, des œufs, des bananes.**
- **Si l'enfant ne peut ouvrir les yeux ou s'ils sont encore douloureux après que l'éruption soit finie, emmène-le au centre médical aussitôt que possible**




**Activité en
classe**

Fais un dessin

Dessine un enfant que l'on vaccine contre la rougeole

4.2 La malnutrition peut rendre un enfant aveugle



nuit →

C'est l'histoire de Placide. Depuis quelque temps il ne pouvait pas bien voir la nuit. Sa mère l'a conduit au Centre Médical. On lui a dit que c'était parce qu'il ne mangeait pas d'aliments bons pour les yeux. Après cela sa mère lui a préparé de la nourriture qui est bonne pour les yeux. Elle lui cuisinait de la soupe de poisson et des épinards. Il a mangé aussi beaucoup de mangues. Maintenant il est guéri et peut voir même quand le soleil se couche.



**Discussion
en classe**

**As-tu déjà entendu parler de
cécité nocturne ?
Y a-t-il un mot dans ta langue
pour la cécité nocturne ou pour
dire qu'on ne peut pas bien voir
le soir ?
Quels aliments permettent de
garder des yeux sains ?**



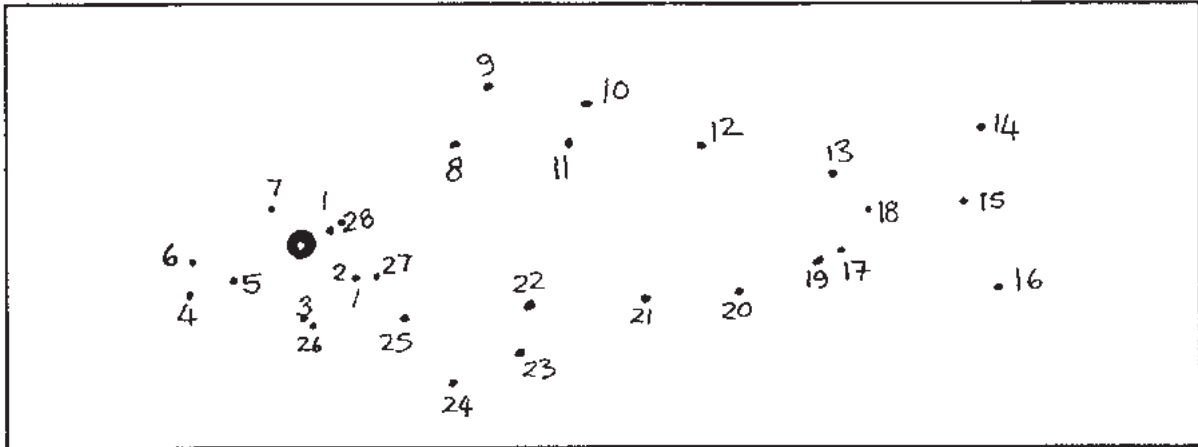
Messages de santé

Si les enfants n'ont pas de nourriture correcte en quantité suffisante ils ne peuvent pas se développer correctement et vont devenir très maigres. De la bonne nourriture est importante aussi pour avoir des yeux sains. Si un enfant ne peut pas voir correctement le soir cela signifie qu'il n'a pas mangé suffisamment d'aliments appropriés pour garder ses yeux en bonne santé. S'il n'a pas cette nourriture en quantité suffisante il peut devenir complètement aveugle.



Activité en classe

Joins les numéros.



Réunis les numeros et tu verras apparaître un type d'aliment qui est bon pour les yeux.



Activité en classe

Qu'est-ce que tu aimes voir ?

Dans le cadre dessine d'autres aliments qui sont bons pour les yeux.



Activité en classe

Fais un jardin pour l'école

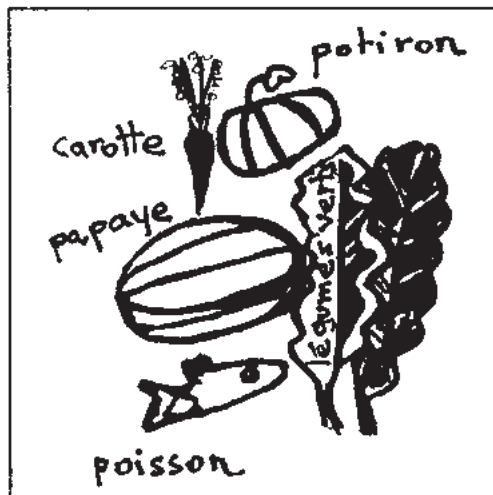
L'école peut faire un jardin potager et planter des arbres fruitiers. Chaque classe peut faire pousser différentes plantes qui contiennent beaucoup de vitamine A, bonne pour les yeux. Par exemple : des papayes, des mangues, des épinards, des carottes, des potirons et tous les légumes à feuilles vert foncé.

Dessine ton école et montre où se trouve le jardin potager. S'il n'y a pas de jardin dans ton école, indique où tu prévois d'en faire un.



Messages de santé

Ce que tu peux faire pour éviter la cécité causée par une alimentation pas assez riche en nourriture appropriée.



- Mange des aliments bons pour les yeux chaque jour.
- Les aliments bons pour les yeux contiennent de la vitamine A.
- Les fruits et légumes jaunes, rouge orangé ou vert foncé contiennent de la vitamine A. Par exemple, le potiron, la mangue, la papaye, les carottes, les patates douces jaunes et l'huile de palme.
- D'autres aliments comme le poisson, le lait, le foie, le lait maternel contiennent de la vitamine A.
- Il faut donner aux jeunes bébés du lait maternel ainsi que des aliments bons pour les yeux.
- Si un enfant est malade, il faut continuer à lui donner des aliments sains.

4.4 Des yeux rouges et douloureux

Les enfants qui ont des yeux douloureux et rouges ont peut-être une infection . Des yeux douloureux qui ne sont pas correctement soignés peuvent entraîner la cécité .



Discussion en classe

Dans ton village arrive-t-il que de nombreux enfants aient des yeux rouges et douloureux au même moment ?

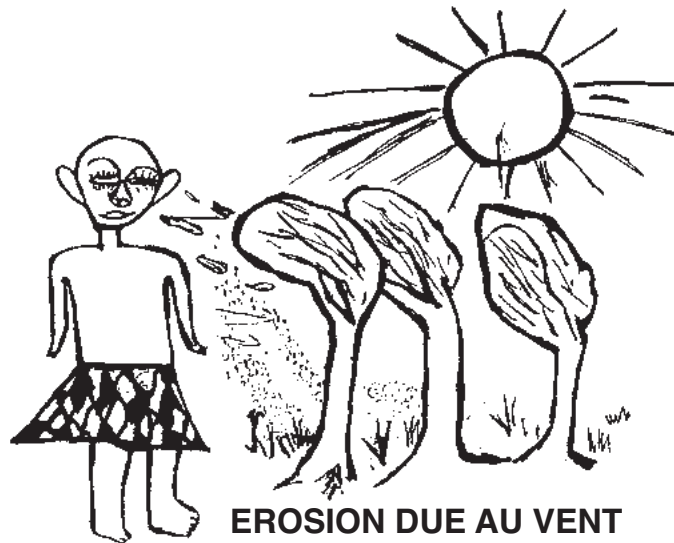
Y a-t-il un nom pour cette maladie ?

Ecris le ici

Que font les gens quand cela arrive ?

Comment soigner des yeux rouges ou douloureux.

- **Ne mets une pommade dans les yeux que si un infirmier te l'a donnée.**
- **Ne mets jamais une médication traditionnelle dans des yeux douloureux ou rouges.**
- **N'utilise jamais de médicaments périmés ou ceux donnés à une autre personne pour soigner tes yeux.**
- **Les maladies des yeux se transmettent facilement d'une personne à l'autre. Tu dois toujours avoir la figure et les mains propres pour éviter la propagation de la maladie.**
- **Garde les abords propres pour que les mouches ne se développent pas et ne transmettent l'infection.**
- **Garde tes yeux propres.**



EROSION DUE AU VENT

Voici l'histoire de Juliette. Elle vivait dans un endroit sec et poussiéreux. Il faisait très chaud. A cet endroit il y avait beaucoup de mouches. Elle avait souvent les yeux douloureux. Ils étaient irrités et la faisaient pleurer.

On lui a donné un médicament à mettre dans ses yeux pendant plusieurs semaines. On lui a dit aussi de se laver souvent la figure et de garder ses yeux très propres.



**Discussion
en classe**

**As-tu déjà entendu
parler d'une maladie
appelée trachome ?**

Y a-t-il un nom local pour cette maladie ?

Inscris-le ici.....

As-tu déjà vu quelqu'un dans ta communauté qui a des cils retournés vers l'intérieur et qui lui écorchent les yeux ?

Y a-t-il un nom local pour cela ?

Inscris le ici.....



Messages de santé

Eviter la cécité due au trachome.

Le mal appelé trachome a rendu aveugle de nombreuses personnes. Les gens ayant le trachome ont des yeux très douloureux et qui les démangent, spécialement sous les paupières. Les mouches et les mains sales peuvent transmettre la maladie d'une personne à une autre .

Quand quelqu'un subit plusieurs infections, plus tard il peut devenir aveugle car ses cils se retournent à l'intérieur et écorchent la cornée (rappelle-toi le dessin de la page 4. La cornée est la fenêtre de l'œil.)

Les gens qui ont ce problème doivent aller au centre médical.

Quatre choses peuvent être faites pour éviter la cécité due au trachome.

Tu peux t'en souvenir en te rappelant le mot : **OAPE** .



O

Une simple opération peut éviter la cécité due à des paupières retournées.



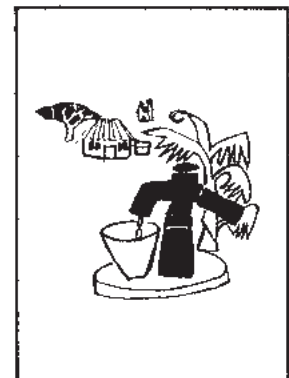
A

Un antibiotique pour les yeux peut traiter l'infection.



P

Aies toujours le visage propre et tu auras moins de risque



E


Une amélioration de l'environnement : Comme des toilettes, des abords propres et un approvisionnement en eau claire peut aider à diminuer la propagation du mal.



Activité en classe

Fabrique un goutte à goutte

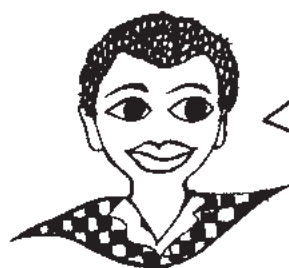
Si tu habites dans un lieu où il y a peu d'eau, fabrique un goutte à goutte pour que de nombreux enfants se lavent la figure.



1. Trouve une petite bol de conserve ou une boîte en plastique.
2. Perce un trou près du fond.
3. Suspends la à une branche.
4. Une ou deux fois par jour ta mère verse une tasse d'eau dans la boîte.
5. Les enfants se lavent la figure dans le filet d'eau qui coule du trou.
6. Plante un arbre en dessous de la boîte.
7. Si le jeune plant souffre de la sécheresse, les yeux des enfants peuvent souffrir de trachome.

Partie 5

Ne te soigne pas tout seul



Les yeux sont très précieux. S'il leur arrive quelque chose, demande de l'aide à une personne compétente. Un mauvais traitement peut provoquer la cécité.



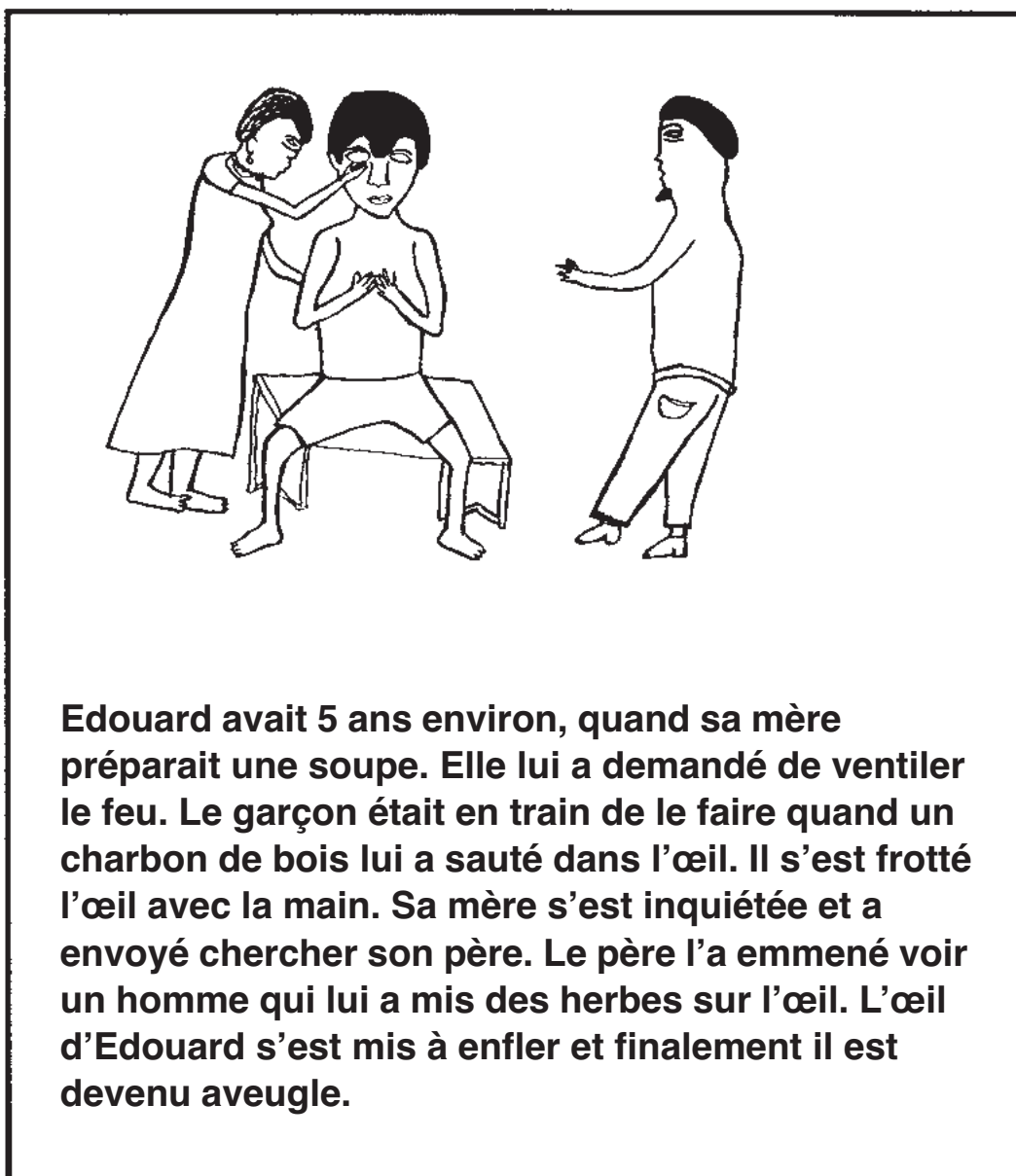
Quels traitements
peuvent abîmer les
yeux ?

- **Les médicaments traditionnels peuvent abîmer les yeux.**
- **En mettant dans tes yeux les médicaments d'une autre personne tu peux t'abîmer les yeux.**



Quels soins sans
danger peux-tu
faire toi-même ?

- **Lave tes yeux à l'eau claire !**



Edouard avait 5 ans environ, quand sa mère préparait une soupe. Elle lui a demandé de ventiler le feu. Le garçon était en train de le faire quand un charbon de bois lui a sauté dans l'œil. Il s'est frotté l'œil avec la main. Sa mère s'est inquiétée et a envoyé chercher son père. Le père l'a emmené voir un homme qui lui a mis des herbes sur l'œil. L'œil d'Edouard s'est mis à enfler et finalement il est devenu aveugle.



**Discussion
en classe**

**Pourquoi Edouard est-il
devenu aveugle ?**

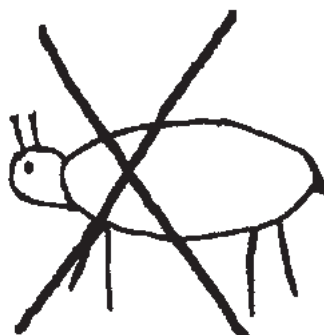


Pour éviter la cécité, ne soigne pas toi-même tes yeux.

- **Ne met jamais de médicaments faites à partir de plantes ou d'animaux ou tout autre traitement traditionnel dans tes yeux.**
- **N'utilise jamais des restes de pommade pour les yeux.**
- **N'achète jamais de médicament pour les yeux au marché à moins qu'un infirmier ne te le dise.**
- **Ne te soigne pas à plusieurs reprises avec des comprimés de chloroquine parce que si tu en utilises trop tu peux t'abîmer les yeux.**
- **Si tes yeux sont brûlés lave-les à l'eau claire uniquement – n'utilise pas d'autre médicament.**



**N'UTILISE PAS DE MEDICATIONS FAITES
AVEC DES PLANTES OU DES ANIMAUX**



**N'UTILISE PAS LES
MEDICAMENTS D'UN
AUTRE POUR TES YEUX**

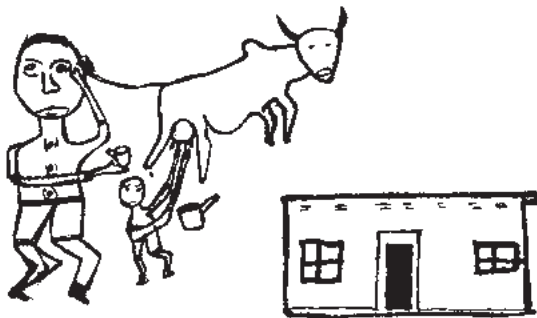




Activité en
classe

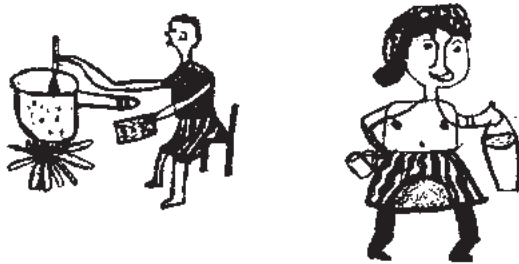
Que peux-tu utiliser pour soigner
tes yeux ?

Lis ces histoires. Est-ce bien ou mal ?



Ce garçon a eu de la
paraffine dans l'œil. Il n'y
avait pas d'eau aussi a-t-il
utilisé du lait de vache
pour laver ses yeux.

est-ce BIEN ou MAL ?



Cette fille s'est brûlée les
yeux pendant qu'elle
faisait de la cuisine. Elle
s'est lavée les yeux à
l'eau claire.

est-ce BIEN ou MAL ?



Cet homme a reçu une
bouteille de bière dans
l'œil. On a utilisé des
feuilles de tomate pour le
soigner.

est-ce BIEN ou MAL ?

Partie 6

On peut éviter la cécité due à la cataracte

Voici Mr Ebenezer. Quand il est devenu vieux il ne pouvait plus voir. Un infirmier lui a dit d'aller à l'hôpital afin qu'on puisse l'aider à voir à nouveau. On l'a opéré et on lui a donné des lunettes. Mr Ebenezer est très heureux parce qu'il peut aller où il veut et il peut voir ses petits enfants.



Voici Mr Ebenezer



La cataracte survient chez les personnes âgées. Une personne aveugle de la cataracte peut voir à nouveau grâce à une opération.

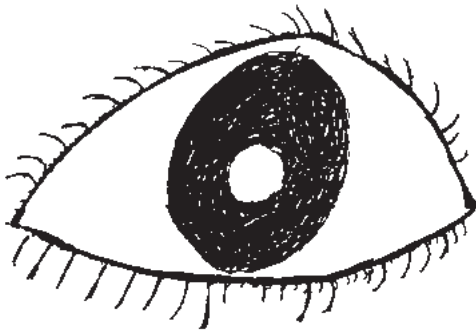


Activité en classe

C'est comment d'avoir une cataracte ?

Couvre ta figure d'un papier calque ou d'une fine feuille de papier blanc et regarde la lumière. Qu'est-ce que tu vois ? C'est comme ça qu'une personne qui a la cataracte voit le monde.

C'est parce que la partie noire (pupille) devient opaque. Une opération peut aider à nettoyer cette opacité afin que la personne puisse voir clair à nouveau. C'est comme retirer la feuille de papier de devant tes yeux.



Cataracte



Œil Normal



Messages de santé

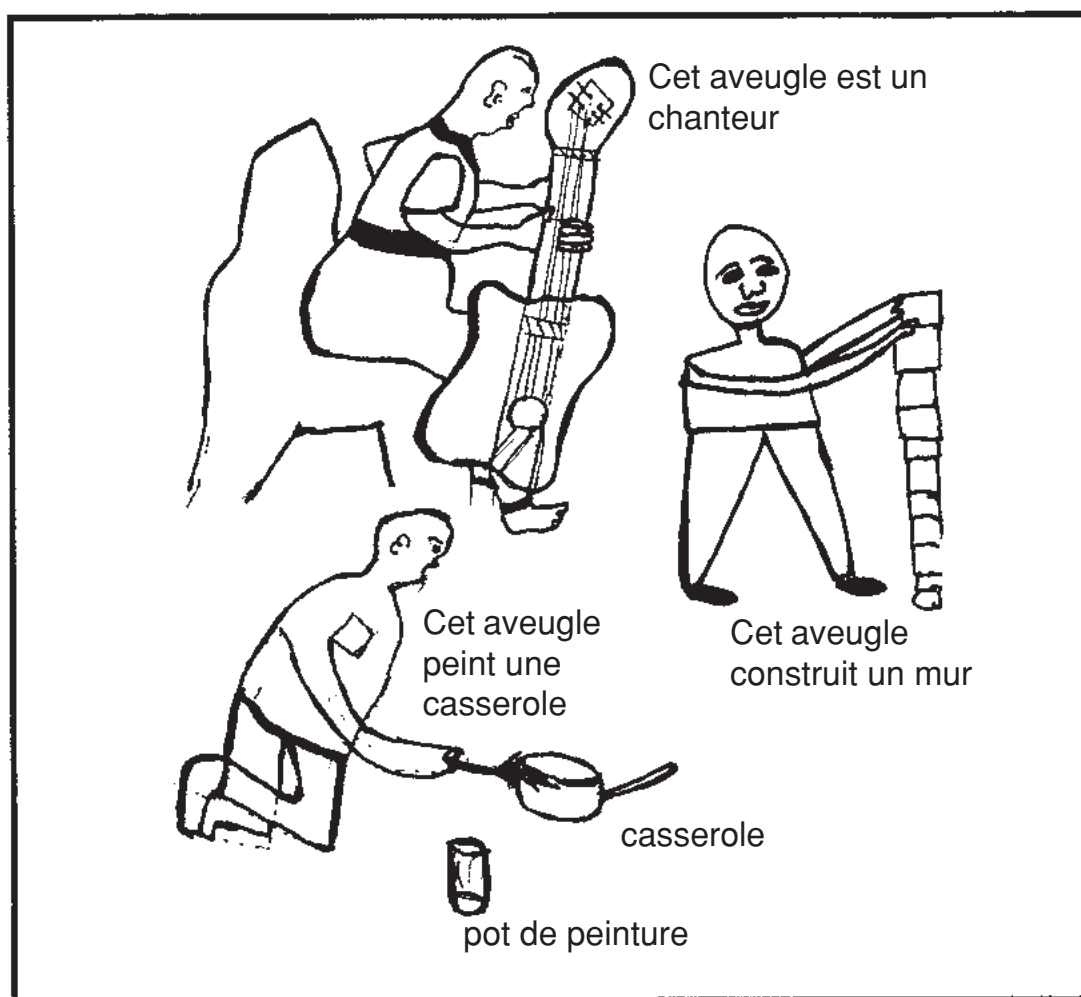
Dis à tes amis et à ta famille que la cataracte peut être traitée.

Si quelqu'un chez toi a une cataracte, il doit aller à la clinique ou la maison médicale.

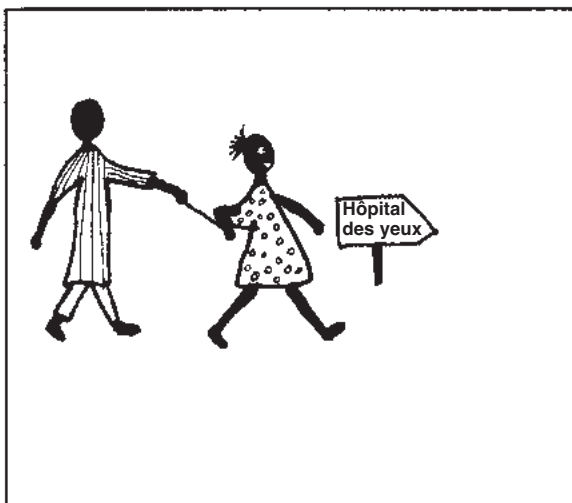


Partie 7

Comment pouvons-nous aider un aveugle?



Que peux-tu faire pour aider les aveugles ?



Essaie de savoir si on peut le guérir

Si tu veux aider un aveugle tout d'abord emmène-le voir un ophtalmologiste. Il pourra te dire si cette cécité peut être guérie ou non.



Respecte les aveugles

Si sa cécité ne peut être guérie, cela veut-il dire que la personne est inutile ? NON. Les aveugles peuvent faire beaucoup de choses. Pense à leurs capacités, non à leur handicap.



Parle bien aux aveugles

Quand tu rencontres un aveugle, dis-lui qui tu es.



Au cours d'une conversation, appelle un aveugle par son prénom. Si tu quittes la pièce, dis-le lui afin qu'il ne se parle pas à lui-même.

Tu peux éviter la cécité au sein de ta communauté

Maintenant que tu as lu ce livre et fait les exercices tu peux éviter la cécité au sein de ta communauté

Ne joue pas imprudemment avec des pierres, des couteaux, des bouts de bois et d'autres choses qui peuvent blesser les yeux

En cas d'accident va au centre médical le plus vite possible



Lave-toi bien la figure



Mange la nourriture qui convient comme des légumes verts et des fruits

N' utilise pas de remèdes traditionnels pour tes yeux



N'essaie pas de retirer quelque chose tout seul de ton œil, demande de l'aide

Si tu connais quelqu'un qui est aveugle, encourage le à demander de l'aide

Ne mets rien dans tes yeux à moins que le docteur ne te l'ait ordonné



Le lait maternel peut protéger les bébés de la cécité

Remerciements pour l'édition anglaise

Nous voulons d'abord remercier tous les enfants qui ont contribué à ce livre au cours du projet " Dessine et Ecrit " au Ghana, au Kenya et en Zambie.

Des remerciements spéciaux à Mr Joseph Akudibillah du Programme Rural de la Vue au Ghana pour sa part dans l'étude qui a aidé à identifier le besoin d'un tel livre.

Remerciements aussi à feu George Anyande, Peter Abugri, Edmond Bawa (Ghana), Samson Ntore (Kenya), Sekani Masina et Charles Zulu (Zambia).

Grand merci pour les récits et dessins originaux fournis par les enfants des écoles primaires concernées.

Les illustrations des pages 37 et 38 sont adaptées de l'Achieving Community Support pour Trachoma Control par Francis V et Turner V. WHO/PBU93.36.

Remerciements aux différents acteurs du projet :

Allen Foster et Clare Gilbert (Centre International pour la Santé Oculaire)

Gladys Nyaga (Sight Savers, Nairobi)

Joseph Akudibillah et ses collègues (Hôpital Rural de Bawku, Ghana)

Nos collègues de l'Hôpital Adventiste de Mwami , Zambie

Hilda Kazemba (Ecole des Sciences de la Santé de Lilongwe, Malawi).

Pour des exemplaires de cette publication veuillez contacter SIGHT AND LIFE ou :

International Centre for Eye Health
London School of Hygiene & Tropical Medicine
Keppel Street
London WC1E 7HT, UK
Tel: 0044 207 958 8316
E-mail : eyeresource@ucl.ac.uk
Website: www.ucl.ac.uk/loo/

Edition française

Traduction française : Jack Nouaille-Degorce (Association Youzondo)

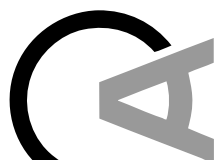
site <http://www.youzondo.org>

Courriel : youzondo@yahoo.fr

Mise en page et réalisation par SIGHT AND LIFE

SIGHT AND LIFE est une initiative à but humanitaire de DSM

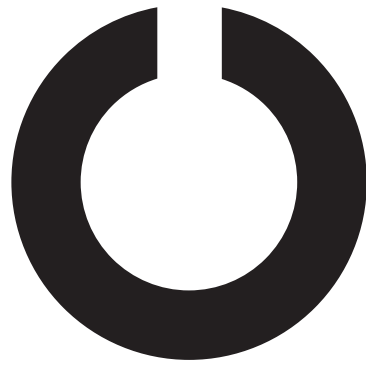
Pour des exemplaires de cette édition française veuillez contacter :



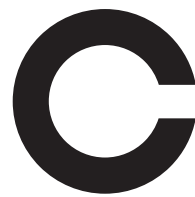
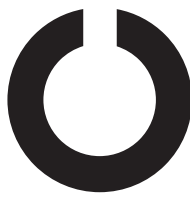
DSM Nutritional Products
Task Force SIGHT AND LIFE
BP 2116, 4002, Bâle, Suisse
E-mail : sight.life@dsm.com
Website : <http://www.sightandlife.org>



6/60



6/36



6/18



6/9