

L'hygiène corporelle

Leçon

Les microbes sont de petits
invisibles à l'œil nu mais présents partout autour de nous. Il existe deux types
de microbes :

On les trouve flottant autour de nous dans qu'on
respire, sur les aliments que l'on mange, à la de
notre corps, dans la bouche, le et sur

Ils peuvent provoquer des maladies comme les rhumes, les gripes ou les
gastro-entérites. Certaines bactéries attaquent également les dents et
peuvent causer des

Il existe également des bactéries à notre corps.

Pour éviter la prolifération des mauvaises bactéries et des virus il faut
respecter des règles :

- Il faut se laver le corps et les mains aussi souvent que nécessaire.
- Changer de vêtements fréquemment.
- Se moucher correctement.
- Se laver les dents au moins deux fois par jour.

Lexique

- **Prolifération** : Se reproduire
- **Bénéfique** : quelque chose qui fait du bien, qui est positif.
- **Hygiène** : Ensemble des principes et pratiques collectives ou individuelles
visant la conservation de la santé le fonctionnement normal de
l'organisme.

complète le texte à trous en utilisant les mots suivants:

l'air – dents – nez – organismes vivants – caries – les virus et les bactéries – les mains

– aliments – d'hygiène corporelle – en grand nombre et rapidement – la surface - bénéfiques