

# ECONOMIE FAMILIALE (COURS 7 EME ANNEE)

## ALIMENTATION :

### I- Notion d'aliments :

#### 1- Définition :

Un aliment est ce que l'homme mange pour vivre. Les aliments proviennent des animaux et des plantes.

Certains aliments se mangent crus, d'autres cuis. Ils sont groupés suivant les substances nutritives qu'ils contiennent et le rôle qu'ils jouent dans l'organisme.

#### 2- Classification des aliments :

Tous les aliments que nous consommons proviennent pour la plupart soit des plantes, soit des animaux.

##### a- Les aliments provenant des animaux :



**b- Les aliments provenant des plantes :**



On distingue :

- **Les aliments qui font grandir** : Viande, poisson, œuf, lait, pois, haricot, etc.
- **Les aliments qui donnent la force** : Mil, riz, maïs ; igname, patate, huile, beurre, pommes de terre, etc.
- **Les aliments qui protègent** : Salade, carotte, orange, banane, papaye, goyave, feuilles, etc.

**EXERCICE** : Réponds par vrai ou faux :

- |  |      |      |
|--|------|------|
| • La viande est un aliment qui protège.    | VRAI | FAUX |
| • Le riz est un aliment qui donne la force | VRAI | FAUX |
| • La banane est un aliment qui protège     | VRAI | FAUX |
| • L'igname est un aliment qui fait grandir | VRAI | FAUX |

## II- Besoins de l'organisme :

L'homme a besoin, chaque jour, de manger et de boire : **l'alimentation est indispensable à la vie**. Une bonne alimentation doit fournir à l'organisme les éléments dont il a besoin pour bien fonctionner. Une bonne alimentation est l'une des clés essentielles de la **santé**.

Grâce au processus de digestion, l'alimentation fournit :

- les **matériaux de base** nécessaires à la fabrication des cellules et des organes qui composent notre corps (les muscles par exemple) ;
- **l'énergie** utilisée par ces cellules et ces organes pour fonctionner.

Le corps a besoin, tous les jours, de **quatre types** d'aliments : **l'eau**, les **aliments de construction**, les **aliments énergétiques** et les **aliments fonctionnels**.

### 1- Eau :

L'eau est indispensable au fonctionnement de l'organisme, car elle en est un constituant de base : un être humain est constitué en moyenne de **70 %** d'eau !

En fonctionnant, le corps perd chaque jour plus de **2,5 litres** de liquide (notamment par les urines et la transpiration). Il faut donc remplacer l'eau perdue, car la déshydratation est très dangereuse pour la santé.

L'eau dont le corps a besoin est apportée par la boisson (l'eau bien sûr, ainsi que les autres boissons, comme le thé par exemple), mais aussi par les aliments solides, qui pour la plupart contiennent aussi de l'eau.

La quantité d'eau que l'on doit absorber chaque jour dépend de l'âge et du mode de vie : un sportif, par exemple, doit boire plus et plus souvent que quelqu'un qui a une activité physique réduite (un sédentaire).

### 2- Aliments de construction :

Les aliments de construction servent notamment à fabriquer les **muscles** et les **os**, et ils apportent les matériaux indispensables au renouvellement des **cellules**. Ils sont donc essentiels à la croissance. Ce sont essentiellement des **protéines** (ou **protides**).

Les protéines sont apportées par des aliments comme la viande, le poisson, les œufs et certaines céréales.

### 3- Aliments énergétiques :

Les aliments énergétiques doivent fournir au corps l'énergie dont il a besoin ; il s'agit essentiellement des sucres (ou **glucides**) et des graisses (ou **lipides**).

Les glucides sont apportés par les céréales, les pommes de terre, les pâtes, les aliments sucrés ; les lipides sont apportés par le beurre, l'huile, les aliments gras.

### 4- Aliments fonctionnels :

Les aliments fonctionnels doivent apporter au corps ce dont il a besoin pour fonctionner correctement ; il s'agit essentiellement des **vitamines**, des **sels minéraux** et des **fibres**.

Les vitamines, les sels minéraux et les fibres sont notamment présents dans les légumes et les fruits.

### Questions :

- 1- Qu'est-ce qu'un aliment ?
- 2- Quels sont les différents types d'aliments ?
- 3- D'où proviennent les aliments ?
- 4- Classe les aliments en fonction de leurs origines et donne leurs fonctions

### III- L'Eau potable :

L'eau est **omniprésente** sur la Terre. Sans elle, la vie humaine serait impossible. Elle est **nécessaire** à la vie des végétaux, des animaux et aux activités humaines.

#### 1- Eau indispensable à la vie :

L'eau est le **principal constituant de tous les êtres vivants** (bactéries, champignons, plantes, arbres, animaux, hommes). Les êtres humains sont constitués en moyenne de **70 %** d'eau, tandis que les méduses en contiennent plus de **90 %**.

Les sels minéraux sont des éléments que la plante tire du sol. Ils jouent un rôle de protection et de régulation. Les sels minéraux les plus connus sont :

- Le calcium et le phosphore qui rentrent dans la constitution des os et des dents ;
- Le fer qui rentre dans la constitution des globules rouges du sang ;
- Le chlore qui rentre dans la constitution du sang ;
- L'iode qui est indispensable au bon fonctionnement de la glande thyroïde.

La digestion est pratiquement impossible sans la présence de l'eau. Les besoins en eau varient suivant le climat, l'état physiologique, l'âge et l'activité physique de la personne. L'individu a besoin de **1,5 à 2 litres** d'eau par jour ; dans les zones désertiques, cela peut varier de **2 à 3 litres** par jour.



Eau potable.

## 2- Captage de l'eau :

### Comment capter l'eau ?

L'eau utilisable par l'homme existe sous **3 formes** différentes : l'eau de pluie, les eaux de surface (les fleuves, les lacs, etc.) et les **eaux souterraines**.

Dans les régions désertiques et semi-désertiques, il est nécessaire de chercher l'eau dans les profondeurs de la Terre à l'aide de puits parfois très profonds.

Dans les pays de climat tempéré comme la France, où les ressources en eau sont abondantes, ce sont les eaux de pluie et de surface qui sont utilisées.

Cependant, la croissance de la consommation d'eau dans ces pays nécessite aujourd'hui le captage des eaux souterraines.

## 3- Les Usages de l'eau :

### - L'eau pour l'agriculture

Les plantes sont formées essentiellement d'eau et en ont besoin pour leur développement. Certaines **cultures**, comme le riz ou le maïs (des céréales), nécessitent beaucoup d'eau.

La moitié de l'eau utilisée pour l'agriculture en France est consacrée à l'**irrigation**, c'est-à-dire à l'humidification artificielle des champs par arrosage ou inondation : c'est le cas du maïs cultivé dans le sud-ouest de la France.

La riziculture est une culture inondée qui demande beaucoup d'eau : il faut **5 000 litres** d'eau en moyenne pour produire **1 kg** de riz.

Les rizières sont des champs que l'on inonde, puis que l'on assèche au moment de la récolte. L'eau est amenée des rivières et des réservoirs par des **canaux**, et retenue par de petites **digues**.

Ce type de culture a donné naissance à des paysages typiques en Asie. En Europe, seules deux régions naturellement humides se prêtent à la culture du riz : la Camargue (en France) et la vallée du Pô (en Italie).



**Château d'eau.**

**- L'eau dans la vie de tous les jours**

L'eau est présente dans de nombreux gestes quotidiens : prendre une douche nécessite de **30 à 80 litres** d'eau, un bain **150 litres** environ, un cycle de lave-vaisselle environ **20 litres**.

En **France**, une personne utilise en moyenne **250 litres d'eau par jour**, notamment pour boire et se laver.

Aux États-Unis, ce chiffre est de **600 litres** par jour, tandis qu'un habitant du Sahel (en Afrique) n'a à sa disposition que **10 ou 20 litres** d'eau par jour. La **moyenne mondiale** est de **40 litres d'eau par jour** environ.

**Questions :**

- 1- Qu'est-ce que l'eau ?
- 2- Quelle est la place de l'eau dans la vie ?
- 3- Quels sont les besoins de l'organisme en eau ?

#### IV- Modes de cuisson des aliments :

##### 1- Définition :

La cuisson des aliments est le fait de les soumettre à l'action de la chaleur pendant un temps déterminé.

La cuisson des aliments a pour but de :

- Rendre l'aliment plus tendre ;
- Rendre l'aliment plus agréable ;
- Stériliser l'aliment en tuant les microbes et les parasites.



Préparation des aliments.

## 2- Types de cuisson :

On distingue :

### a- La Cuisson à l'eau :

On distingue :

#### - La cuisson à l'eau froide :

Dans ce mode de cuisson, l'aliment est mis dans l'eau froide puis porté à ébullition. Les sucs de l'aliment sont dissouts dans l'eau de cuisson qui, se parfume et s'enrichit des principes nutritifs.

L'aliment est sans saveur mais on obtient un bouillon savoureux et nourrissant.

**Exemples :** Bouillon de viande, bouillon de légumes.

#### - La cuisson à l'eau bouillante :

Dans ce mode de cuisson, l'aliment est plongé ans une eau bouillante. Les substances nutritives se coagulent. L'aliment garde sa saveur et ses principes nutritifs, mais l'eau de cuisson est pauvre.

**Exemples :** Cuisson des pâtes alimentaires, des légumes frais (haricot vert), des œufs.

### b- La Cuisson à vapeur :

Dans ce mode de cuisson, l'aliment est placé dans un récipient spécial muni de petits trous appelé couscoussier. Il est cuit au contact de la vapeur d'eau qui monte à travers les trous. L'aliment garde alors sa valeur nutritive et sa saveur.

**Exemples :** le couscous, le fonio, les légumes.



Cuisson à l'eau.

**c- La Cuisson à la chaleur sèche :**

- **Les grillades**, il consiste à mettre un aliment en contact direct avec une source de chaleur.

**Exemples :** Viande (brochette, côtelette)

- **Les rôtis**, il consiste à cuire un aliment dans une enceinte fermée (cocotte) sous l'action directe de la chaleur.

**Exemples :** Poulet rôti, viande rôtie.



Rôti de viande.

#### **d- La Cuisson dans un corps gars :**

##### **- Les Fritures :**

Dans ce cas, l'aliment est cuit dans un bain de matière grasse très chaude.

**Exemples :** Les beignets, les frites, viande et poisson frits.

##### **- Les Sautés :**

Dans ce cas, l'aliment est cuit dans une petite quantité d'huile chauffée dans une casserole à fond plat appelée sauteuse.

**Exemples :** Haricot vert sauté, petit pois sauté.



**Friture des aliments.**

#### **Questions :**

- 1- Peut-on consommer tous les aliments crus ?
- 2- Quels sont les aliments qui nécessitent une cuisson ? Et pourquoi ?
- 3- Qu'est-ce que la cuisson d'un aliment ?
- 4- Quel est le but de la cuisson ?
- 5- Quels sont les différents modes de cuisson des aliments ?

## **PUERIE CULTURE :**

### **I- Puériculture : définition et importance**

#### **1- Définition :**

On appelle puériculture, l'ensemble des connaissances et mesures à appliquer pour assurer le développement harmonieux de l'enfant avant et après sa naissance.

Beaucoup de bébés meurent très tôt avant un an. Cette mortalité infantile élevée dans nos pays est due pour une large part à la maladie, mais plus particulièrement à la méconnaissance et à la non application des règles de puériculture (manque d'hygiène, malnutrition).

Un enfant mal nourri et mal soigné peut devenir un adulte chétif et faible. Il en résulte que l'état de santé de l'enfant est un facteur très important dans la vie de l'homme.

#### **2- Importance :**

L'importance de la puériculture est qu'elle s'efforce de résoudre les problèmes que pose cet âge de la vie. Ses problèmes sont :

- la santé de la reproduction ;
- les besoins nutritionnels qui varient selon l'âge ;
- les étapes du développement physique et intellectuel de l'enfant ;
- la protection de l'enfant contre les maladies, etc.

La connaissance et l'application des principes de la puériculture pourraient réduire considérablement la mortalité infantile et maternelle.

## **Questions :**

- 1- Qu'appelle-t-on puériculture et quelle est son importance ?
- 2- Quelle est l'importance des visites médicales ?
- 3- Comment peut-on séparer le bébé de sa mère à la naissance ?
- 4- Le nouveau-né doit-il recevoir des soins particuliers à la naissance ?

## **II- Entretien du bébé :**

Le bain assure la propreté du bébé. Il est recommandé de faire le bain du bébé chaque jour sauf en cas de maladie.



**Un beau bébé**

### JE DOIS SAVOIR :

Le bain assure la propreté du bébé. Par conséquent, il est important de savoir ce qu'il faut faire avant et après le bain.

- Le bain doit se faire dans un endroit calme à l'abri du courant d'air.
- Il faut préparer à l'avance le matériel de bain.
- Se débarrasser de tous les objets qui peuvent blesser l'enfant et éviter d'utiliser du savon parfumé qui pourrait irriter la peau du bébé.
- Avant de commencer le bain, il faut vérifier la température de l'eau.
- Plonger doucement le bébé la tête hors de l'eau.
- Savonner son corps et frotter doucement en insistant sur les plis. Terminer le bain par la tête afin d'éviter le rhume.
- Rincer le bébé et le sécher en l'essuyant avec une serviette.

Le bain sera complété par la toilette qui consiste à nettoyer les yeux, le nez, les oreilles, les ongles et le cuir chevelu. Le bébé sera alors poudré et habillé.

Les matériels d'entretien du bébé sont : la baignoire, le seau, la poudre talc, le coton, le savon, la serviette, le parfum pour bébé.

Il faut :

- 1- Essuyer avec soin les yeux du bébé.
- 2- Nettoyer les oreilles du bébé.
- 3- Nettoyer le nez du bébé.
- 4- Poudrer l'entrejambe du bébé.

### **III- Vie quotidienne du bébé :**

L'hygiène du bébé ne se limite pas au bain et à la toilette. Il faut suivre le bébé quotidiennement dans toutes ses activités telles que le sommeil, le jeu, les sorties afin de dépister les maladies capables de perturber son développement.



**Un bébé sous moustiquaire.**

## 1- Le Sommeil :

Le nouveau-né dort presque toute la journée, mais la durée du sommeil diminue assez vite au fur et à mesure que l'enfant grandit.

A la fin du premier mois, il dort dix-huit heures par jour, à la fin de la première année, il ne dort que treize à quinze heures par jour.

Il doit dormir sous une moustiquaire dans un endroit propre, sec et aéré. Il faut assurer le sommeil du bébé avec une grande régularité et sans bruit excessif; c'est une des conditions de son équilibre et de sa santé.

## 2- Le Jeu :

Le jeu développe l'intelligence de l'enfant. Les jouets ont une place importante dans la vie de l'enfant. Ils doivent varier selon l'âge de l'enfant. Au début, l'enfant joue avec ses doigts. Quand la préhension se développe, l'enfant porte tout à sa bouche.



**Un enfant jouant.**

C'est pourquoi on lui donnera des jouets lavables et inoffensifs en matière plastique ou en bois. On évitera de lui donner des jouets trop petits qu'il pourrait avaler et des jouets pointus ou tranchants qui pourraient le blesser.

### **Questions :**

- 1- Imagine les activités d'un bébé de 9 mois et dis ce qu'il fait toute la journée.
- 2- Comment assure-t-on un sommeil paisible au bébé ?
- 3- Quel est l'importance du jeu chez le bébé ?
- 4- Quel est le nom de ces jouets ?
- 5- Quelle est l'importance des sorties pour le bébé ?

### **IV- Développement physique de l'enfant :**

#### **1- Les Signes :**

Les signes du bon développement physique de l'enfant sont essentiellement son état nutritionnel, la croissance en poids, en taille, le développement du squelette, la sortie des dents.

Un bébé bien nourri et bien portant a un aspect attrayant ; il est potelé, ses joues sont pleines, il a l'air éveillé, il sourit facilement. Sa peau est fine, lisse et bien tendue. La consistance du tissu cutané peut s'apprécier en saisissant entre deux doigts la peau de la cuisse ; cette fermeté du tissu témoigne d'un état de bonne santé chez l'enfant. Par contre, un enfant en mauvaise santé a la chair molle et flasque et les joues creuses.

#### **2- Le Poids :**

Le poids normal du bébé à la naissance est de **3 à 3,500 kg**. L'enfant diminue de poids les premiers jours et retrouve son poids de naissance vers le dixième jour.



**Pesée d'un bébé.**

En général, le poids à la naissance est **doublé à six mois**, **triplé en un an** et **quadruplé en deux ans**. Il faut donc peser régulièrement l'enfant et porter les chiffres sur un graphique qui permet de voir si la croissance est régulière (la courbe monte), stationnaire (si la courbe est horizontale) ou si l'enfant maigrit (la courbe descend).

La courbe de poids est un bon signe d'alarme car la plupart des maladies se traduisent par une chute de poids.

### **3- La Taille :**

A la naissance, le bébé mesure généralement **50 centimètres** de long. Ce n'est qu'à l'âge de **4 ans** que l'enfant atteint la taille de **1 mètre** ; il double ainsi sa taille de naissance.

Contrairement à la croissance du poids, la croissance de la taille ne reflète pas de façon aussi immédiate et éloquente l'état de santé de l'enfant ; en effet, la taille est peu affectée par les maladies banales.



**Mesure d'un bébé.**

**Questions :**

- 1- Quel est l'aspect d'un enfant bien nourri ?
- 2- Pourquoi pèse-t-on le bébé ?
- 3- Comment apprécie-t-on la croissance en taille du bébé ?
- 4- Quelle est l'importance du contrôle de la croissance en poids ?
- 5- Comment mesure-t-on la taille d'un bébé ?

**V- Les Vaccinations :**

**1- Définition :**

Un **vaccin** est une préparation de **microorganismes vivants** ou **tués**, ou de **substances** produites par les microorganismes eux-mêmes, employée pour la **vaccination**.

**Vacciner**, c'est inoculer un vaccin à une personne ou un animal pour l'immuniser contre une maladie.

Quand les microorganismes utilisés sont vivants, on en **atténue** la **virulence** (afin d'éviter que le vaccin ne provoque la **maladie** qu'il doit **prévenir**).

Pour éviter l'**infection pathogène**, on peut faire une **sérothérapie associée** apportant des **anticorps** déjà **synthétisés**.



**Vaccination d'un enfant.**

## **2- Rôle de la vaccination :**

L'intérêt de la vaccination est à la fois individuel et collectif. La vaccination a un double rôle :

- elle protège l'individu contre les attaques microbiennes ;
- elle limite la propagation des infections dans une collectivité en dressant une barrière contre les épidémies.

Dans les pays en développement, **80 millions** d'enfants naissent chaque année dont à peine 5% pouvaient bénéficier des vaccinations usuelles.

Aussi, en 1974, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) a lancé un appel pour que tous les enfants du monde à l'horizon 1990 puissent être correctement vaccinés au moins contre **six maladies** : diphtérie, tétanos, coqueluche, poliomyélite, rougeole, tuberculose.

C'est **en 1977** que les Programmes Elargis de Vaccination (PEV) ont commencé à être appliqués dans un grand nombre de pays avec l'aide des organisations internationales.

La mise en place de la vaccination contre les **six maladies** du PEV est un système de prévention en soins de santé primaires souhaité par l'OMS pour atteindre son objectif : la santé pour tous en l'**an 2000**.

### **3- Calendrier type de vaccination :**

Les bébés doivent être vaccinés contre les huit maladies du PEV avant l'âge de **un an**. Les dates de vaccination sont portées dans carnet de vaccination qui constitue le dossier de santé de l'enfant.

- A la naissance, première vaccination contre la tuberculose : le BCG ;
- A six semaines, première vaccination contre la diphtérie, le tétanos, la coqueluche (vaccin associé) + la poliomyélite ;
- A dix semaines, deuxième vaccination contre la diphtérie, le tétanos, la coqueluche (vaccin associé) + la deuxième vaccination de la poliomyélite ;
- A quatorze semaines, troisième vaccination contre la diphtérie, le tétanos, la coqueluche (vaccin associé) + la troisième vaccination de la poliomyélite.
- A neuf mois, vaccination contre la rougeole ;
- de 12 à 18 mois vaccination contre la fièvre jaune, l'hépatite B ;
- vingt quatre mois, premier rappel de DTCoq + poliomyélite.

Les calendriers nationaux de vaccination peuvent varier légèrement d'un pays à l'autre.

### **Questions :**

- 1- Qu'est-ce la vaccination ?
- 2- Quel est son rôle ?
- 3- Quel est l'importance du Programme élargi de vaccination (PEV) ?

## ECONOMIE DOMESTIQUE :

### I- La Maison :

#### 1- Définition :

La maison constitue l'ensemble du bâtiment, du logement où l'on habite. C'est le cadre de vie familiale.

Elle doit être assez grande ; saine, aérée et bien entretenue afin de permettre à ses habitants de bien y vivre.



**Une maison moderne.**



**Une maison traditionnelle.**

## **2- Caractéristiques :**

La maison, qu'elle soit moderne ou traditionnelle, est le lieu où nous passons la plus grande partie de notre vie. C'est le lieu de séjour de la famille ; elle y vit, croit, prospère, reçoit les parents et amis. Elle nous protège du soleil, de la pluie et des tornades.

La maison doit être adaptée au climat du pays. Elle doit être implantée sur un terrain non humide, un peu surélevé en pente douce pour faciliter l'écoulement des eaux de pluies et pour que l'air ambiant de l'extérieur puisse y circuler librement.

## **3- Les Matériaux de construction :**

Les matériaux utilisés dans la construction des habitations sont un facteur important dans la salubrité et le confort de la maison. Ils doivent être imperméables à l'eau, résistants, faciles à entretenir et particulièrement isolants pour une bonne protection contre la chaleur des pays chauds.

## **4- Orientation :**

Une maison est bien construite lorsqu'elle reçoit suffisamment d'air, de rayons solaires, ne garde ni humidité, ni parasites nuisibles.

Une maison bien construite est confortable, elle a des larges fenêtres ouvertes sur les murs des côtés Est et Ouest.

### Questions :

- 1- Quels sont les types d'habitation sur ces images ?
- 2- Où trouve-t-on ces types d'habitation ?
- 3- Comment sont-elles construites et avec quels matériaux ?

### **II- Typologie des maisons traditionnelles :**

Les maisons traditionnelles représentent la majorité des habitations au Mali. Elles reflètent les styles architecturaux de chaque localité.

Les maisons traditionnelles sont généralement des maçonneries faites de terre argileuse mêlée de paille que l'on comprime pour la rendre dure et compacte.



**Une Concession rurale.**

Elles sont fréquemment construites dans la campagne et dans les quartiers périphériques des grandes villes. Elles peuvent être rondes, carrées ou rectangulaires. Ses murs sont faits soit avec des nattes, des peaux, du bois, des pierres soit avec des briques en banco crépis avec de l'argile. Parfois, ils sont blanchis à la chaux ou à l'argile de diverses couleurs.

Les toits sont généralement épais et faits de nattes, d'herbes sèches, ou de palmes fortement fixées à des tiges de bambou ou en banco.

Le sol est généralement en terre battue ; dans certains cas il est cimenté.

## 1- Composition :

La maison traditionnelle est composée de :

- **La chambre à coucher** : elle comporte une literie qui peut être des canapés, des tars, des nattes, parfois une élévation de terre sur laquelle on pose une natte. On y trouve une table d'ornement sur laquelle sont rangées de belles tasses, des photographies sont parfois accrochées au mur. Dans la même pièce on y trouve un canari d'eau, parfois une penderie en corde suspendue au plafond qui retient lesalebasses et d'autres ustensiles. Les malles sont disposées sur des escarbots ou des pierres.

- **La cour et ses abords** : où se trouvent le poulailler, l'enclos des animaux domestiques.

- **La cuisine** : dans laquelle on trouve les foyers, le bois, les canaris, un panier où sont disposés les ustensiles, etc. devant la cuisine sont généralement disposés les mortiers et les pilons.

- **Les toilettes** : les toilettes comportent une latrine servant à évacuer les selles et les urines.

Ces matières excrémentielles sont des déchets très dangereux car elles contiennent les de nombreuses maladies.

Les toilettes doivent être situées loin de la cuisine et du puits et tenues dans un état de propreté. La santé des membres de la famille dépend en partie de la propreté du cabinet de toilettes.

## 2- Entretien de la maison :

La maison doit être à la fois saine et agréable ; les deux principaux facteurs de salubrité sont l'air et le soleil.

L'air pu apporte l'oxygène indispensable à la vie alors que les rayons de soleil tuent les microbes et stimulent toutes les fonctions vitales de l'homme.

L'entretien de la maison est l'ensemble des activités menées en vue de maintenir en bon état tous ses composants.

Il vise à rendre le cadre de vie sain et agréable. Grâce à l'entretien, la maison devient très accueillante. Elle procure à ses habitants et aux équipements une longue durée de vie.

### 3- Matériels d'entretien :

Le matériel d'entretien de la maison se compose de : balai, savon, eau, sceau, brosse, serpillière, désinfectant (crésyl), eau de javel, tête de loup, résidu de charbon, cendre, daba, râteau, pelle, brouette, poubelle, etc.

La cour et ses abords immédiats doivent être bien entretenus, débarrassés des objets pointus qui pourraient blesser les enfants.

**EXERCICE :** Réponds par vrai ou faux et corrige les fausses affirmations.

- |   |      |      |
|---|------|------|
| • La maison ne doit pas être entretenue.                    | VRAI | FAUX |
| • La maison doit être spacieuse et aérée.                   | VRAI | FAUX |
| • Le pilon fait partie du matériel d'entretien.             |      |      |
| de la maison.   | VRAI | FAUX |
| • La cour et ses abords doivent être balayés matin et soir. | VRAI | FAUX |
| • L'eau doit stagner dans la cour.                          | VRAI | FAUX |
| • Les mauvaises herbes favorisent la                        |      |      |
| prolifération des moustiques.                               | VRAI | FAUX |

### **III- Evacuation des ordures ménagères :**

#### **I- Généralité :**

Les matières usées de la maison sont des substances souillées et des objets rejetés après usage. On y distingue :

- Les ordures ménagères,
- Les eaux usées,
- Les matières excrémentielles (matières fécales humaines, excréments d'animaux), les cadavres d'animaux, etc.



**Décharge publique.**

#### **1- Les Ordures ménagères :**

Les ordures ménagères solides se composent des épluchures, des balayures, des restes d'aliments, des rebuts.

Elles sont pour la plupart fermentescibles et dégagent de ce fait des mauvaises odeurs ; elles attirent les mouches et les rats. Il faut donc s'en débarrasser rapidement.

## 2- Les Eaux usées :

Terme désignant génériquement les **résidus** et les **déchets** provenant du **cycle biologique** et des autres nécessités de la **vie** de l'**homme** ou des **animaux**.

Même si elles sont en partie utilisables, les eaux usées constituent un grave problème pour le milieu ambiant ; on étudie particulièrement le moyen de les éloigner des lieux habités, puis de les transformer en produits non nocifs (**épuration**) au moyen de procédés naturels ou artificiels.

Elles peuvent être recueillies dans un **puisard** profond et couvert. Le puisard est creusé loin du **puits** et vidé régulièrement.

Dans les maisons modernes, les appareils récepteurs (**évier**, **lavabos**) doivent être maintenus dans un état de propreté pour faciliter l'évacuation des eaux usées. Ces appareils sont munis de **tuyauteries** conduisant à une **fosse septique**.

---

### Questions :

- a- Comment appelle-t-on ce lieu ?
- b- Qu'est-ce qu'une ordure ménagère ?
- c- Quelles sont les matières qui y sont évacuées ?
- d- Cite d'autres matières usées.
- e- Qu'appelle-t-on eau usée ?
- f- La stagnation d'une eau usée peut-elle poser des problèmes de santé ? Justifie ta réponse.

#### IV- Lutte contre les parasites de la maison :

##### I- Généralité :

Les parasites des habitations sont des êtres vivants désagréables ; certains sont très dangereux pour la santé de l'homme, d'autres s'attaquent aux meubles en bois, aux papiers... Les plus fréquemment rencontrés sont les insectes nuisibles, les rats et les souris.

Les mouches, les moustiques, les cafards, les termites, les poux, les punaises, les puces sont les principaux insectes qui vivent à nos dépend.



- 
- Mets un nom en bas de chaque image.
  - L'homme doit – il cohabiter avec ces insectes ? Justifie ta réponse.

#### JE DOIS SAVOIR :

Les parasites de la maison sont des insectes désagréables, dangereux pour la santé. Il existe plusieurs sortes de parasites. Les plus fréquents sont : les **mouches**, les **moustiques**, les **cafards**.  
Il faut les détruire car ils transmettent à l'homme des maladies.



1- Doit – t – on consommer ce plat ?

---

---

---

2- Que doit – t – on faire pour éviter les mouches ?

---

---

---

3- Réponds par vrai ou faux et justifie ta réponse.

- |   |      |      |
|---|------|------|
| • Les mouches ne sont pas dangereuses pour la santé.                  | VRAI | FAUX |
| • Les mouches transportent les microbes.                              | VRAI | FAUX |
| • Pour éviter les mouches, il faut vider régulièrement les poubelles. | VRAI | FAUX |

La mouche domestique, la grosse mouche à viande (mouche bleue, mouche verte, mouche grise) se posent sur les matières en décomposition, les plaies, les muqueuses où elles recueillent de nombreux microbes pathogènes et les transportent ensuite sur les aliments.

Ainsi, elles peuvent être à l'origine de la fièvre typhoïde, de la dysenterie, du choléra, de la diarrhée, de la conjonctivite, des plaies purulentes, etc.

### 1- Lutte préventive :

La lutte préventive contre la population de mouches consiste à couvrir les aliments, à laver la vaisselle après chaque usage, à évacuer les eaux usées et les ordures ménagères, à vider régulièrement la poubelle, à éloigner de la maison toute autre ordure.

Les mouches sont détruites par pulvérisation d'insecticides. Dans ce cas, il est recommandé de bien couvrir les aliments afin d'éviter leur contact avec les produits chimiques.

**QUESTIONS :**

1- Où trouve – t – on les moustiques ?

-----

2- Comment appelle – t – on la maladie transmise par le moustique ?

-----

3- Explique l'utilité de la moustiquaire.

-----

-----

-----

4- Cite quelques moyens de lutte contre les moustiques.

-----

-----

-----



**Enfant couché sous une moustiquaire.**

### JE DOIS SAVOIR :

Pour lutter contre les moustiques, il faut :

- Eviter la stagnation de l'eau dans les trous, les fossés, les vieilles boîtes, les vieux canaris et les Calebasses.
- Désherber la cour et ses abords immédiats.
- Dormir sous une moustiquaire.
- Détruire les larves en répandant du pétrole sur les eaux stagnantes.
- Utiliser les insecticides.

Il existe deux moyens de lutte contre les cafards :

- Moyens physiques : consistent à conserver les aliments dans des récipients munis de couvercles ou dans des garde-manger.
- Moyens chimiques : consistent à pulvériser les coins de la maison avec des insecticides.

## V- Entretien de l'école :

L'école est le lieu où des centaines voire des milliers d'élèves mènent, sous la conduite des maîtres, des activités d'apprentissage durant neuf mois de l'année scolaire.



**Une Cour d'école propre.**

Pour que maîtres et élèves y soient à l'aise, l'école doit être assez vaste, saine, sécurisée par un mur, largement ouverte à l'air et à la lumière du soleil.

La plantation d'arbres dans la cour améliore la qualité de l'air ambiant et le couvert végétal créé donne de l'ombrage et de la fraîcheur à ses occupants durant les journées chaudes.

La présence massive d'enfants, les vents, parfois le passage des animaux et des personnes, la chute des feuilles d'arbres sont des facteurs qui salissent tant les salles de classe, les toilettes, la cour de l'école et ses abords immédiats.

L'entretien de l'école est facilité si les activités sont exécutées avec soin et si chaque élève adopte des habitudes tendant à préserver la propreté de la classe, de la cour et des toilettes.

L'entretien de l'école comprend :

### **1- Entretien de la cour :**

La cour de l'école et ses abords doivent être entretenus, boisés et bordés de parterres de fleurs. Ainsi, les élèves auront un cadre sain, agréable et propice à l'apprentissage.

L'entretien de la cour comprend :

#### **- Entretien quotidien :**

La cour et ses abords immédiats doivent être arrosés et balayés une fois par jour. Les parterres de fleurs et les arbres seront arrosés matin et soir.

Le matériel et les produits couramment utilisés pour l'entretien de la cour de l'école sont : les balais, brosse, chiffons, pelles, seaux, râpeaux, binettes, babas, cisailles, crésyl, arrosoirs, etc.

#### **- Entretien hebdomadaire :**

Les caniveaux dans lesquels s'accumulent de nombreux papiers et divers objets, doivent être curés une fois par semaine.

#### **- Entretien trimestriel :**

L'arrosage régulier des parterres de fleurs et des arbres favorise la poussée des mauvaises herbes. Celles-ci doivent être régulièrement arrachées. Les arbustes et les fleurs doivent être taillés.

## 2- Entretien de la salle de classe :

La salle de classe est le lieu où les élèves et maîtres passent la plus grande partie de leur temps. Elle doit être aérée, éclairée et maintenue dans un bon état de propreté.



**Une classe propre.**

### - L'entretien quotidien :

L'entretien quotidien de la salle de classe consiste :

- A balayer le sol matin et soir ; balayer même les encoignures. Il faut cependant, avant de commencer, ouvrir les portes et les fenêtres et arroser légèrement le sol dans le cas où il peut supporter une légère humidité.
- A nettoyer le sol avec une serpillière imbibée d'eau savonneuse.
- A essuyer le bureau, de la chaise du maître et des tables-bancs.
- A nettoyer le tableau après chaque usage.

### - Entretien hebdomadaire :

Il est recommandé une fois par semaine et consiste à essuyer les battants de la porte et des fenêtres.

- **Entretien mensuel :**

Une fois par mois, il est recommandé de :

- Nettoyer le plafond et les murs de la salle de classe à l'aide d'une tête de loup afin de les débarrasser de la poussière et des toiles d'araignée.
- Laver à l'eau et au savon les battants métalliques de la porte et des fenêtres.
- Laver le sol cimenté de la salle de classe à grande eau savonneuse et de l'essuyer avec une serpillière.

Pendant les opérations de dépoussiérage, il est recommandé de porter un masque afin de ne pas inhaler la poussière



**Les matériels de nettoyage.**

## **VI- La Cantine scolaire :**

La cantine scolaire est le lieu de vente des aliments à l'école. C'est un endroit spécialement aménagé à cet effet.

Il doit être situé à l'écart des tas d'ordures, des caniveaux et bien entretenu de manière à ce qu'il n'attire pas les mouches et les rats.

Les clubs de santé au sein des écoles doivent veiller quotidiennement au maintien d'un état de propreté parfait du site de la cantine scolaire, des installations et des ustensiles utilisés dans la vente des produits alimentaires.



**La Cantine scolaire.**

### **- Entretien quotidien :**

Une des missions du club de santé de l'école est de s'assurer de :

- balayage correct du lieu avant le démarrage de la vente ;
- nettoyage des tables de vente et des ustensiles ;
- bon conditionnement des aliments et fruits contre les insectes ;
- disponibilité de l'eau propre pour se laver les mains ;
- la poubelle munie de couvercle pour recueillir les ordures.



**Poubelle à couvercle.**

**Questions :**

- 1- Comment est la cour de cette école ?
- 2- Comment doit être l'état de la cour d'une école ?
- 3- Comment doit-on entretenir une salle de classe ?
- 4- Quelles sont les moments d'entretien d'une salle de classe ?
- 5- Quels sont les matériels et les produits d'entretien d'une salle de classe ?
- 6- Qu'est-ce que la cantine scolaire ?
- 7- Comment doit être la cantine scolaire ?

## VII- Le Budget familial :

- **Définition :**

Le budget familial est le relevé de l'ensemble des recettes et des dépenses de la famille.



### Les Factures.

#### 1- Les Recettes :

Les recettes du ménage sont constituées de rentrées d'argent ; elles sont de deux sortes : les recettes régulières et des recettes irrégulières.

- **Les recettes régulières**, arrivent à des dates fixes et le montant est connu à l'avance ; il

s'agit :

- du salaire des membres de la famille ;
- des allocations familiales ;
- des revenus de loyer ;
- des pensions de retraite ;
- des pensions alimentaires (en cas de divorce) ;
- des bénéfices d'exploitations agricole ou artisanale.

- **Les recettes irrégulières**, sont des recettes occasionnelles dont le montant et la date

d'arrivée ne sont pas connus ; ce sont :

- les cadeaux ;
- les recettes des heures supplémentaires ;
- les legs ;
- les dons.

## **2- Les Dépenses :**

Les dépenses de la famille peuvent être classées selon l'utilisation qui leur est faite. Elles sont de plusieurs sortes :

- **Les dépenses incompressibles ou dépenses fixes**, elles ne peuvent pas être réduites ni effectuées à temps voulu. Ce sont les frais de loyer, les impôts, les frais de scolarité des enfants, le salaire des domestiques, etc.

- **Les dépenses compressibles**, ce sont les dépenses courantes indispensables ; il s'agit de l'achat de nourritures, de vêtements, de produits d'entretien et d'équipements de la maison.

- **Les dépenses facultatives**, sont des dépenses qu'on effectue quand on veut ; il s'agit des dépenses pour les vacances, les loisirs, les coiffures, les cadeaux à offrir, etc.

- **Les dépenses imprévisibles**, sont des dépenses qui tombent à l'improvise ; il s'agit des accidents, des maladies, des réceptions d'étrangers, des mariages, des baptêmes ou des décès.

### 3- Etablissement du budget familial :

#### a- Exemple de budget équilibré.

##### Tableau.

Cahier de comptes	Recettes	Dépenses
Salaire du mari	120 000	
Salaire de la femme	70 000	
Allocations des enfants	10 000	
Revenu de loyer	15 000	
Frais de facture d'électricité		12 000
Frais de condiment		60 000
Achat de riz		20 000
Frais de scolarité des enfants		35 000
Achat de produits d'entretien		2 000
Achat de médicaments		6 000
Frais de transport		12 500
<b>Total :</b>	<b>215 000</b>	<b>147 500</b>

Reste à la fin du mois :  $(215\ 000 - 147\ 500) = 67\ 500\ \text{F.}$

#### b- Exemple de budget déséquilibré.

Cahier de compte	Recettes	Dépenses
Salaire du mari	125 000	
Salaire de la femme	80 000	
Vente de produits agricoles	25 000	
Salaire du 1 <sup>er</sup> garçon	30 000	
Frais de facture d'électricité		30 000
Frais de condiment		80 000
Achat de riz		60 000
Frais d'entretien de la voiture		10 000
Frais de loyer		50 000
Achat de médicaments		30 000
Facture de téléphone		22 000
Achat d'essence		15 000
<b>Total :</b>	<b>260 000</b>	<b>297 000</b>

**297 000 > 260 000. Les dépenses sont supérieures aux recettes.**

Dans la gestion du budget lorsque les dépenses sont inférieures aux recettes, ont fait des économies.

L'économie ou épargne consiste à mettre en réserve le supplément d'argent.

La dette est un emprunt d'argent qu'une personne fait auprès d'une autre ou d'une institution bancaire.

**Questions :**

- 1- Que représente chacune de ces images ?
- 2- Ton père travaille-t-il ? A-t-il un salaire ? Comment gagne-t-il de l'argent ?
- 3- Qu'est-ce qu'un budget familial ?
- 4- Quelle est la composition du budget familial ?
- 5- Comment établit-on un budget familial ?
- 6- Qu'appelle-t-on économie ?
- 7- Qu'est-ce qu'une dette ?
- 8- Qu'est-ce qu'une dépense incompressible ?
- 9- Donne un exemple de budget équilibré.