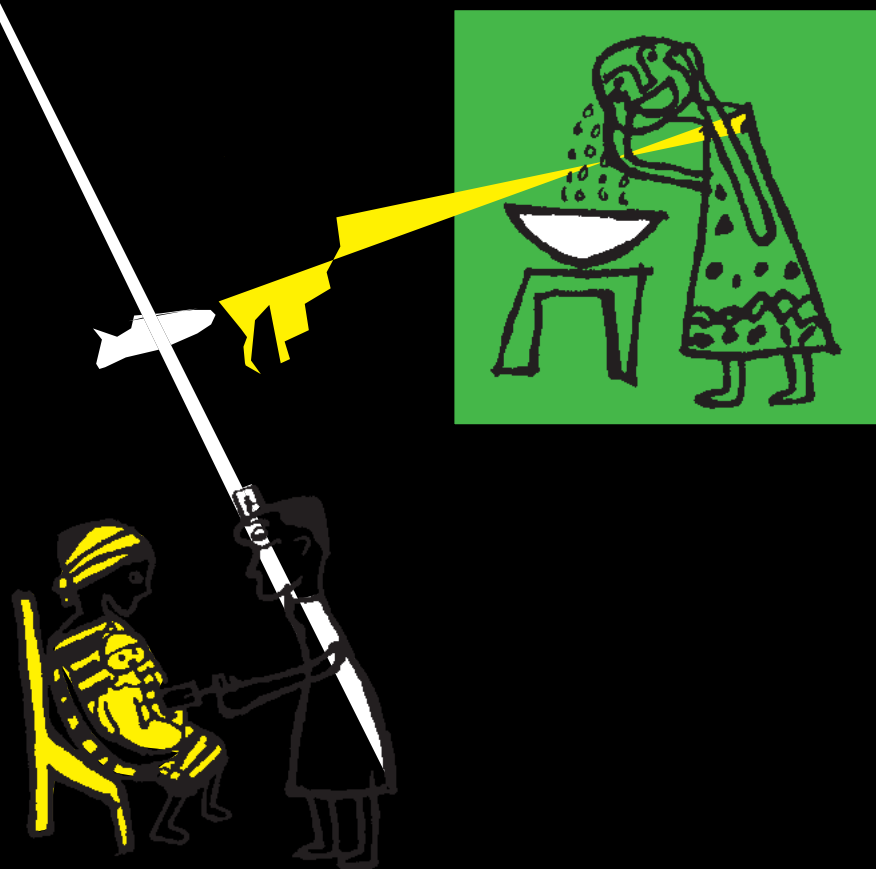


# Livre d'activités sur les yeux sains

Livre d'apprentissage pour écoles primaires



par  
Victoria Francis et Boateng Wiafe

T SA

# Livre d'activités sur les yeux sains

Livre d'apprentissage pour écoles primaires

par

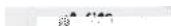
**Victoria Francis et Boateng Wiafe**



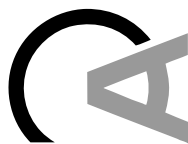
International Centre for Eye Health  
London School of Hygiene & Tropical Medicine  
Keppel Street  
London WC1E 7HT, UK  
Tel: 0044 207 958 8316  
E-mail : [eyeresource@ucl.ac.uk](mailto:eyeresource@ucl.ac.uk)  
Website: [www.ucl.ac.uk/iao/](http://www.ucl.ac.uk/iao/)

**SIGHT SAVERS**

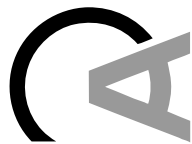
Les auteurs et le Centre International pour la Santé Oculaire remercient Sight Savers International pour l'aide apportée pour développer ce livre.



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.



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](mailto: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](mailto: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

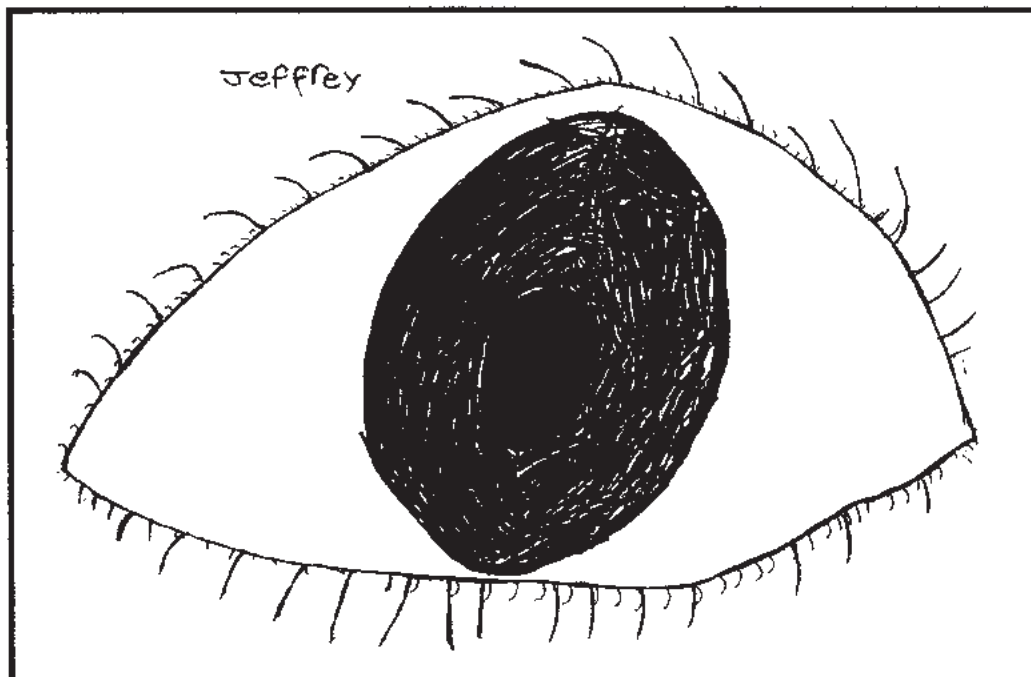
Chaque section se termine par un résumé des principaux messages de santé pour empêcher la cécité. Tous ces messages sont inscrits dans un cadre. Ces messages peuvent être appris de différentes façons. Par exemple le maître peut faire une chanson ou faire un poster à afficher au mur. C'est à vous, le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

# Table des Matières

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

## 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



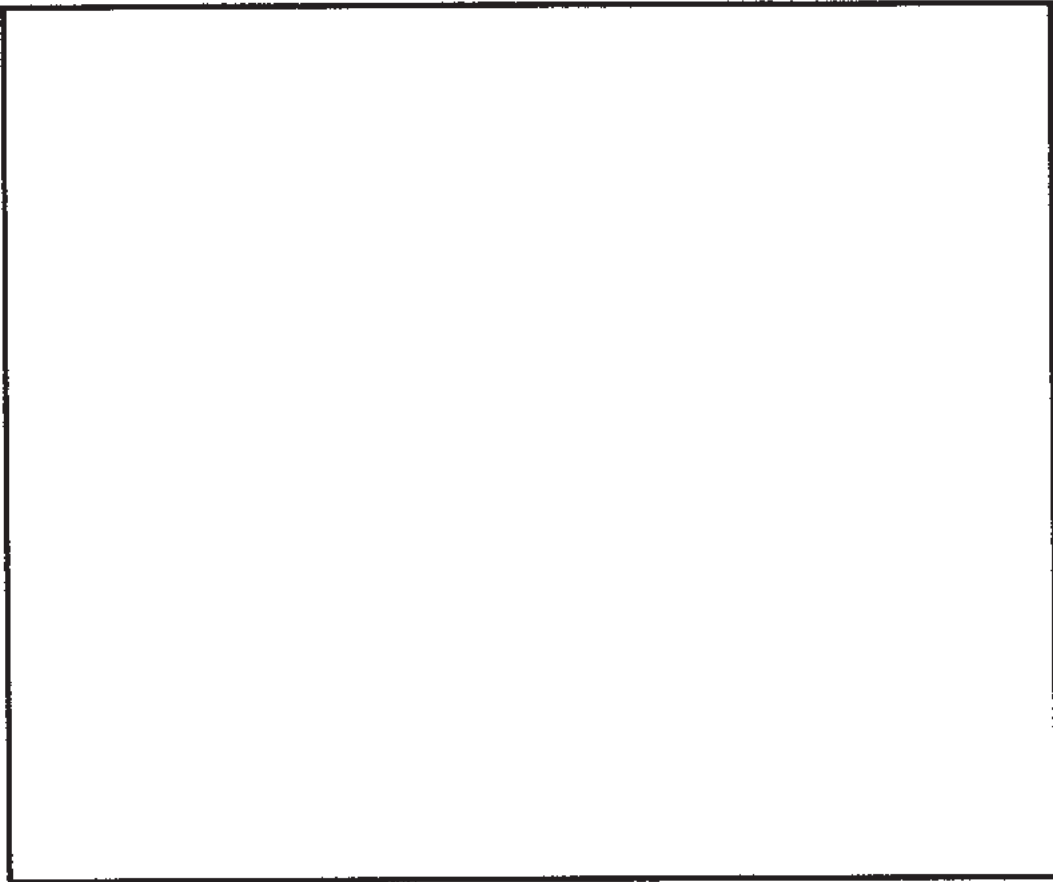
Activité en  
classe

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.

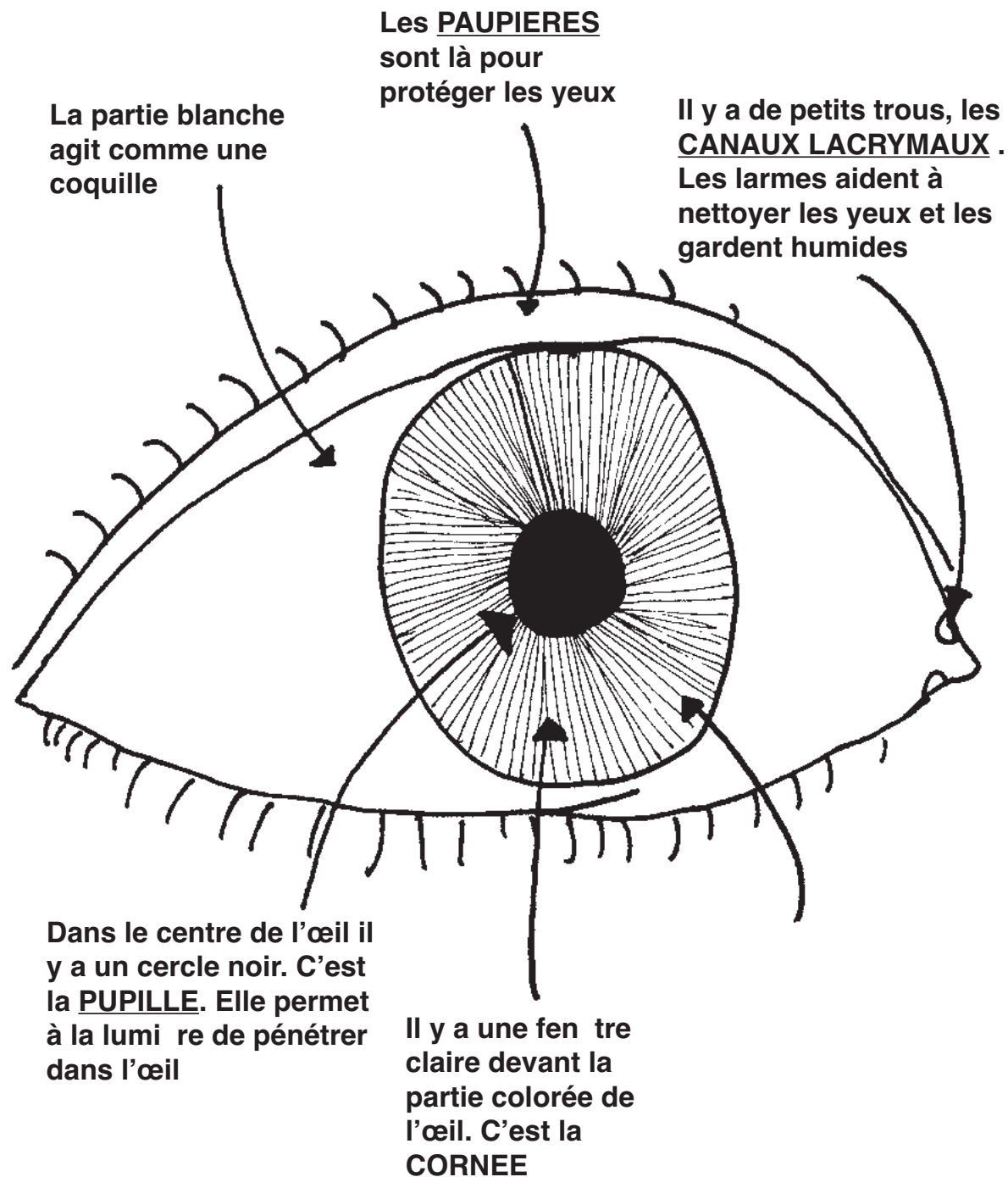
# 1.2 A





# Les parties de l'œil

## L'œil droit



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



Il y a quatre choses à faire pour garder ses yeux

Messages de santé

sains

Mange de la bonne nourriture

Lave-toi la figure

potiron



rougeole

rapidement



**Activité en  
classe**

**Compose une  
chanson**

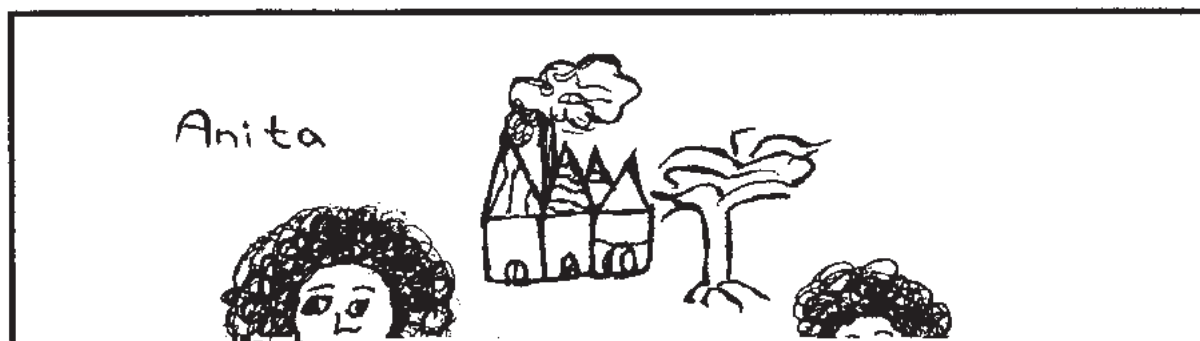
Handwriting practice lines consisting of multiple sets of three horizontal lines (top, middle, bottom) for writing lyrics.

**Nous chantons à propos des yeux sains**

Handwriting practice lines consisting of multiple sets of three horizontal lines (top, middle, bottom) for writing lyrics.

## 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 thin black border, occupying the lower two-thirds of the page. It is intended for the student to draw a portrait and write a story based on the instructions above.

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



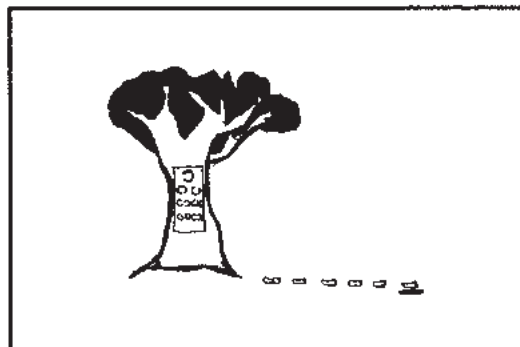
Activité en classe

Teste la vision

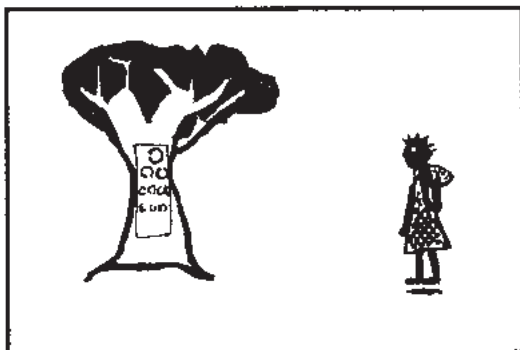
Tu peux savoir si quelqu'un voit bien ou mal en testant ses yeux. Utilise le tableau au dos de ce livre pour vous tester réciproquement les yeux. Voici ce qu'il faut faire :



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



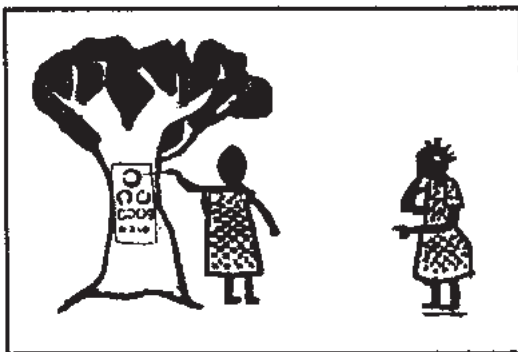
2. Mesure la distance. Fais six pas de l'arbre ou du mur. Marque le point.



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.

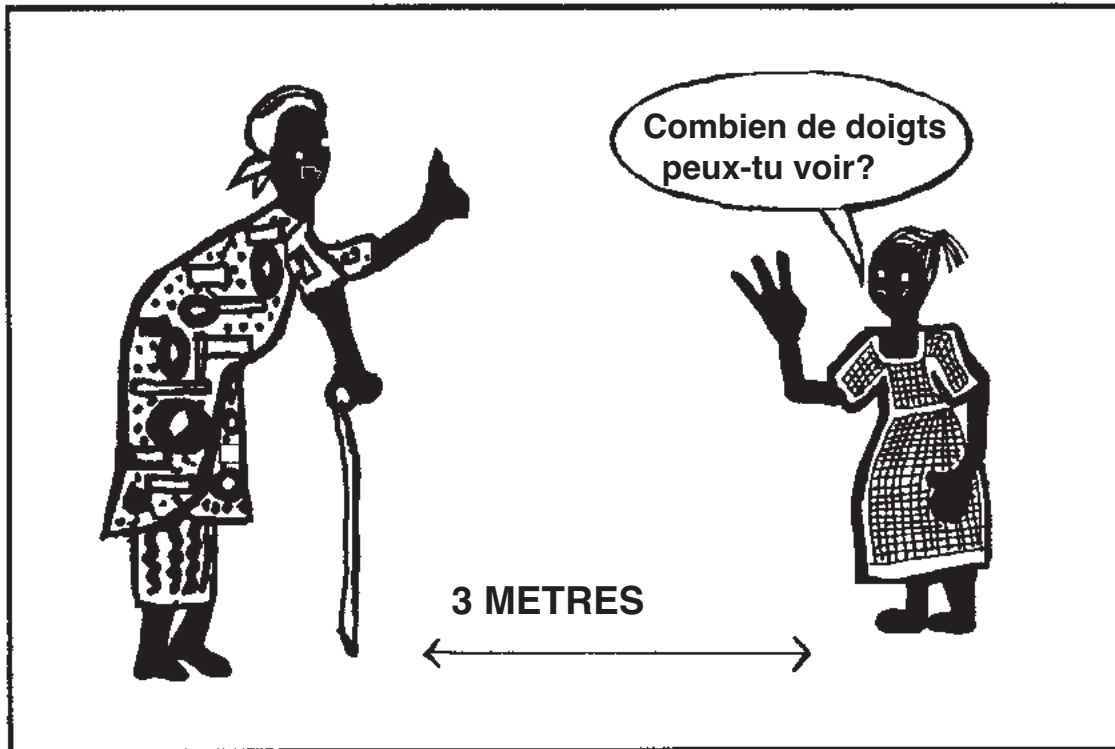
6. Ecrit les noms des enfants qui ne voient pas les C des lignes 6/18 ou 6/36 ou 6/60. Cela veut dire qu'ils ne voient pas bien et qu'ils ont besoin d'être corrigés.



## 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 m tres 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	<input type="checkbox"/>
2. La personne a eu une maladie à l'œil et elle est devenue aveugle	<input type="checkbox"/>

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

...ique là ici

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

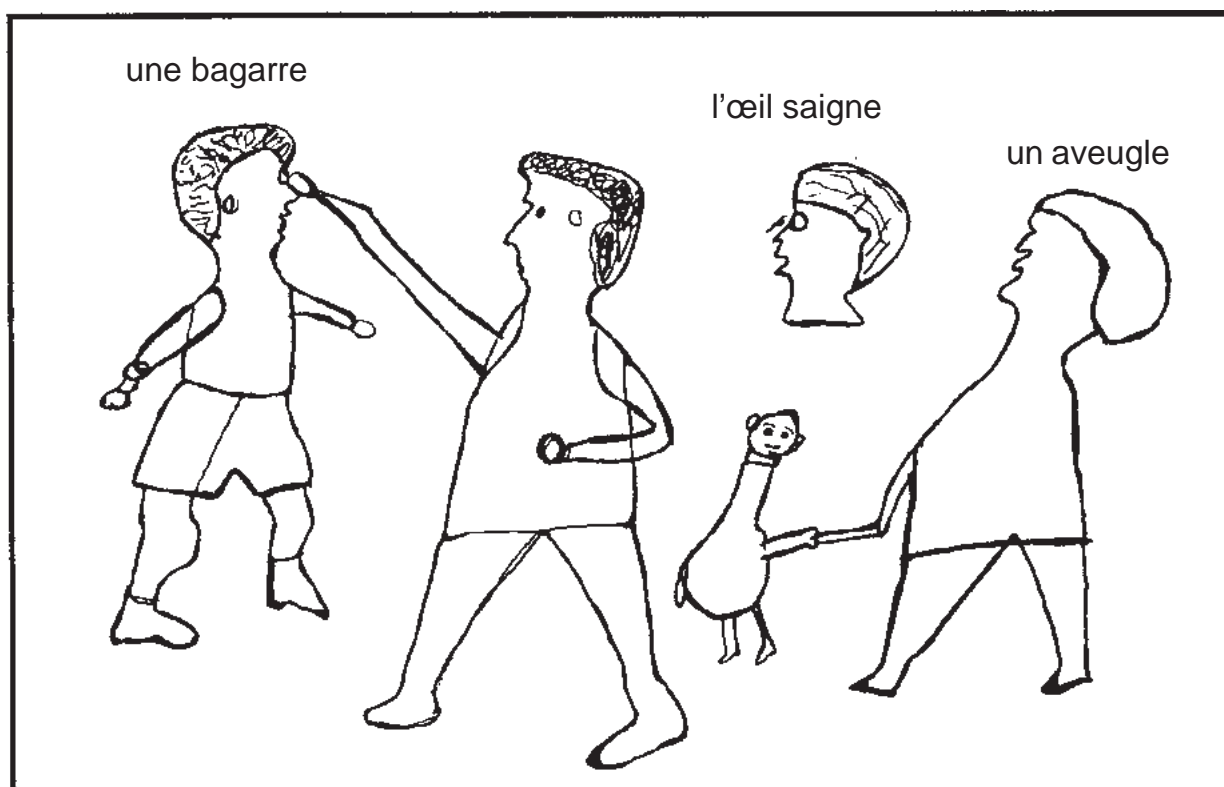




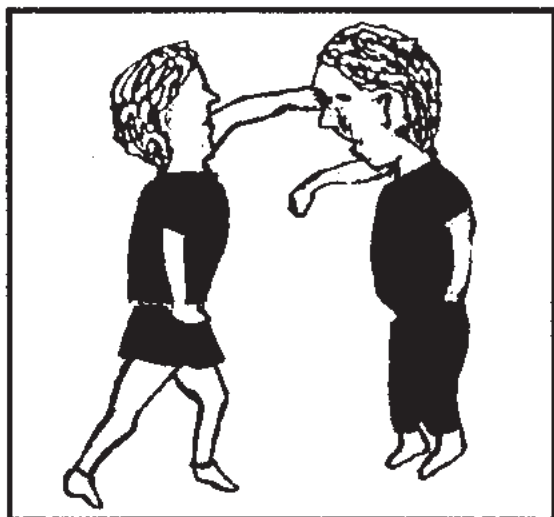
## Notes

## Partie 3

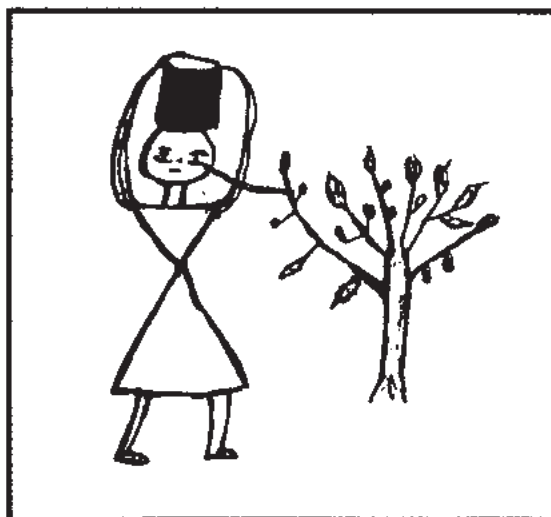
# Prévention de la cécité suite aux accidents



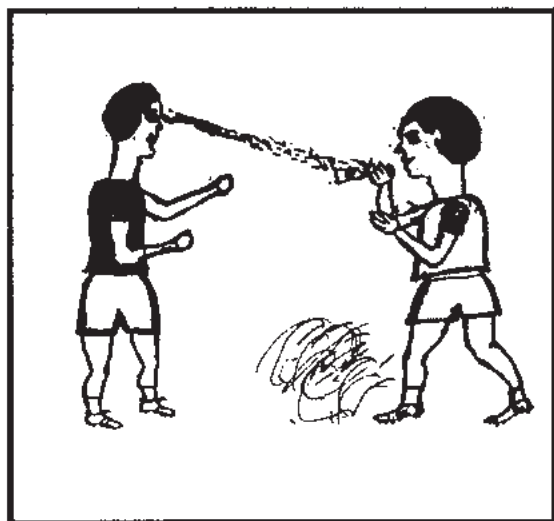
# Des choses qui peuvent blesser les yeux



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 ?

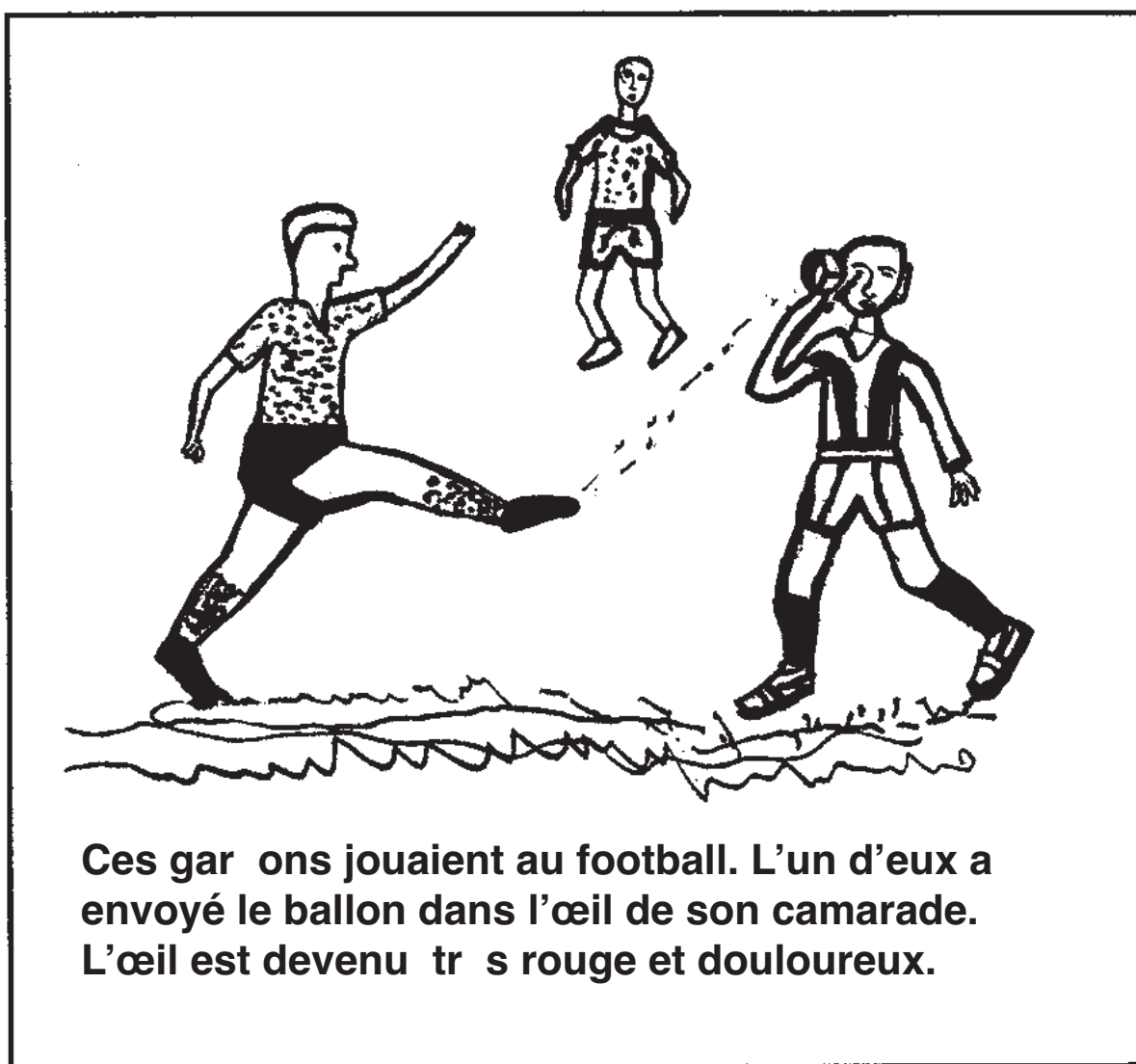
Regarde ces dessins. Quel type d'accident penses-tu qu'il arrive ?  
Ce sont ...

- 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



Handwritten notes and drawings on lined paper, including a drawing of a hand holding a pencil and a drawing of a hand holding a pencil.

### 3.1 Des choses peuvent frapper les yeux



Discussion en classe

Maintenant que doivent-ils faire?

## 3.2 Des choses peuvent crever les yeux



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



Il y a longtemps il y avait un garçon nommé Patrice. Il était en train de couper un arbre. Par malheur l'arbre qu'il coupait lui a crevé l'œil. Il a couru chez sa mère. Quand sa mère l'a vu elle a pleuré et dit : « Je vais vite t'emmener à l'hôpital. ».

Quand on l'a laissé sortir on avait mis un bandage sur son œil et on lui a demandé de revenir une semaine plus tard pour contrôler si l'œil était guéri.



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



Un morceau de bois est rentré dans l'œil de Claire quand elle était en train de poursuivre une chèvre.

Ces enfants se jettent du sable dans les yeux.

Discussion  
en classe

Que dois-tu faire si quelque chose

### 3.4 Des choses qui peuvent briser les yeux

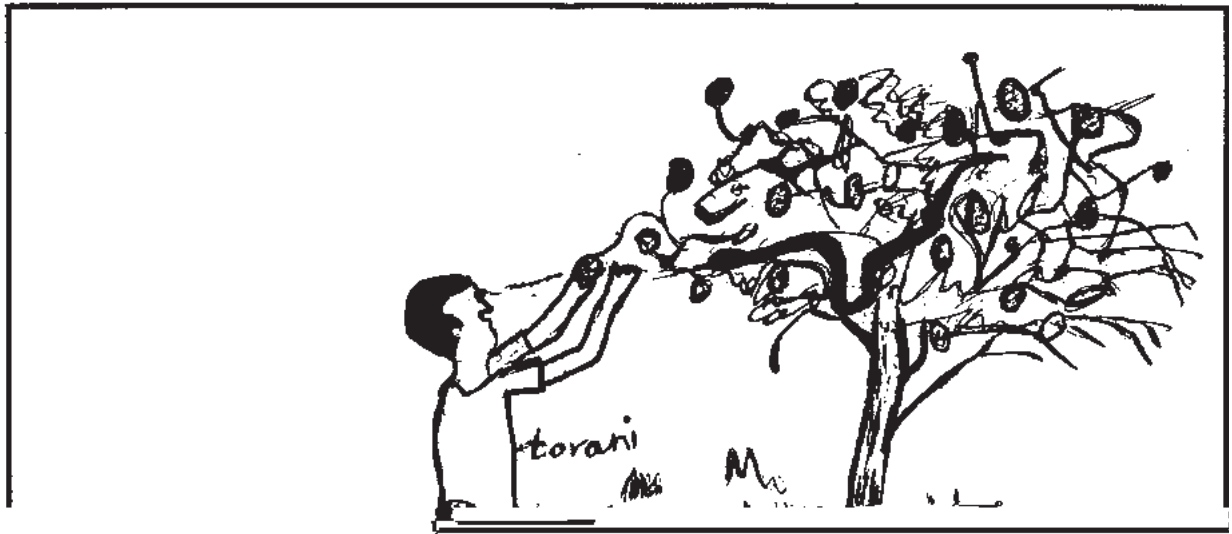


La mère de Zione faisait cuire de la bouillie. La petite fille se tenait près de l'endroit où sa mère cuisinait. Alors qu'elle bavardaient de la bouillie lui a sauté dans les yeux et c'est à partir de ce moment là que ses yeux ont été abîmés. Elle n'a pas trouvé d'aide et elle est restée aveugle.

Discussion

Comment la mère de Zione avait-elle pu l'aider ?





Torani et Meri cueillaient des mangues. Un serpent  
était dans l'arbre. Il a craché du venin directement

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 ab me l'œil.**



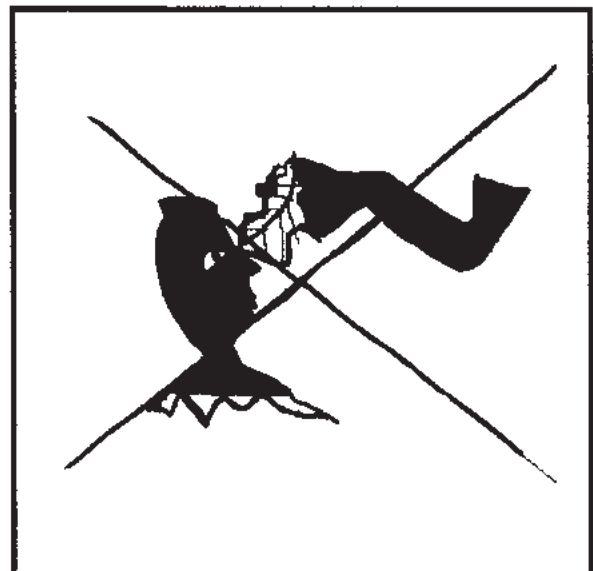
**Ne panique pas**  
Dis à la personne de s'asseoir tranquillement. Dis-lui de ne pas se toucher l'œil.



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



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



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



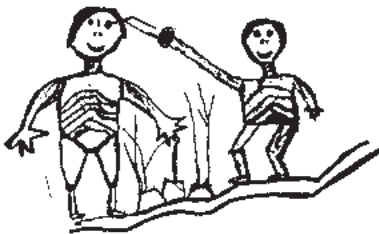
## Messages de santé

### 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 brule l'œil

Lave l'œil pendant un long moment. (vois

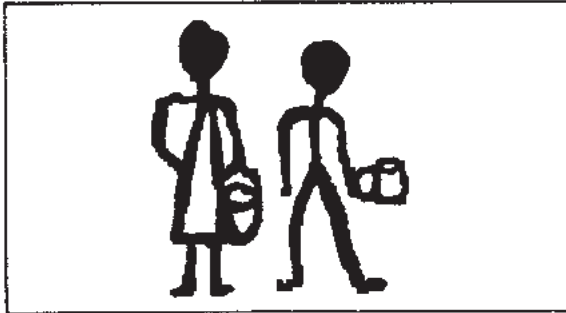
l'activité en classe pour savoir comment laver l'œil.)



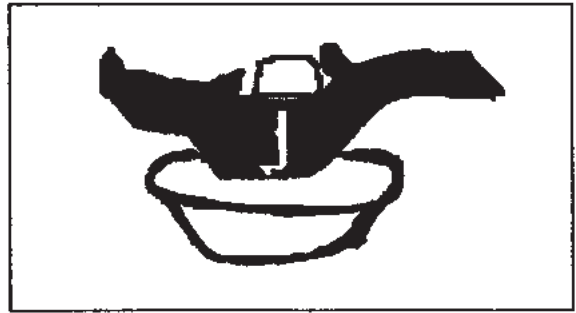
## Activité en classe

## Exerces-toi au lavage de l'œil.

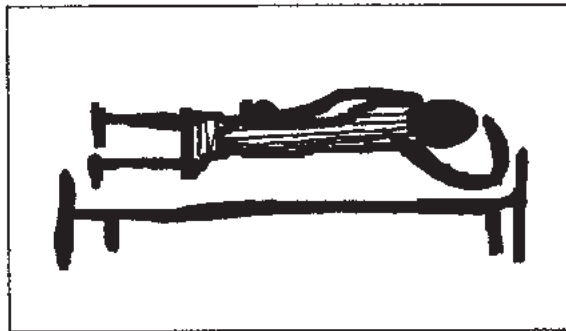
Fais un groupe de trois avec tes camarades. Imagine qu'un de tes copains a quelque chose qui lui brûle l'œil. Exerce-toi à laver l'œil de ton camarade.



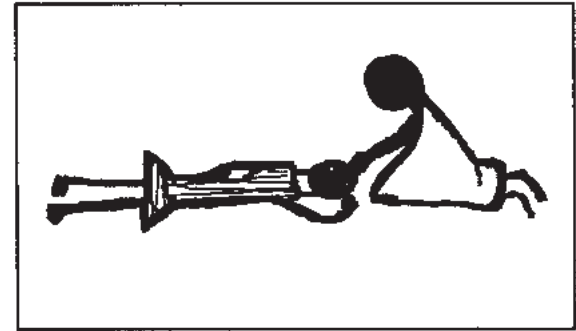
On a besoin de deux personnes ainsi que: Un seau ou une bassine d'eau propre. Un bol.



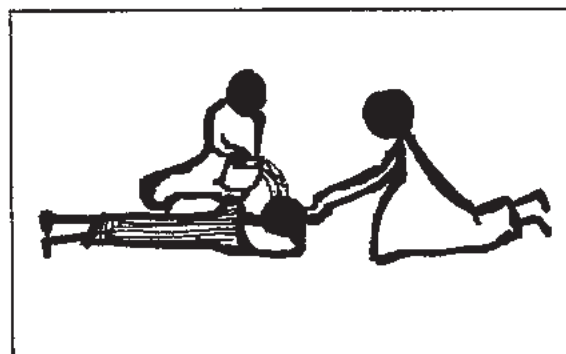
Lave-toi les mains.



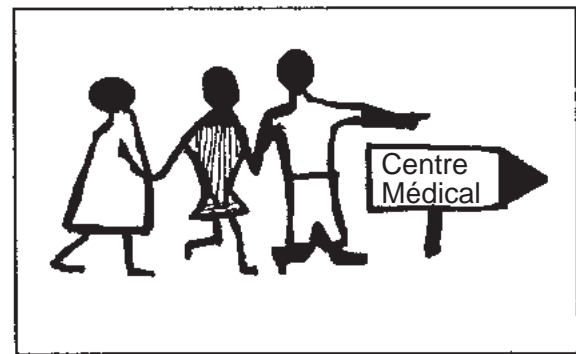
Demande à la personne de se coucher sur le dos la tête tournée du côté de l'œil douloureux.



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 ou se trouve le centre médical le plus proche.

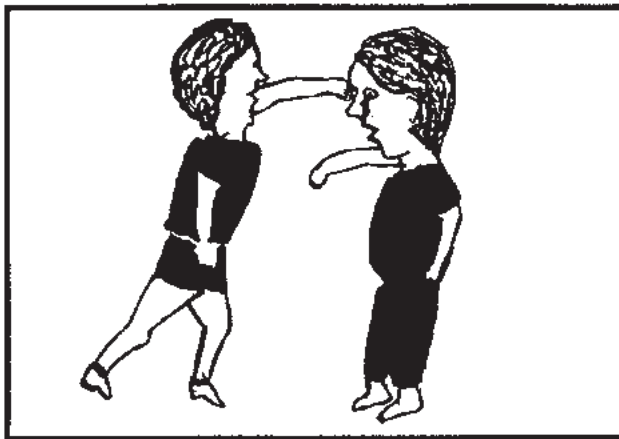


**Activité en classe**

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

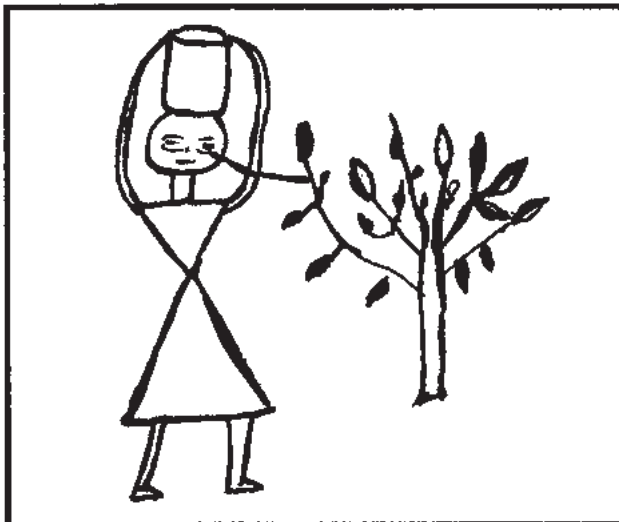


Sais-tu ce qu'il faut faire si les yeux de ton ami sont blessés accidentellement ?



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.

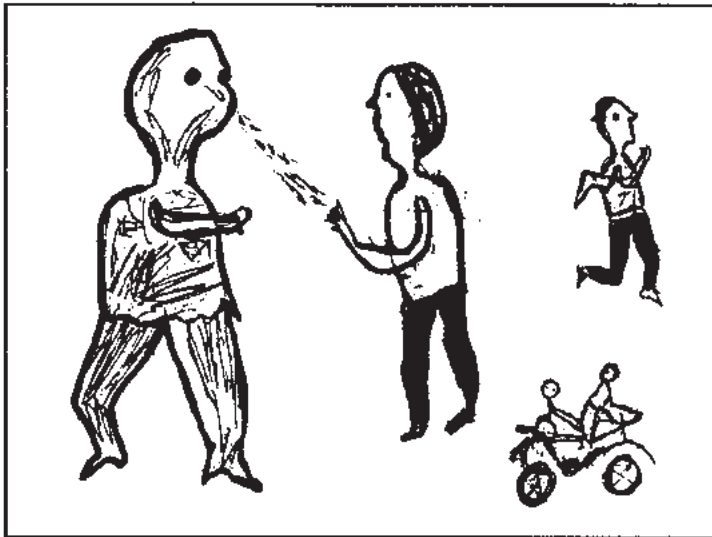
**Fais un dessin pour montrer ce que tu ferais pour aider la victime.**



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.**



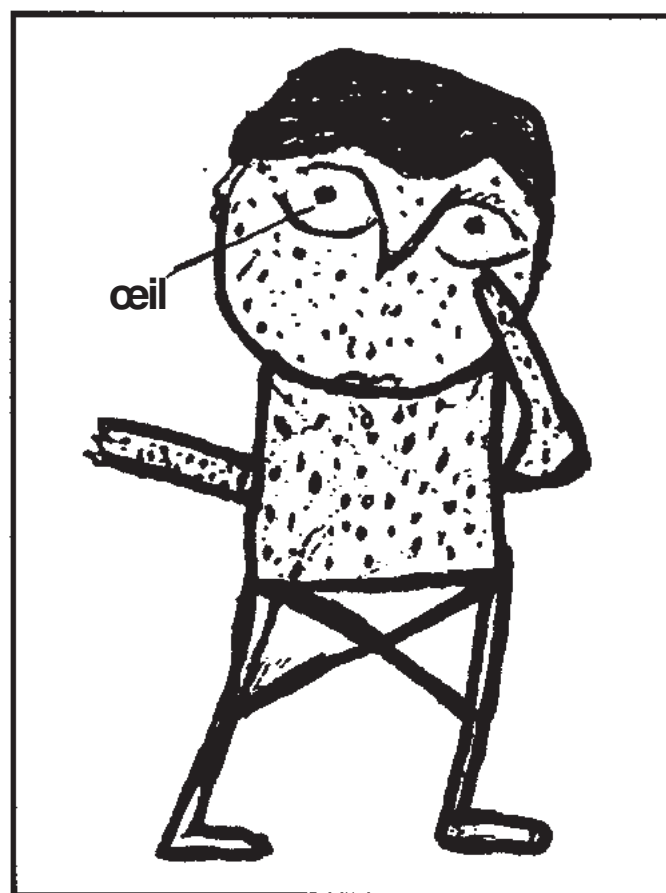
Bernard Nyati était allé couper du bois. Il y avait un serpent dans l'arbre et il a craché dans l'œil de Bernard.

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

## Notes

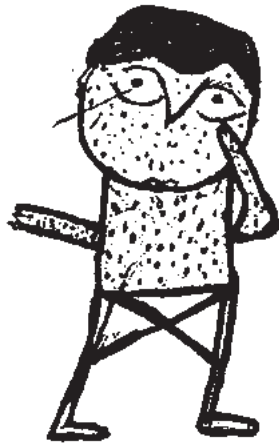
## Partie 4

# 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**



## 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. Apr s cela c'était comme s'il y avait une ombre sur ses yeux. Depuis elle est aveugle.



**Discussion  
en classe**

**O 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 ?



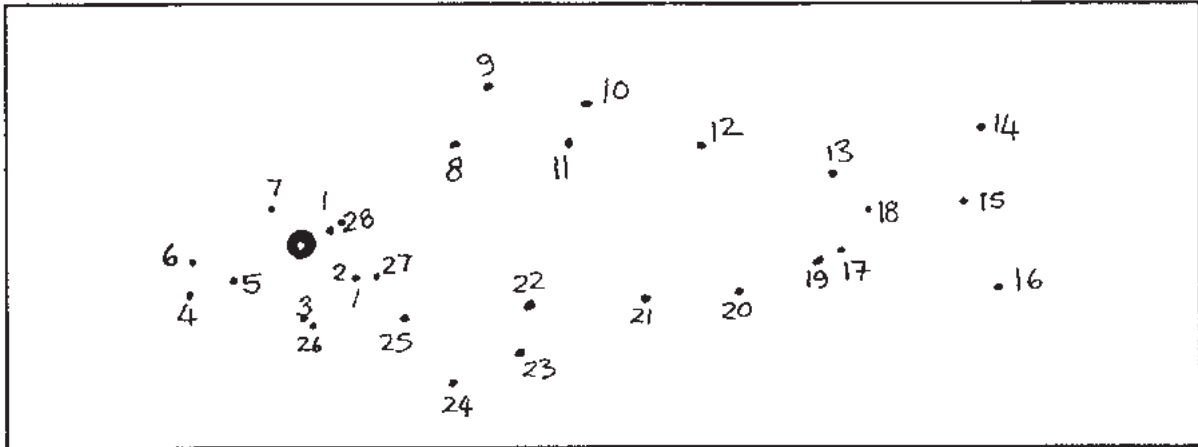
## Messages de santé

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 ?

Blank lines for writing answers to the question 'Qu'est-ce que tu aimes voir ?'



## Activité en classe

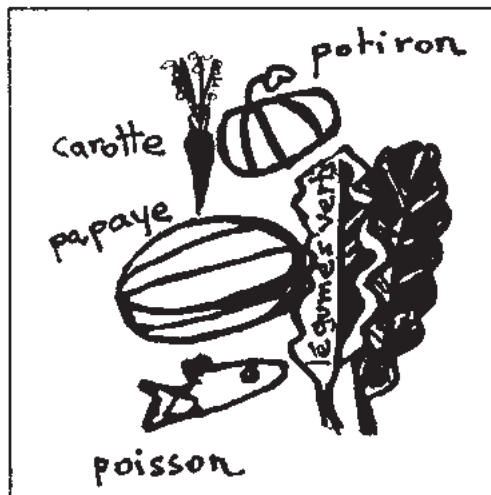
## Fais un jardin pour l'école

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.



**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. Pour exemple, 01 r les T□ (potiron, po r

## 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 .



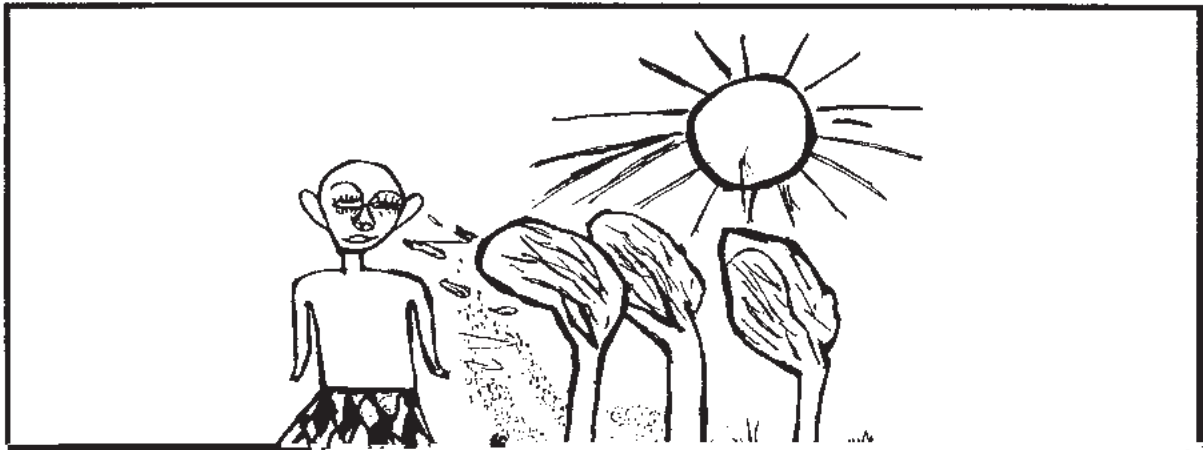
### Discussion en classe

Dans ton village arrive-t-il que de nombreux enfants aient des yeux

---

---





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



## 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**

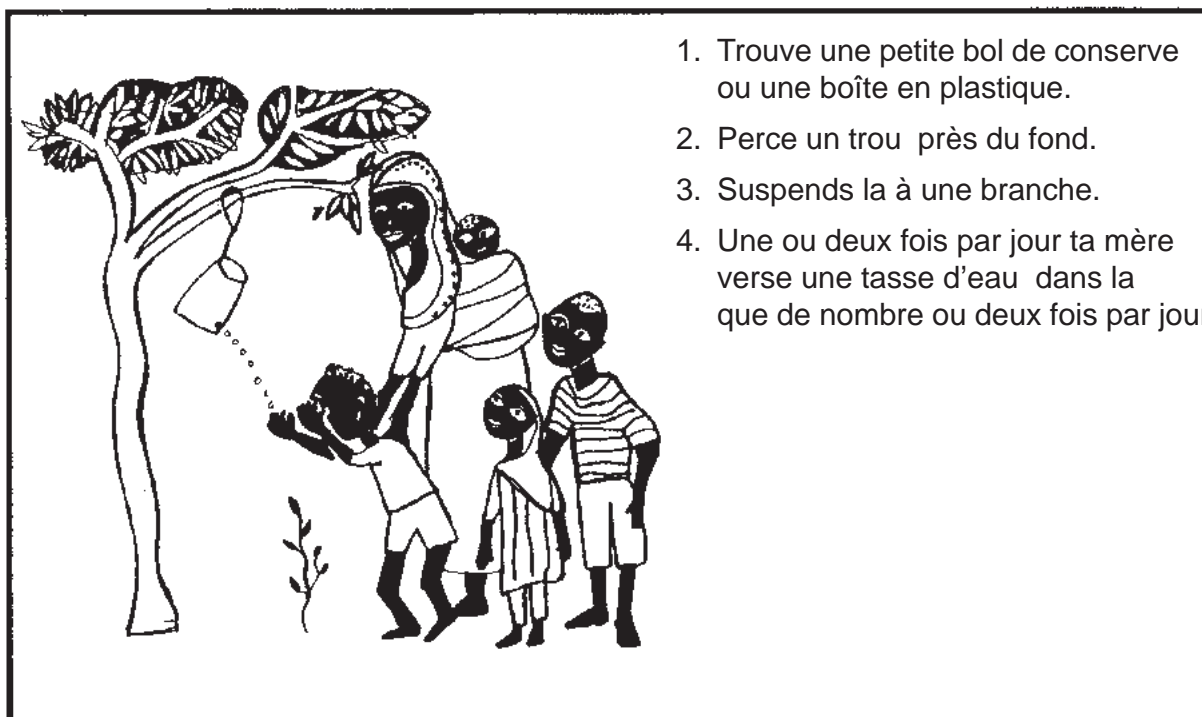
Une amélioration de l'  
environnement :  
Comme des toilettes,  
des abords propres et  
un approvisionnement  
en eau claire peut  
aider à diminuer la  
propagation du mal.



## 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.



## 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 ab mer les yeux ?

• Les médicaments traditionnels peuvent ab mer les yeux.

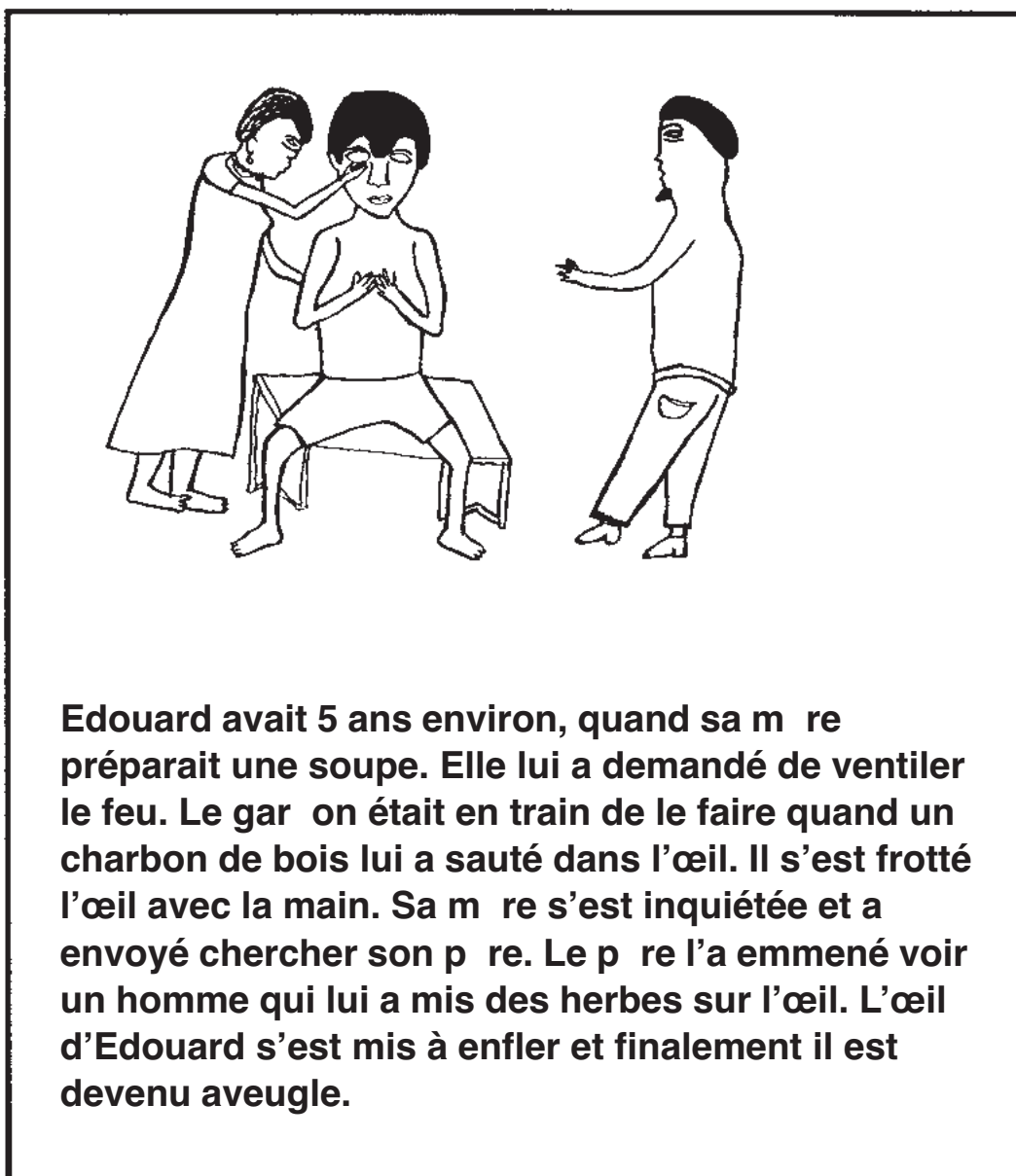
• En mettant dans tes yeux les médicaments d'une autre personne tu peux t'ab mer les yeux.



Quels soins sans danger peux-tu faire toi-m me ?

page 40

• Lave tes yeux à l'eau claire !



**Edouard avait 5 ans environ, quand sa m re préparait une soupe. Elle lui a demandé de ventiler le feu. Le gar on 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 m re s'est inquiétée et a envoyé chercher son p re. Le p re 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 ?**

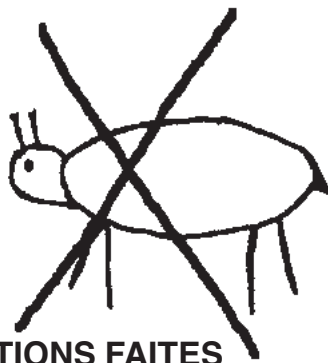


## **Pour éviter la cécité, ne soigne pas toi-même tes yeux.**

- **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**

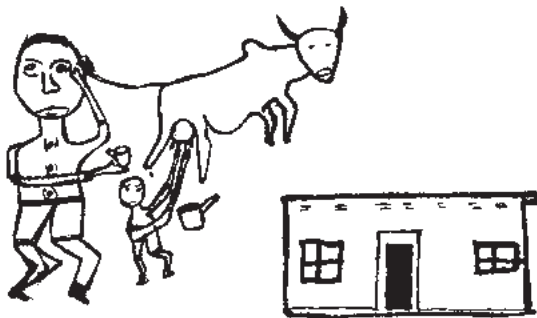




Activité en  
classe

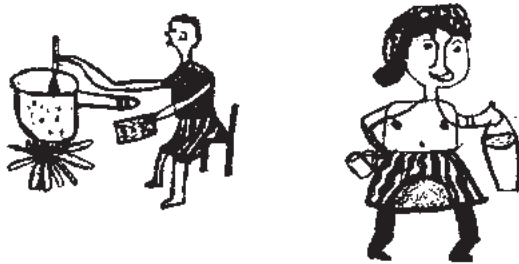
Que peux-tu utiliser pour soigner  
tes yeux ?

Lis ces histoires. Est-ce bien ou mal ?



Ce gar on 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 br lée les  
yeux pendant qu'elle  
faisait de la cuisine. Elle  
s'est lavée les yeux à  
l'eau claire.

est-ce BIEN ou MAL ?



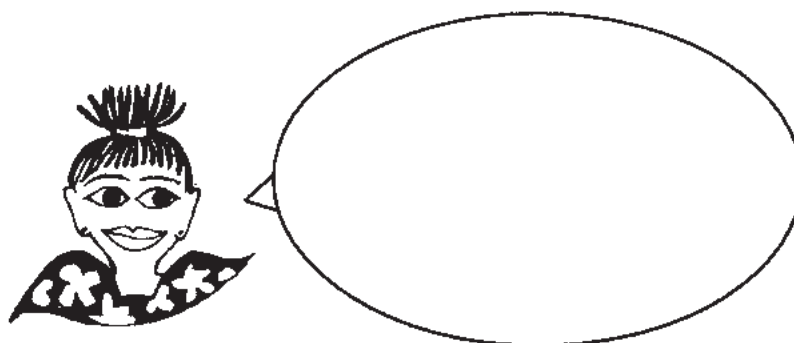
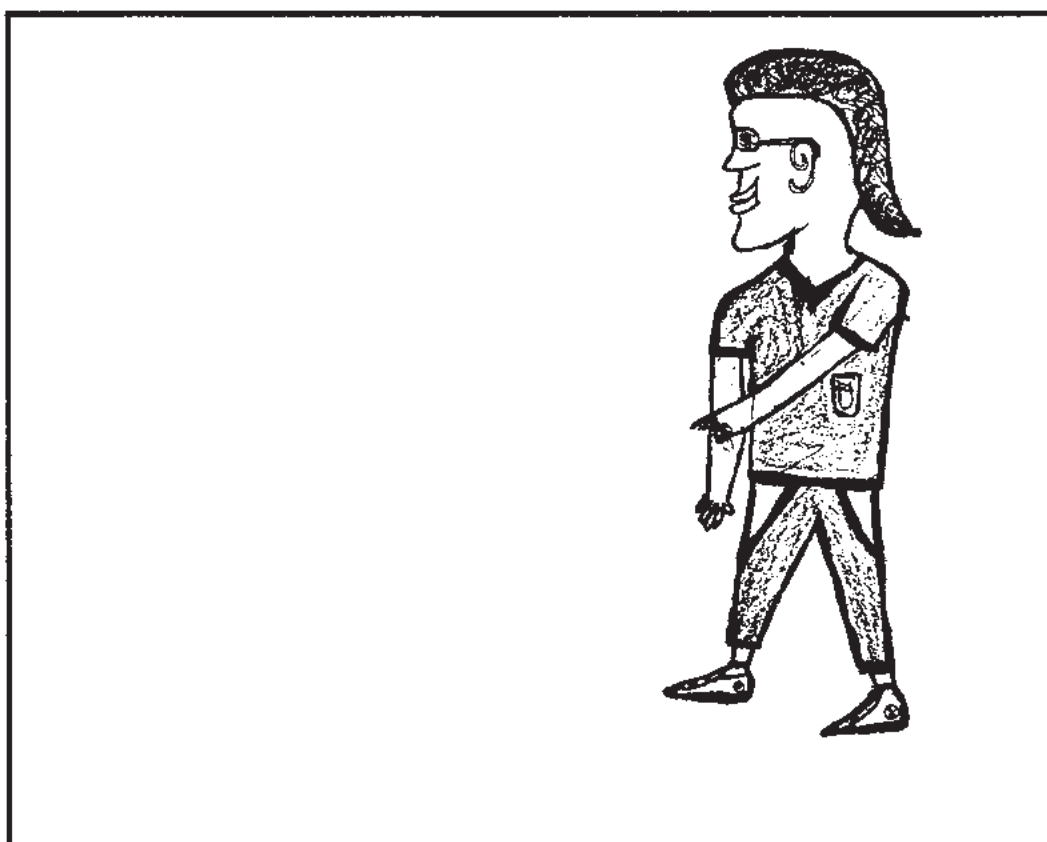
Cet homme a re u une  
bouteille de bi re dans  
l'œil. On a utilisé des  
feuilles de tomate pour le  
soigner.

est-ce BIEN ou MAL ?



## Partie 6

# On peut éviter la cécité



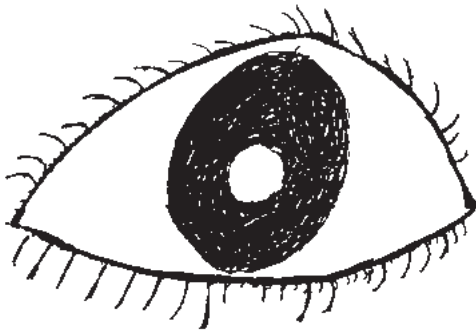


## Activité en classe

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?



Cet aveugle est un chanteur

Cet aveugle peint une casserole

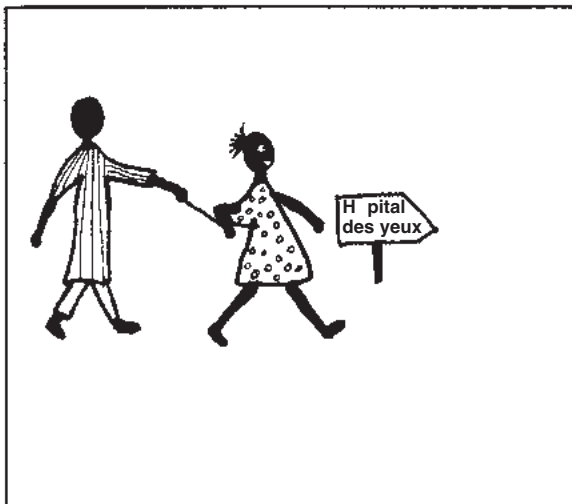
Cet aveugle construit un mur

casserole

pot de peinture

**Les aveugles peuvent faire beaucoup de choses**

## 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  
rem des  
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, encour-  
age 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](mailto:eyeresource@ucl.ac.uk)  
Website: [www.ucl.ac.uk/iao/](http://www.ucl.ac.uk/iao/)

## **Edition française**

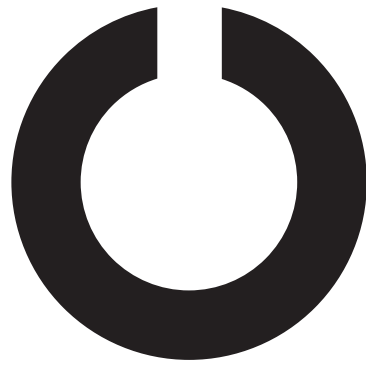
Traduction française : Jack Nouaille-Degorce ( Association Youzondo)

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

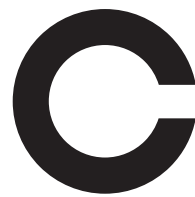
Courriel : [youzondo@yahoo.fr](mailto:youzondo@yahoo.fr)



6/60



6/36



6/18



6/9