

4 BLOC

VOLUME 4 • ÉDITION
2026

100% OFFERT

BLOC 4 • GRATUIT

Hygiène des locaux & prévention des risques



Le pack d'entraînement du Bloc 4 : exercices, cas concrets, fiches théorie, jeux et corrigés détaillés — à partir du guide de référence ORACLE (référentiel DEAS 2021).

Module 8

Hygiène & risques

Théorie

+ cas

Jeux

& entraînement

Corrigés

détaillés

Sommaire du cahier

Le Bloc 4, c'est la **sécurité invisible** : un environnement propre et des gestes d'hygiène rigoureux protègent la personne soignée, l'équipe et toi-même des infections associées aux soins.

Module	Contenu
Module 8 Hygiène & prévention des risques	Précautions standard et hygiène des mains, bionettoyage, circuits propre / sale, gestion des déchets (DASRI), du linge et du matériel, précautions complémentaires (isolement), conduite en cas d'AES. Exercices, théorie, cas, jeux, corrigés.



Astuce de Chloé : en hygiène, le pire ennemi c'est la routine. Chaque geste a une raison — comprends le « pourquoi » et tu ne te tromperas plus.

L'idée qui relie tout le Bloc 4

On ne voit pas les microbes, mais ils circulent. L'aide-soignant **casse la chaîne de transmission** à chaque étape : mains propres, du plus propre au plus sale, chaque déchet à sa place, chaque circuit respecté.

Se protéger

Protéger l'autre

Trier

Tracer

ON Y VA !

Comment utiliser ce cahier

Ce cahier, c'est ton terrain d'entraînement pour le Bloc 4. Tu réponds **d'abord**, tu regardes le corrigé **ensuite**. Se tromper fait partie de l'apprentissage !

Les 3 précautions standard — à tous les soins

Hygiène des mains

Gants si liquides
biologiques

Tenue propre, pas de
bijoux

Matériel désinfecté / à
usage unique

Ton parcours dans le module

Étape	Ton défi
A · Vocabulaire	Maîtriser les mots de l'hygiène hospitalière.
B · Vrai / Faux	Démasquer les erreurs d'hygiène courantes.
C · QCM	Choisir le bon geste de prévention.
D · À compléter	Ancrer le tri des déchets et les circuits.
E · Cas concrets	Réagir à de vraies situations à risque.
F · Étude de situation	L'épreuve reine, méthode en 5 temps.



Astuce de Chloé : l'hygiène des mains est la **1^{re} mesure** de prévention des infections. Un geste, 30 secondes, des vies protégées.

MODULE 8 · BLOC 4

Entretien des locaux, des matériels & prévention des risques

Assurer l'hygiène de l'environnement et du matériel, appliquer les précautions standard et complémentaires, gérer les déchets et le linge, et réagir juste face au risque infectieux — pour casser la chaîne de transmission.

Précautions standard

Bionettoyage

Déchets · DASRI

Isolement

AES

Bien nommer, c'est déjà bien prévenir.

A.1

RELIE LES PAIRES

Relie chaque terme à sa définition (écris la lettre dans la case □).

N°	Terme	□	Définition
1	Bionettoyage		A. Déchets d'activités de soins à risque infectieux (collecteur dédié).
2	DASRI		B. Nettoyage + désinfection d'une surface, pour réduire les micro-organismes.
3	Désinfection		C. Infection contractée pendant la prise en charge (associée aux soins / nosocomiale).
4	Infection nosocomiale		D. Opération qui élimine ou tue les micro-organismes sur un support.

A.2

DIS-LE AVEC TES MOTS

Quelle différence entre nettoyer, désinfecter et stériliser ?

.....

.....

A.3

LE PIÈGE

Cite les 2 règles d'or du sens du bionettoyage (dans quel ordre nettoie-t-on ?).

.....

.....

A.4

QUIZ ÉCLAIR

Cite 3 éléments de la tenue / hygiène qui protègent lors des soins.

.....

.....

Vrai ou Faux — chasse aux pièges

Coche, puis justifie en une phrase.

B.1

VRAI / FAUX

La friction hydro-alcoolique remplace le lavage si les mains ne sont pas visiblement souillées.

☐

Vrai

☐

Faux

B.2

VRAI / FAUX

On bionettoie du plus sale vers le plus propre.

☐

Vrai

☐

Faux

B.3

VRAI / FAUX

Une aiguille usagée se jette dans le collecteur OPCT (jaune), jamais dans la poubelle ordinaire.

☐

Vrai

☐

Faux

B.4

VRAI / FAUX

Les bijoux et la montre au poignet gênent l'hygiène des mains.

☐

Vrai

☐

Faux

B.5

VRAI / FAUX

On peut poser le linge sale par terre le temps de finir le soin.

☐

Vrai

☐

Faux

B.6

VRAI / FAUX

Après une piqûre avec une aiguille souillée (AES), il faut suivre un protocole d'urgence.

☐

Vrai

☐

Faux

QCM — le bon geste de prévention

Une seule réponse est la meilleure. Coche-la !

C.1

QCM

Pour bionettoyer une chambre, l'ordre correct est...

- ☐ a. Des sanitaires vers le lit, du bas vers le haut.
- ☐ b. Du plus propre au plus sale, du haut vers le bas.
- ☐ c. Peu importe l'ordre, tant que tout est fait.
- ☐ d. Uniquement le sol, le reste est secondaire.

C.2

QCM

Le moment clé de l'hygiène des mains, c'est...

- ☐ a. Une fois en début de service.
- ☐ b. Avant et après chaque contact / soin, et après retrait des gants.
- ☐ c. Seulement après un soin sale.
- ☐ d. Uniquement si la personne le demande.

C.3

QCM

Une protection souillée par des liquides biologiques se jette dans...

- ☐ a. La poubelle des déchets ménagers (DAOM).
- ☐ b. Le sac / collecteur DASRI.
- ☐ c. Les toilettes.
- ☐ d. Le bac à linge.

C.4

QCM

En cas d'accident d'exposition au sang (piqûre), la 1^{re} chose à faire est...

- ☐ a. Continuer le soin, on verra plus tard.
- ☐ b. Ne pas faire saigner, laver aussitôt à l'eau et au savon, antiseptique, puis déclarer.
- ☐ c. Sucrer la plaie.
- ☐ d. Mettre un pansement et ne rien dire.

Pour une personne en précautions « gouttelettes », l'AS...

- ☐ a. N'a aucune précaution particulière.
- ☐ b. Porte un masque, respecte les consignes de la chambre et l'hygiène des mains.
- ☐ c. Laisse la porte grande ouverte en permanence.
- ☐ d. Partage le matériel avec les autres chambres.

À compléter — muscle tes réflexes

D.1 TEXTE À TROUS

« Les précautions _____ s'appliquent à _____ les patients :
hygiène des _____, gants si liquides biologiques, tenue propre. On
bionettoie du plus _____ au plus _____ . »

D.2 DAOM OU DASRI ?

Classe chaque déchet : écris DAOM (déchets ménagers) ou DASRI (risque infectieux).

Déchet	DAOM / DASRI
Emballage carton propre	
Compresse souillée de sang	
Aiguille usagée	
Gobelet en plastique non souillé	

D.3 REMETS DANS L'ORDRE

Numérote de 1 à 5 les temps de la friction hydro-alcoolique.

- ☐ ☐ Frictionner paumes, dos des mains, entre les doigts
- ☐ ☐ Retirer bijoux et montre, mains visiblement propres
- ☐ ☐ Frictionner pouces, bouts des doigts et poignets
- ☐ ☐ Prendre une dose de produit hydro-alcoolique
- ☐ ☐ Frictionner jusqu'à séchage complet (≈ 30 s)

D.4 DÉFI MÉMOIRE

Cite 2 indications de l'hygiène des mains pendant un soin.

.....

.....

Cas concrets — comme sur le terrain

Pour chaque cas : quels gestes d'hygiène, quel matériel, que transmetts-tu ?

E.1

SITUATION

Un résident vient de quitter sa chambre (sortie). Tu dois la préparer pour la personne suivante.

E.2

SITUATION

En retirant un pansement, tu te piques avec une aiguille qui traînait dans le plateau.

E.3

SITUATION

Mme T. est en précautions « contact » (bactérie multi-résistante). Tu dois faire sa toilette.

Étude de situation — l'épreuve reine

- 1 **Observer** — le risque infectieux, le type de précautions, l'environnement.
- 2 **Analyser** — quelles précautions (standard / complémentaires), quel matériel, quel circuit.
- 3 **Agir** — hygiène des mains, tenue, gestes dans le bon ordre, tri des déchets et du linge.
- 4 **Sécuriser** — casser la chaîne de transmission, ne rien croiser propre / sale.
- 5 **Transmettre / tracer** — le soin réalisé, l'anomalie, le respect des précautions.

F.1 À TOI DE JOUER

M. D. est porteur d'une bactérie multi-résistante (précautions contact). Sa chambre doit être bionettoyée et sa toilette réalisée. Le service est chargé, une stagiaire t'accompagne.

1 • OBSERVER

2 • ANALYSER

3 • AGIR

4 • SÉCURISER

5 • TRANSMETTRE / TRACER



Le piège : oublier une étape parce que « ça va vite ». Montre que tu respectes les **précautions contact** (gants, tablier, matériel dédié), l'ordre du bionettoyage, et le **tri** des déchets et du linge.

Module 8 — à retenir (1/2)

Une page pour tout revoir d'un coup d'œil.

Nettoyer, désinfecter, stériliser

Niveau	Ce que ça fait
Nettoyer	Enlever les salissures visibles (détergent). Étape indispensable avant tout.
Désinfecter	Réduire / tuer les micro-organismes sur une surface ou un objet (désinfectant).
Stériliser	Détruire tous les micro-organismes (dispositifs médicaux réutilisables). Hors champ AS.



Le bionettoyage : toujours **du plus propre au plus sale** et **du haut vers le bas**. On ne revient jamais sur une zone déjà nettoyée avec un support sale.

Les circuits — ne jamais croiser propre & sale

Circuit propre	Circuit sale
Linge propre, matériel désinfecté, repas.	Linge sale, déchets, matériel souillé.
Principe de la marche en avant : le propre et le sale ne se croisent pas. Le linge sale ne se pose jamais au sol.	

Le tri des déchets

Filière	Ce qu'on y met
DAOM (déchets ménagers)	Emballages propres, essuie-tout non souillé, déchets sans risque.
DASRI (risque infectieux)	Tout ce qui est souillé de liquides biologiques : compresses, protections, gants souillés.
OPCT (collecteur rigide)	Objets piquants / coupants / tranchants : aiguilles, lames. Jamais dans un sac.

AES (accident d'exposition au sang) : ne pas faire saigner, **laver** aussitôt à l'eau et au savon, appliquer un **antiseptique**, puis **déclarer** sans attendre (protocole, médecin référent). Chaque minute compte.

Précautions complémentaires

Type	Exemples & mesures
Contact	Bactéries multi-résistantes : gants, tablier, matériel dédié, hygiène des mains renforcée.
Gouttelettes	Grippe, certaines infections : masque, distance, chambre adaptée.
Air	Tuberculose : masque de protection respiratoire, chambre en pression négative si possible.

Jeu 1 — Mots mêlés de l'hygiène

Retrouve et entoure les 12 mots cachés (horizontal, vertical, diagonal — dans tous les sens).

H	X	Q	P	D	S	W	C	E	X	E	H	K	G	E
N	F	B	I	O	N	E	T	T	O	Y	A	G	E	G
F	E	Y	O	B	W	O	S	V	T	J	N	N	S	N
M	V	X	L	W	S	W	P	L	X	Y	Q	F	J	I
I	H	I	V	P	I	S	O	L	E	M	E	N	T	L
C	E	Y	D	E	S	I	N	F	E	C	T	I	O	N
R	I	P	G	U	Q	D	R	I	R	S	A	D	Z	Q
O	J	Z	G	I	E	S	Q	M	Y	E	P	U	P	D
B	J	M	B	C	E	B	L	Q	J	L	M	W	A	T
E	E	W	H	A	C	N	F	O	S	E	Y	N	S	E
U	S	E	D	L	Q	B	E	E	U	Q	S	A	M	R
T	T	W	U	L	L	D	K	U	D	P	F	U	H	P
S	P	L	S	L	L	Y	Z	N	L	X	U	V	B	O
X	E	W	V	N	O	I	T	C	I	R	F	U	K	R
B	B	H	Q	L	S	T	N	A	G	P	L	P	R	P

HYGIENE

BIONETTOYAGE

DASRI

DESINFECTION

GANTS

FRICTION

LINGE

PROPRE

DECHETS

ISOLEMENT

MASQUE

MICROBE



Astuce de Chloé : commence par les mots longs (BIONETTOYAGE, DESINFECTION) — ils cadrent la grille.

Jeu 2 — Trie le déchet

Pour chaque déchet, écris sa filière : **DAOM** (ménager), **DASRI** (risque infectieux) ou **OPCT** (piquant/coupant).

?

LE BON BAC

Déchet	Filière
Compresse imbibée de sang	
Aiguille de prélèvement usagée	
Boîte en carton d'emballage propre	
Protection (change) souillée	
Bouteille d'eau vide non souillée	
Lame de rasoir à usage unique	



Astuce de Chloé : souillé de liquide biologique → DASRI · piquant/coupant → OPCT · propre & sans risque → DAOM. En cas de doute, on protège : direction DASRI.



Ne te contente pas de vérifier : lis l'explication, c'est elle qui construit le bon réflexe.

Bravo d'aller au bout !

Partie A — Vocabulaire

A.1 — 1→B · 2→A · 3→D · 4→C.

A.2 — **Nettoyer** = enlever les salissures visibles ; **désinfecter** = réduire/tuer les micro-organismes sur une surface ; **stériliser** = détruire **tous** les micro-organismes (matériel réutilisable, hors champ AS). On nettoie toujours avant de désinfecter.

A.3 — Du **plus propre au plus sale** et du **haut vers le bas**.

A.4 — 3 parmi : mains propres (friction), gants si liquides biologiques, tenue propre, cheveux attachés, pas de bijoux/montre, tablier/surblouse si besoin.

Partie B — Vrai / Faux

B.1 — Vrai. Mains non souillées visiblement → friction hydro-alcoolique (référence). Si souillées → lavage eau + savon.

B.2 — Faux. On va du **plus propre au plus sale** (jamais l'inverse) pour ne pas recontaminer.

B.3 — Vrai. Aiguille = collecteur OPCT rigide, jamais dans un sac ni la poubelle ordinaire (risque de piquûre).

B.4 — Vrai. Bijoux et montre gênent l'hygiène des mains et portent des germes : on les retire.

B.5 — Faux. Le linge sale ne se pose jamais au sol : sac dédié, transport immédiat.

B.6 — Vrai. Un AES est une urgence : lavage, antiseptique, déclaration selon le protocole.

Partie C — QCM

C.1 → b. Du plus propre au plus sale, du haut vers le bas.

C.2 → b. Avant/après chaque contact et après retrait des gants.

C.3 → b. Souillée de liquides biologiques → DASRI.

C.4 → b. Ne pas faire saigner, laver, antiseptique, puis déclarer. On ne suce jamais la plaie.

C.5 → b. Masque, consignes de la chambre, hygiène des mains : précautions gouttelettes.

Partie D — À compléter

D.1 — standard · tous · mains · propre · sale.

D.2 — Carton propre → DAOM · Compresse souillée → DASRI · Aiguille → DASRI/OPCT (collecteur rigide) · Gobelet propre → DAOM.

D.3 — 1. Retirer bijoux/montre, mains propres · 2. Prendre une dose de produit · 3. Frictionner paumes, dos, entre les doigts · 4. Frictionner pouces, bouts des doigts, poignets · 5. Frictionner jusqu'au séchage (≈ 30 s).

D.4 — 2 parmi : avant de toucher la personne, avant un geste propre/aseptique, après un risque de contact avec un liquide biologique, après avoir touché la personne, après avoir touché son environnement.

Partie E — Cas concrets

E.1 — Bionettoyage complet : hygiène des mains, tenue, du plus propre au plus sale et du haut vers le bas ; changer le linge, désinfecter surfaces et sanitaires, aérer, tri des déchets. Tracer le bionettoyage.

E.2 — **AES** : ne pas faire saigner, laver aussitôt à l'eau et au savon, antiseptique, déclarer sans délai (protocole, médecin). Sécuriser l'aiguille dans l'OPCT.

E.3 — **Précautions contact** : gants + tablier, matériel dédié à la chambre, hygiène des mains renforcée, gestion des déchets/linge sur place, ne rien sortir de contaminé. Transmettre.

Partie F — Étude de situation (repères)

F.1 — **Observer** : précautions contact, chambre à bionettoyer, toilette à faire, service chargé, stagiaire. **Analyser** : précautions standard + contact ; matériel dédié ; ordre du bionettoyage. **Agir** : hygiène des mains, gants/tablier, toilette dans le respect de la pudeur, bionettoyage du propre au sale. **Sécuriser** : ne rien croiser propre/sale, tri déchets/linge sur place. **Transmettre/tracer** : soin réalisé, respect des précautions ; expliquer chaque geste à la stagiaire.

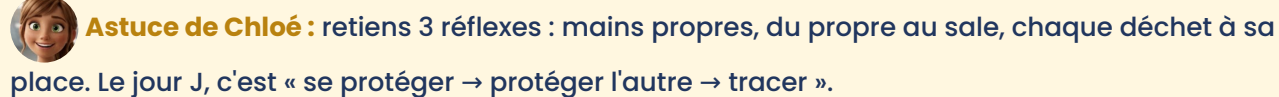
Solutions des jeux

Jeu 1 — Mots mêlés — HYGIENE, BIONETTOYAGE, DASRI, DESINFECTION, GANTS, FRICTION, LINGE, PROPRE, DECHETS, ISOLEMENT, MASQUE, MICROBE.

Jeu 2 — Trie le déchet — Compresse sang → DASRI · Aiguille → OPCT · Carton propre → DAOM · Protection souillée → DASRI · Bouteille propre → DAOM · Lame de rasoir → OPCT.

Module	Le réflexe à démontrer
Module 8 Hygiène & prévention des risques	J'applique les précautions standard et complémentaires, je bionettoie dans le bon ordre, je trie les déchets et le linge, et je réagis juste face au risque infectieux — pour casser la chaîne de transmission.

Mes notes de révision



Fiche ultra-synthèse — Module 8

À relire 5 minutes avant l'oral ou l'évaluation.

Les 4 réflexes hygiène

Mains propres
(friction)

Du propre au sale

Chaque déchet à sa
place

Ne rien croiser

Repère	À retenir
Précautions standard	Hygiène des mains · gants si liquides biologiques · tenue propre, pas de bijoux · matériel désinfecté / usage unique.
Hygiène des mains	Friction hydro-alcoolique si mains non souillées ; lavage eau + savon si souillées. Avant/après chaque contact et après retrait des gants.
Bionettoyage	Du plus propre au plus sale , du haut vers le bas . Nettoyer avant de désinfecter.
Tri des déchets	DAOM = propre/sans risque · DASRI = souillé de liquides biologiques · OPCT = piquant/coupant (collecteur rigide).
Linge & circuits	Linge sale jamais au sol. Propre et sale ne se croisent pas (marche en avant).
AES (piqûre)	Ne pas faire saigner → laver eau + savon → antiseptique → déclarer sans délai.
Précautions complémentaires	Contact (gants + tablier + matériel dédié) · Gouttelettes (masque) · Air (masque de protection respiratoire).



Le réflexe d'or : en cas de doute sur un déchet ou une précaution, on protège — direction la solution la plus sûre.

BLOC 4 · OFFERT

Prête pour **ton oral** ?

Tu tiens le Bloc 4 complet : hygiène des locaux et des matériels, prévention des risques associés aux soins. Continue ta préparation VAE AS avec les autres blocs et le guide de référence ORACLE.

oracle-vae-as.fr

Module 8 · Hygiène

Bionettoyage · Déchets

Corrigés détaillés