



# PIPSa

Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

## Tu bouges, tu vis

2002 - fiche modifiée le 16 juin 2009

### Promotion de l'activité physique pour les 12-18

Outil promouvant l'activité physique quotidienne chez les 12-18 ans dans le respect de leur santé, et fournissant des pistes pour initier, au sein des écoles, un programme de promotion de l'activité physique en santé.

<b>Support</b>	Kit pédagogique
<b>Âge du public</b>	De 12 à 18 ans
<b>Thèmes associés à cet outil</b>	Activité physique, Hygiène corporelle
<b>Obtention</b>	Acquisition En centre de prêt
<b>Participants</b>	De 1 à 25
<b>Prix</b>	Gratuit



### Sur l'outil

---

#### Description selon l'éditeur

- Une affiche A2
  - un test individuel
  - un carnet 32 pages illustré
  - 4 intercalaires de cours plastifiés
- [INFOS](#)

#### Objectifs

- Promouvoir l'activité physique quotidienne chez les 12-18 ans dans le respect de leur santé.
- Fournir des pistes pour initier, au sein des écoles, un programme de promotion de l'activité physique en santé.

#### Où trouver l'outil

##### Chez l'éditeur :

FPS Education Permanente (ex Espace Santé)  
Avenue Maurice Destenay, 3  
4020 - Liège  
Belgique  
+32 04/223.01.50 - [mouvement.fps.liege@solidaris.be](mailto:mouvement.fps.liege@solidaris.be)  
<http://www.solidaris-liege.be/fps>

##### Dans les centres de prêt :

Centre liégeois de promotion de la santé  
+32 (0)4 279.50.52 - [promotion.sante@clps.be](mailto:promotion.sante@clps.be)  
<http://www.clps.be>

Centre Local de Promotion de la Santé de l'arrondissement de Verviers  
+32 (0)87 35 15 03 - [s.vilene@clpsverviers.be](mailto:s.vilene@clpsverviers.be)  
<https://www.clpsverviers.be/>

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon  
+32 (0)10 62 17 62 - [info@clps-bw.be](mailto:info@clps-bw.be)  
<http://www.clps-bw.be>

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme  
+32 (0)85 25 34 74 - [info@clps-hw.be](mailto:info@clps-hw.be)  
<http://www.clps-hw.be>

Centre local de promotion de la santé de Mons-Soignies  
+32 (0)64 84 25 25 - [clps.documentation@yahoo.com](mailto:clps.documentation@yahoo.com)  
<http://www.clps-mons-soignies.be>

Centre local de promotion de la santé du Hainaut Occidental  
+32 (0)69 22 15 71 - [contact@clpsho.be](mailto:contact@clpsho.be)  
<http://www.clpsho.be>

Centre local de promotion de la santé de Namur  
+32 (0)81 75 00 46 - [info@clpsnamur.be](mailto:info@clpsnamur.be)  
<http://www.clpsnamur.be>

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)  
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - [anastasia@province.namur.be](mailto:anastasia@province.namur.be)  
Catalogue : <http://anastasia.province.namur.be>

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin  
071/ 33 02 29 - [secretariat@clpsct.org](mailto:secretariat@clpsct.org)  
<http://www.clpsct.org>

## L'avis de PIPSa

---

### Appréciation globale

Ce kit d'information au graphisme dynamique et attrayant présente des jeunes au look branché en situation d'activité physique.

La philosophie positive des différents supports, tant dans la forme que dans le fond, est très valorisante pour tous les jeunes, quel que soit leur niveau d'activité physique. Le vocabulaire se veut dynamique et "branché jeune" mais le texte présente parfois quelques longueurs ou redondances. Les infos relatives à l'activité physique sont pertinentes et compréhensibles par le public-cible mais elles ne présentent pas suffisamment de suites concrètes pour inciter les jeunes à passer à l'action.

Le dossier pédagogique fourni développe trop peu les pistes d'animation (contenu des différentes séances, méthode de travail) susceptibles d'être réalisées à partir de ces supports.

### Objectifs de l'outil

- Susciter la réflexion des jeunes sur leur niveau d'activité physique quotidienne.
- Les encourager à diversifier et/ou réguler et/ou augmenter ces activités physiques au quotidien.
- Informer sur l'importance de l'activité physique pour un fonctionnement optimal des différents systèmes du corps (os et muscles, coeur et poumons, cerveau et nerfs).

### Public cible

De 12 à 18 ans

### Utilisation conseillée

En animation scolaire ou parascolaire, accompagné ou non d'une animation (à construire soi-même).

### Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★★

Attractif ★★★★★

Interactif ★★★★★

Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★

Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★★

### Temps de préparation :



**Points forts :**

Positivité et dynamisme dans les différents supports.

**Points d'attention :**

Animation à développer par l'utilisateur.

**Sujets abordés :**

Activité physique, mouvement.

**Date de l'avis :** 19 novembre 2002

<https://www.pipsa.be/outils/export-1615298265/tu-bouges-tu-vis.html?export>

20-05-2025 11:34