PIPSa
Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

Des idées qui ne manquent pas de souffle

2002 - fiche modifiée le 22 juin 2009

Guide d'animation jeunes

Ce recueil d'activités permet de faire des expériences gratifiantes autour du corps, du souffle, de la communication. Il propose une découverte de ses limites, en gardant le contrôle de soi, dans une optique de prévention au tabac

Support	Dossier pédagogique
Âge du public	De 12 à 20 ans
Thèmes associés à cet outil	Santé globale, Tabac
Obtention	En centre de prêt
Participants	De 7 à 15
Prix	10,00 €

Sur l'outil

Description selon l'éditeur

1 manuel d'utilisation de 36 pages.
47 fiches d'animation structurées en 7 dimensions.

- Je cherche mon identité, mon image.
- J'affronte les difficultés, je cherche des solutions.
- J'entre en relation.
- Je me réserve des moments de plaisir.
- Je gère mon temps, j'aménage mon espace.
- Je prends soin de mon corps.
- J'ai des rêves.

Ce recueil d'activités permet de faire des expériences gratifiantes autour du corps, du souffle, de la communication. Il propose une découverte de ses limites, sans prise de risque, en gardant le contrôle de soi.

Objectifs

- Favoriser la prévention du tabagisme en privilégiant la personne et non le produit.
- Prendre en compte toutes les dimensions de l'être humain dans la prévention du tabagisme.
- Développer des processus impliquants et participatifs avec les jeunes.
- Encourager la prise en charge de la gestion des risques.

Conseils d'utilisation

- Les fiches "découverte" sont composées d'exercices simples à mettre en oeuvre qui ont pour objectif de mettre en évidence cette dimension.
- Les fiches "apprentissage" ont pour objectif de développer les connaissances et les compétences autour de la maîtrise du souffle.
- Les fiches "élargissements" proposent des exercices centrés sur les préoccupations des jeunes et leur vie de tous les jours. Elles n'utilisent pas systématiquement la notion de souffle.

Bon à savoir

Réalisé en collaboration avec le CRES - Champagne-Ardennes qui a créé le programme "Ecole du souffle", destiné à réduire la consommation de tabac des jeunes, des enseignants et de professionnels de santé dans la région Champagne-Ardennes.

Mise à jour : 07/07/2014

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :
Educa-Santé
Avenue Général Michel 1B
6000 - Charleroi
Belgique
+32 (0)71 30 14 48 - doc@educasante.org
http://www.educasante.org

Dans les centres de prêt :

Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
http://www.clps.be
Catalogue : http://www.clps.be/outils-pédagogiques

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon
+32 (0)10 62 17 62 - info@clps-bw.be
http://www.clps-bw.be
Catalogue : http://www.clps-bw.be/que-proposons-nous/centre-de-documentation

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - 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
http://www.clps-mons-soignies.be/centre-doc

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

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg
+32 (0)84 31 05 04 - clps.lux@skynet.be
http://www.clps-lux.be
Catalogue : http://bit.ly/1AfCwMD

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
http://www.clpsnamur.be
Catalogue : http://www.clps-namur.be/documentation/

Fonds des affections respiratoires (FARES)
+32 (0)2 512 29 36 - information@fares.be
http://www.fares.be
Catalogue : http://biblio.fares.be

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - 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
http://www.clpsct.org
Catalogue : http://www.promotionsante.info/documentation.php

L'avis de PIPSa

Appréciation globale

Contrairement à une démarche centrée sur le produit qui, on l'a constaté, ne motive pas le jeune au changement, la démarche centrée sur la personne l'aide à trouver d'autres réponses que le tabac, l'alcool et autres assuétudes, à son mal-être ou à ses difficultés.

L'outil est particulièrement modulable, pratique et efficient. Il est centré sur le " faire vivre " des expériences, avant de penser et/ou réfléchir. Ses bases et concepts théoriques sont clairs, documentés et bien articulés avec le contenu des activités. Il favorise la communication, la créativité, l'imaginaire et permet

une implication des participants autour de leurs ressources et leur potentiel positif, en dehors de toute intention moralisatrice. La richesse des activités proposées tient dans la diversité des apports des partenaires (formations et contextes d'utilisation diversifiés). S'il vise principalement l'acquisition d'aptitudes individuelles, certaines activités permettent un développement et une exploitation à plus long terme.

A part un local confortable, la mise en place de l'outil nécessite peu de moyens matériels de mise en oeuvre. Le document d'accompagnement, clair et complet, propose des références théoriques et des aspects méthodologiques et concrets.

Objectifs de l'outil

- Réaliser des expériences positives.
- Identifier le souffle comme vecteur de communication.
- Découvrir son potentiel individuel en vue de l'optimaliser.
- Repérer des facteurs potentiels et accessibles de bien-être.

Public cible

A partir de 12 ans

Utilisation conseillée

Un espace convivial et confortable est absolument nécessaire pour permettre l'exploitation des activités (de même qu'une tenue confortable pour les participants).

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★
Attractif ★★★☆
Interactif ★★★★
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★
Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★

Temps de préparation :

Points forts :

Ativités concrètes à expérimenter.

Points d'attention :

Espace confortable requis.

Sujets abordés :

Tabac, rapport à soi.

Date de l'avis : 20 janvier 2004