



# PIPsa

Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé



## Libre comme l'air

2003 - fiche modifiée le 14 juin 2013

Ce kit pédagogique pour les jeunes de 11 à 15 ans propose d'aborder la problématique du tabac essentiellement par la méthodologie du projet, et de développer une approche globale et positive de la santé.

<b>Support</b>	Kit pédagogique
<b>Âge du public</b>	De 11 à 15 ans
<b>Thèmes associés à cet outil</b>	Tabac
<b>Obtention</b>	En centre de prêt Téléchargeable
<b>Participants</b>	De 10 à 30
<b>Prix</b>	Gratuit
<b>Consultable chez PIPsa</b>	Oui (réf. 2TA-KPP-002-LIB)



### Sur l'outil

#### Description selon l'éditeur

Coffret pédagogique comprenant :

- un **livret pédagogique** présentant les objectifs, la méthodologie et le cadre d'utilisation du coffret
- 7 **fiches d'animation** utilisant des techniques variées, bien appréhendées par les jeunes : jeux de rôle, rédaction d'une charte des civilités, Abaque de Régnier, méthode Delphi, débats, jeu théâtral, etc..
  - Moi, ma bande et les autres : tabac et relations aux autres
  - Assume tes choix : tabac, liberté individuelle et dépendance
  - Citoyen, à tes marques ! : tabac, rapport à la loi et citoyenneté
  - Des sous pour faire ce qu'il te plaît : le tabac et l'argent
  - Le fumeur, il assure ? : tabac et représentations sociales
  - Respirer dans un environnement sain : tabac et environnement
  - Avoir du souffle pour s'éclater : tabac et souffleA la fin de chaque fiche, une page est réservée à l'évaluation de chaque objectif
- 16 **cartes** de mise en situation
- 1 **CD Rom** comprenant une liste d'organismes-ressource, des sites Internet, une liste d'ouvrages et d'outils pédagogiques, des repères scientifiques sur les différents thèmes abordés, des outils d'animation, des fiches d'animation
- 2 **affichettes** d'information
- 30 **brochures** élèves, personnelles et confidentielles elles permettent de prolonger la réflexion dans d'autres lieux et particulièrement dans la famille. Intitulée «**Comment ça va ?** », cette brochure est exclusivement destinée aux jeunes eux-mêmes et aborde la santé telle qu'ils se la représentent, en abordant le bien-être, la relation à soi, aux autres et à son environnement. A partir de petits tests, des thèmes tels que l'estime de soi, l'évolution du corps, les relations aux copains et aux parents, le sentiment amoureux, y sont traités. Cette brochure personnelle et confidentielle permet de prolonger la réflexion dans d'autres lieux et particulièrement dans la famille. De même afin de donner aux jeunes la possibilité de s'exprimer ou de poser des questions à un adulte, le numéro de téléphone de Fil santé jeune est indiqué en fin de brochure.

Tous les documents constitutifs du coffret sont [téléchargeables sur le site de Santé publique France](#).

#### Objectifs

Développer une approche globale et positive de la santé des jeunes autour des questions liées au tabagisme, et plus largement aux dépendances.

#### Conseils d'utilisation

Cet outil permet à toute personne de se poser en animateur d'un groupe d'élèves autour des questions de santé. Aucune fiche ne nécessite de prérequis en terme de connaissances en santé. Il est recommandé de se familiariser, avant utilisation de l'outil, avec l'approche éducative de la promotion de la santé. Ce coffret peut être à l'origine d'un projet d'établissement centré sur les dépendances, regroupant plusieurs activités et s'échelonnant sur toute l'année scolaire.

Cet outil peut être utilisé de manière très libre selon la disponibilité des adultes référents.

## Bon à savoir

Après une évaluation positive de son utilisation en 2013 et les nombreuses commandes qui se poursuivent, l'Inpes a décidé de rééditer le coffret, en actualisant les informations du livret pédagogique et des parties « repères »

(Mise à jour : juillet 2019)

## Où trouver l'outil

### Chez l'éditeur :

Santé publique France (ex Inpes)  
rue du Val d'Osne, 12  
94 415 - Saint-Maurice Cedex  
France  
01 41 79 67 00 - [nouscontacter@santepubliquefrance.fr](mailto:nouscontacter@santepubliquefrance.fr)  
<https://www.santepubliquefrance.fr/>

### 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>  
Catalogue : <http://www.clps.be/outils-pedagogiques>

Centre verviétois de promotion de la santé  
+32 (0)87 35 15 03 - [s.vilenne@cvps.be](mailto:s.vilenne@cvps.be)  
<http://www.cvps.be>  
Catalogue : <http://www.cvps.be/index.php/le-centre-de-documentation>

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>  
Catalogue : <http://www.clps-bw.be/que-proposons-nous/centre-de-documentation>

Centre Bruxellois de Promotion de la santé  
+32 (0)2 639 66 88 - [info@cbps.be](mailto:info@cbps.be)  
<https://cedosb.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-doc>

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 en province de Luxembourg  
+32 (0)84 31 05 04 - [clps.lux@skynet.be](mailto: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](mailto: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](mailto: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](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>

Catalogue : <http://www.promotionsante.info/documentation.php>

## L'avis de PIPSa

---

### Appréciation globale

Ce kit pédagogique pour les jeunes de 11 à 15 ans propose d'aborder la problématique du tabac essentiellement par la méthodologie du projet. Celle-ci est bien développée, au détriment de l'aspect "contenu" de la thématique. Le titre du coffret laisse entrevoir, mais sans concrétisation, d'autres ouvertures que celles du tabac.

La documentation pour l'élève (comment ça va ?) ne s'articule pas avec la problématique du tabac et de « libre comme l'air ». Il suscite par contre une expression du ressenti individuel propre à l'adolescence, mais la méthodologie d'exploitation n'en est pas prévue.

La charte, qui propose des règles de vie au sein de la classe, concrétise la volonté d'inscrire cette démarche dans la participation du groupe à l'élaboration d'un code commun mais limité aux murs de la classe.

Les références utilisées sont essentiellement françaises, elles doivent donc être adaptées en fonction des pays d'utilisation.

### Objectifs de l'outil

- Renforcer les non-fumeurs et dissuader les fumeurs débutants par l'analyse critique, la prise de conscience individuelle, l'acquisition d'habiletés personnelles et l'action sur l'environnement scolaire.
- Susciter la réflexion individuelle sur le vécu de l'adolescence.

### Public cible

Jeunes de 11 à 15 ans

### Réserves éventuelles

L'absence de prise en considération des fumeurs (jeunes comme adultes) peut nuire à la mise en oeuvre du projet. Le plaisir lié à la consommation de tabac n'y est pas évoqué.

Les fumeurs risquent de se sentir exclus, donc culpabilisés, et donc de se voir renforcés dans le comportement que l'on veut par ailleurs « éviter ». Entre les fumeurs et les non-fumeurs, les prises de position radicales, déjà typiques de cet âge, risquent de se trouver renforcées.

### Utilisation conseillée

- L'animateur de groupe doit être expérimenté dans la gestion de groupes d'adolescents.
- La rédaction des fiches méthodologiques, sur base de la pédagogie du projet, permet une extrapolation à d'autres thématiques liées aux comportements de groupe.

### Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★★

Attractif ★★★★★

Interactif ★★★★★

Soutenant pour l'utilisateur ★★☆☆☆

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

### Temps de préparation :



### Points forts :

Approche globale du tabac et de la santé.

### Points d'attention :

Absence de référence au plaisir du tabac, contexte français.

### Sujets abordés :

Tabac, dépendance.

**Date de l'avis :** 26 novembre 2001

## L'avis des utilisateurs

---

réactualisation 2013 ★★★★★

*publié le 25 juin 2014 à 11h21 par Visiteur*

Cet outil vient d'être réactualisé et réédité par l'INPES en 2013

<https://www.pipsa.be/outils/export-960989713/libre-comme-l-air.html?export>

19-06-2021 18:49