

SÉANCE 1

Bienvenue dans Une **Vie d' Air Pur !**

1. Séquence de présentation et de lancement du dispositif
2. Jeu de connaissance : la tempête
3. Jeu d'expression
4. Conclusion de la séance

SÉANCE 2

Tabac – **Que sais-je ?**

1. Accueil
2. Débat mouvant : « Faut-il être idiot pour fumer du tabac ? »
3. Vrai – Faux sur le tabac
4. Conclusion de la séance

SÉANCE 3

Et la **respiration** dans tout ça ?

1. Accueil
2. La respiration, c'est quoi ?
3. Respire et détends-toi
4. Conclusion de la séance

SÉANCE 4

Trouvons des **solutions !**

1. Accueil
2. Jeu de coopération – Tour de Froebel
3. Débat libre
4. Conclusion de la séance

SÉANCE 5

La **force** est en toi !

1. Accueil
2. Assiette de la valorisation
3. Evaluation du dispositif
4. Exercice de visualisation

