

# Formation service civique

## PROGRAMME

On fait connaissance

Droits et devoirs du volontaire

Retour sur ta mission et tes ressentis

Définitions des termes autour de la santé et de l'activité physique

Construction d'un projet en petit groupe

Activité physique pratiquée et analyse

Méditation...

## SESSION CHOISIE

Thématique choisie : "activité physique et bien-être"

Au centre Saint-Jean, 36 rue Barra à Angers

## DES METHODES LUDIQUES

- Echanges, débats
- Pédagogie active
- Jeux brise-glace
- Photolangage
- Jeu de l'oie
- Quiz avec ton smartphone...