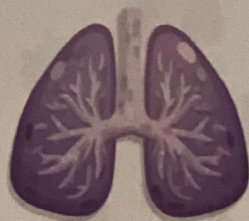
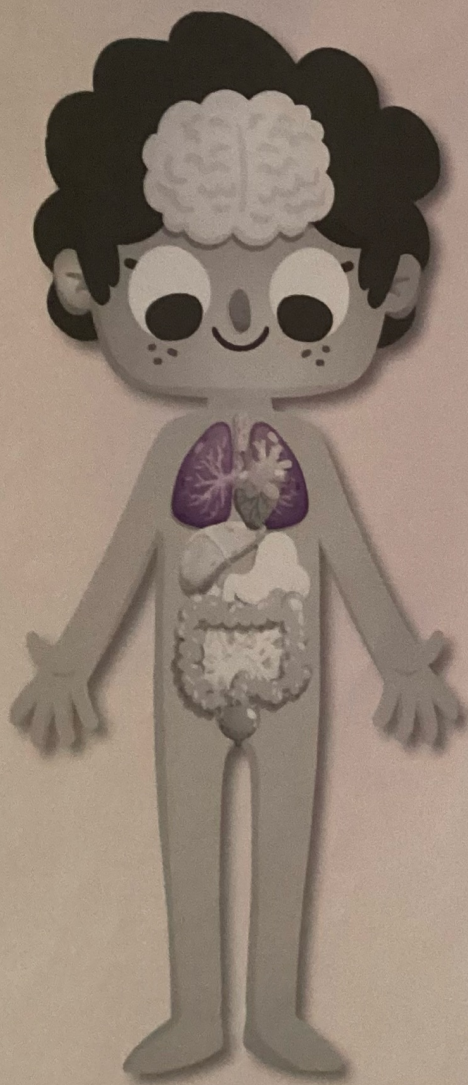


Les poumons



Les poumons se situent au **centre de ta poitrine**. Ils te permettent de respirer. Lorsque tu inspires fort, tes poumons se gonflent d'air. Puis lorsque tu expires, tu vides tes poumons en rejetant l'air à l'extérieur.



Teste-les !

Pose tes mains sur ta poitrine et inspire fort par le nez : tes mains se soulèvent.

Le sens-tu ?

Puis expire par la bouche pour rejeter tout l'air qu'il y a dans tes poumons : tes mains s'abaissent. Lorsque tu respires, tes poumons bougent !

