



SPORT EMPLOI

4 avenue
Camille Pelletan
33270 Floirac

coordination
sportemploi
@gmail.com

09 53 11 15 33

SPORT BIEN-ÊTRE

SPORT EMPLOI

ACTIVITÉS SPORTIVES

4 modules de pratique sportive incluant des séances de relaxation pour améliorer l'inclusion sociale, les liens interpersonnels et l'intégration des règles.

COMPÉTENCES TRANSVERSES

Critères d'évaluation spécifiques à chaque module pour permettre l'identification des freins à la mobilisation et la valorisation des points forts, transférables aux situations professionnelles.

PROGRAMME PERSONNALISÉ

Accompagnement et programme de travail individualisés pour améliorer l'engagement des participants et l'efficacité de l'insertion.

4 MODULES



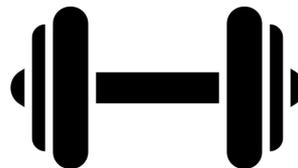
FOOTBALL

Transfert sur la confiance en soi et le rapport au groupe



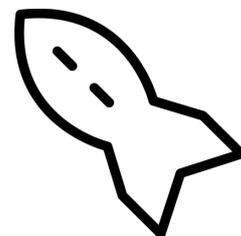
BADMINTON

Transfert sur la gestion des émotions et la persévérance



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Transfert sur l'écoute et la posture



VORTEX

Transfert sur la communication et le respect des règles

+ RELAXATION

après chaque activité sportive

La relaxation, en complément d'une activité sportive, permet un travail à 360° sur le plan physique, psychique et pédagogique. En s'appuyant sur l'équilibre corporel et mental des participants, elle contribue à l'amélioration de l'estime de soi, à la prise de recul et à la réduction du stress et des addictions. La posture, l'état d'esprit et la capacité d'adaptation sont les compétences transverses mises en exergue au sein de ce module.



*NOS PRESTATIONS PEUVENT ÊTRE COMPLÉTÉES PAR DES INTERVENTIONS DE PROFESSIONNELS DE SANTE



4 x 1/2 journée



15 maximum



matériel fourni



coach pro