



ASSOCIATION EQUILIBRE

*BIEN ETRE – SANTE – VIVRE ENSEMBLE – PLAISIR
PAR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE*

OBJECTIFS :

Utiliser valeurs et bienfaits de l'activité physique pour répondre aux problématiques sociétales et de santé.

Introduire l'activité physique adapté dans les parcours destinés aux publics vulnérables.

Augmenter et/ou maintenir la forme physique et mentale et créer du lien social.

Public cible : Personnes vulnérables.

ACTION 1 :

Inclusion professionnelle et inclusion sociale par l'activité physique auprès de 200 jeunes en Contrat Engagement Jeunes (CEJ) et de jeunes migrants.

Résultats :

cohésion de groupe, acquisition de savoir être, augmentation de la confiance et de l'estime de soi par des activités collectives adaptées.

ACTION 2 :

Inclusion sociale par l'activité physique pour des femmes en difficultés.

Résultats :

cohésion de groupe, augmentation de la confiance en soi, découverte de l'activité physique collective, réappropriation de leur corps, apprentissage de la langue française, travail sur la parentalité.



Implanté dans le Territoire de Belfort (90)

Coordinatrice SOCIOSPORT : 07.81.11.97.51

