



Module

L'activité physique et sportive dans le cadre professionnel

Développer la pratique d'activités physiques ou sportives régulières dans le cadre de l'entreprise au bénéfice de la santé et du bien-être des salariés et de l'efficacité et la productivité des entreprises.

Programme :

- ◇ Bâtir un programme de santé et de bien-être en entreprise par l'activité physique et sportive
- ◇ Promouvoir la qualité de vie au travail et l'engagement « RSE »
- ◇ Identifier le niveau d'activité physique au quotidien des salariés
- ◇ Renforcer la cohésion et l'esprit d'équipe
- ◇ Gérer son stress en milieu professionnel par l'activité physique et sportive
- ◇ Valoriser l'estime de soi, la coopération
- ◇ Participer à l'attractivité de l'entreprise

Publics :

Associations, entreprises, collectivités, institutions, clubs et comités d'entreprises

Durée : 1 jour

Lieu : en entreprise

Tarif : 900 €

Groupes de 5 à 12 personnes

Contactez Michel Kervadec 06 44 89 03 79
par mail : michel.kervadec.pro@gmail.com
site web : michelkervadec.com