



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
**SPORTS POUR TOUS**  
PAYS DE LA LOIRE

INFIRMERIE



# SENSIBILISER

Choisissez la formule  
qui vous convient !



## °Conférence et échanges autour des bienfaits de l'activité physique (45min - 1h00 dans vos locaux)

Sensibiliser les collaborateurs de votre entreprise aux bienfaits de l'activité physique et sportive régulière, échanges sur les pratiques individuelles et les leviers de motivation.

## °Mise à disposition des collaborateurs de notre ebook « Activité physique »

Mettre à disposition de vos collaborateurs du contenu d'informations sur les bienfaits de l'activité physique est une étape simple et efficace à mettre en place dans votre politique Bien être.



## °Session de bilan de la condition physique de vos collaborateurs (25min / personne dans vos locaux)

Les bilans de la condition physique permettent de prendre conscience de nos forces et de nos faiblesses, ils peuvent être une parfaite étape pour démarrer l'activité physique dans votre entreprise.



## °Sensibilisation aux pratiques des échauffements avant la prise de poste (3h00 dans vos locaux)

Afin de garantir l'autonomie de vos salariés dans la pratique d'échauffement avant prise de poste, cet atelier définit les règles d'un bon échauffement. Le contenu est personnalisé selon les mouvements les plus répétitifs que peuvent faire vos collaborateurs.

LET'S JOIN

