



**Catégorie de la mesure** DÉVELOPPEMENT DU BIEN-ÊTRE PERSONNEL

**Fonction(s) de la mesure** **Revaloriser et renforcer les ressources physiques et psychiques**  
**Acquérir les compétences de base (compétences sociales)**

**D/F**

Langue de la mesure

Couverture LAA

**Nom de la mesure** **Mesure d'insertion pour stimuler l'activité physique**

**Organisateur** **[MIS-CADRE]**

**Description de l'activité** La mesure d'insertion pour stimuler l'activité physique vise à mobiliser le corps du ou de la bénéficiaire selon ses possibilités à participer à un groupe à travers le sport ou une activité bien-être/détente, à prendre conscience de ses ressources physiques et psychiques et savoir les mobiliser.

**Profil des bénéficiaires** Bénéficiaires de l'aide sociale ayant besoin d'une activité régulière demandant un certain effort et de retrouver un certain équilibre.

**Objectifs à atteindre** La liste ci-dessous, non exhaustive, donne des indications sur les objectifs possibles à atteindre :

- Retrouver la motricité et la tonicité
- Se détendre et se relaxer
- Réapprendre le goût de l'effort et "gagner" son plaisir
- Retrouver équilibre et sécurité
- Redécouvrir son corps

**Conditions de participation** A définir avec le Tiers-organisateur de la mesure.

**Moyens et méthodes** Selon proposition du Tiers-organisateur de la mesure.

**Capacité d'accueil** Selon proposition du Tiers-organisateur de la mesure.

**Frais d'organisateur** Au maximum 100 Fr. / mois

**Durée** 3 mois, renouvelable 3 mois

**Dates** A définir avec le Tiers-organisateur de la mesure.

**Fréquence** A définir avec le Tiers-organisateur de la mesure.

**Horaire** A définir avec le Tiers-organisateur de la mesure.

**Taux d'activité** A définir avec le Tiers-organisateur de la mesure.

**District** Canton de Fribourg

**Adresse** Selon le Tiers-organisateur de la mesure.

**Localité** Selon le Tiers-organisateur de la mesure.

**Coordonnées de l'organisateur** **[MIS-CADRE]**

**Responsable de la mesure** Selon le Tiers-organisateur de la mesure.

**Téléphone** Selon le Tiers-organisateur de la mesure **Adresse** Selon le Tiers-organisateur de la mesure

**Fax** Selon le Tiers-organisateur de la mesure **No postal / Localité** 0000 Selon le Tiers-organisateur de la mesure

**E-Mail** [Selon le Tiers-organisateur de la mesure](#) **Site Web** [Selon le Tiers-organisateur de la mesure](#)

**Type d'organisateur** Organisme prestataire (avec contrat de prestations)

**Mission de l'organisme** Selon le Tiers-organisateur de la mesure

**Responsable de l'organisation** Selon le Tiers-organisateur de la mesure



Catégorie de la mesure DÉVELOPPEMENT DU BIEN-ÊTRE PERSONNEL

Fonction(s) de la mesure **Revaloriser et renforcer les ressources physiques et psychiques**

**Acquérir les compétences de base (compétences sociales)**

**D/F**

Langue de la mesure

Couverture LAA

**Remarques**

**Tiers-organismes**

La mesure d'insertion pour stimuler l'activité physique peut être organisée auprès des associations et des institutions qui proposent des prestations de revalorisation et renforcement des ressources physiques (et psychiques) aux travers de différentes activités (relaxation, fitness, yoga, etc.) et aussi dans les fitness du canton. Dans la mesure du possible, le SSR prend contact avec le tiers-organisateur concerné pour définir une activité adaptée et acceptable pour la ou le bénéficiaire, définir les modalités (horaire, fréquence, liste de présence, etc.) et désigner une personne de référence.

**Modalités d'organisation**

1. Définir l'activité physique et l'ajuster à mesure que la mesure se poursuit
2. Si possible, définir une personne de référence