

P rogramme A ction S port S anté

« DESTRESS' & VOUS »



En quoi celà consiste ?



Le PASS « DESTRESS' & VOUS » proposé par l'Olympique Cabriès Calas est conçu pour favoriser l'amélioration de la santé et du bien être chez les salariés.

Quels sont les objectifs ?



- Proposer une activité physique, structurée, régulière, permettant aux salariés d'atteindre un état d'épanouissement individuel.
- Favoriser les relations sociales entre collègues de travail dans un cadre convivial.

Quel est son contenu ?



- Le programme débute par une évaluation des attentes et des besoins des participants.
- Mise en place d'un programme d'activités intérieures et extérieures.
- Une séance d'1 heure d'activité physique par semaine, pendant 47 semaines.

En quelques chiffres



Début du programme : 2012
12 entreprises bénéficiaires
150 salariés pratiquant en 2016

Où celà se passe ?



Au complexe sportif Raymond Martin à Cabriès