

# Aller vers des activités culturelles et sportives

## Fiche technique

### Secteur

Médico-social

### Public

Cette action de formation s'adresse aux  
Travailleurs/ouvriers exerçant au sein d'un ESAT et plus particulièrement ceux bénéficiant d'un accompagnement de type SAVS et SAMSAH.  
La présence des accompagnants (travailleurs sociaux) sur le pôle hébergement est fortement recommandé sur les dernières heures de formation.

### Durée

2 jours

### Organismes de formation

- ➔ Etre formation
- ➔ Askoria

## Lieux & dates

### ➔ Groupe 1

**Haute Garonne (31) - Animé par Etre Formation**

Les 10 & 11 oct. 2023

### ➔ Groupe 2

**Tarn et Garonne (82) - Animé par Askoria**

Les 11 & 12 déc. 2023

## Contexte

La journée d'un travailleur en ESAT ne s'arrête pas après son activité professionnelle.

Pourtant, il n'est pas toujours facile pour une personne en situation de handicap de se projeter dans une activité sportive ou culturelle. Elle doit en effet, comme tout un chacun, trouver une motivation pour se lancer dans une nouvelle activité, qui lui permettra également de développer ses relations sociales, repousser les limites inhérentes à son handicap.

De plus, les structures environnantes proposant des activités diverses (clubs, associations, musée, théâtre...) ne se font pas toujours connaître et ne sont pas toujours valorisées, auprès de la population des travailleurs d'ESAT.

Cette formation permet aux usagers d'ESAT de découvrir l'intérêt personnel qu'ils peuvent trouver dans la prise en main et l'organisation de leur vie culturelle et sportive, et la manière simple de la mettre en place, en cohérence avec leurs vie familiale, leurs activités professionnelles et leur secteur géographique (transports, horaires...).

Elle permettra aussi aux usagers d'appréhender les possibles, de définir ce qui relève d'activités professionnelles et d'activités privées et de gagner en autonomie dans l'organisation de sa vie extraprofessionnelle.

## Objectifs

- ➔ Connaître son environnement et les activités culturelles près de chez moi
- ➔ Définir ce qu'est une activité culturelle : cinéma, club sportif, les expositions, les sorties...
- ➔ Partager ses intérêts et ses souhaits pour choisir aux mieux ses activités et le budget que cela représente ?
- ➔ Comprendre ce que cela peut m'apporter dans ma vie personnelle ?
- ➔ Découvrir comment les activités peuvent être accessibles à tous : audiodescription, traduction en langue des signes, FALC...
- ➔ Savoir comment réaliser des inscriptions en ligne (site internet, réseaux sociaux...)
- ➔ Connaître les dispositifs spécifiques d'aide : chèques vacances, bons de la région...

## Prérequis

Cette action de formation ne nécessite aucun prérequis.

## Contenu

**Le lieu exact de la formation sera défini en fonction de la liste des inscrits sur la session.**