

Le sport, un levier d'insertion socioprofessionnelle des femmes

**Vous avez envie de faire du sport mais vous rencontrez des difficultés :
Participez à TouteSport**



**Tous les vendredis
du 7 mars au 13 juin 2025**

hors vacances scolaires

9h30-12h30 - Ateliers thématiques collectifs

La Soufflerie - Auditorium, Rezé

13h30-15h - Séances activités physiques

Maison Sport Santé, Rezé



OBJECTIFS

- S'engager dans une activité physique ou sportive régulière
- Découvrir l'offre et les équipements sportifs du territoire
- Développer sa confiance en soi
- Lever les freins communs à la pratique sportive et à l'activité professionnelle
- Travailler sur le projet professionnel et/ou personnel

Groupe de 10 femmes

Gratuit pour les participantes

**RENSEIGNEMENTS, INFORMATIONS
ET INSCRIPTIONS**

par téléphone : 02.40.48.13.83

ou

par mail : nantes@cidff44.fr

Avec le soutien