

LES POINTS FORTS



Accompagnement
Médico Psycho Social et Éducatif



Alternance
physique / cognitive



Progression
adaptée à chacun



Projet personnel
au coeur du parcours



Suivi régulier



CONTACT & ADMISSION

CONDITIONS & PRÉREQUIS

- ✓ Reconnaissance RQTH
- ✓ Adhésion à un programme en Activité Physique Adaptée
- ✓ Engagement et motivation
- ✓ Dispositif non rémunéré par la Région
- ✓ Possibilité d'hébergement sous condition (médical, éloignement)
- ✓ Bilan et préconisations en fin de parcours

NOUS CONTACTER



04 67 33 18 00



activremob.crip.ug-oc@ugecam.assurance-maladie.fr



435 avenue Georges Frêche
34173 Castelnau-Le-Lez



www.groupe-ugecam.fr/crip



Parcours de remobilisation
par l'Activité Physique Adaptée (APA)

Reprendre confiance
Retrouver un rythme
Construire son projet



4 mois
de parcours



Accompagnement
personnalisé



Vers votre projet
social et
professionnel

Personnes en situation de handicap
Orientation par la MDPH

LE DISPOSITIF



ACTIV'REMOB est un parcours de remobilisation qui aide à reprendre confiance, retrouver un rythme et avancer vers un projet de vie et professionnel.

Pour qui ?

- Personnes en situation de handicap
- A partir de 16 ans
- Domiciliées dans l'Hérault
- Orientation par la MDPH

Objectifs



Remobilisation vers une dynamique de projet socio-professionnel.



Améliorer la santé physique et psychologique.



Stimuler les capacités cognitives et l'autonomie.



Développer les compétences relationnelles et numériques.



Devenir acteur de sa santé et développer son autonomie.

LE PROGRAMME

5 MODULES COMPLÉMENTAIRES



Activité
Physique
Adaptée

Favoriser un style de vie actif et contribuer au bien-être.



Cognitif

Stimuler la mémoire, l'attention, l'organisation et l'autonomie au quotidien.



Santé

Adopter de bonnes habitudes pour améliorer son bien-être et prévenir les risques.



Numérique

Acquérir des compétences numériques utiles pour la vie quotidienne et professionnelle.



Soft skills

Travailler la communication, la gestion des émotions, le travail en équipe et le projet professionnel.

Organisation



Accompagnement
collectif et
individuel



Ateliers
pratiques
et jeux de rôle



Approche
individualisée



Suivi
personnalisé

LE PARCOURS

DURÉE DE 16 SEMAINES

1

Semaines 1-4

Découverte, mise en confiance, initiation aux modules.

2

Semaines 5-8

Consolidation des acquis, activités plus complexes, bilans intermédiaires.

3

Semaines 9-12

Autonomisation progressive et projets collectifs.

4

Semaines 13-16

Préparation à l'après remobilisation : projet professionnel, orientation, insertion sociale et professionnelle.

Durée : 4 mois (320h) - 21h/semaine



Horaires :

Lundi, Mardi, Jeudi : 9h - 12h / 13h - 15h
(possibilité jusqu'à 16h selon les besoins)
Mercredi, Vendredi : 9h - 12h

Un accompagnement global,
bienveillant et adapté à chacun.