



Catégorie de la mesure DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Fonction de la mesure **Exercer et développer les aptitudes personnelles**

**F**

Langue de la mesure

**Nom de la mesure** **Apprivoiser le stress en situation de changement (mesure individuelle)**

**Organisateur** **Job Coaching Pro Sàrl**

**Description de l'activité** Les participants deviennent acteurs de leur histoire par le jeu et le socio-drame (mise en théâtre spontané). Ils travaillent sur leurs compétences sociales, leur motivation de vie et leur recherche d'employabilité.

**Profil des bénéficiaires** Personne en situation de vie sensible : atteinte à la santé, perte d'emploi, réinsertion dans le marché de l'emploi, intégration culturelle, sentiment d'échec et d'inutilité, difficultés à créer des relations sociales, changements de vie importants, tensions en équipe, etc.

**Objectifs à atteindre par le/la bénéficiaire** L'objectif de cet atelier est de comprendre comment dans un environnement difficile, nous développons un stress intérieur qui provoque des freins à la réinsertion professionnelle. Accompagné par un coach psycho-dramatiste, le participant se met en action et travaille sur sa capacité comportementale en faisant appel à ses ressources intérieures. L'orientation principale de l'accompagnement vise à gérer son stress dans un processus de reprise de confiance pour son employabilité.

**Conditions de participation** Avoir envie de travailler sur soi et se fixer un objectif de développement

**Moyens et méthodes** Nous travaillons à partir de situations concrètes. Une charte de qualité et de confidentialité est proposée au participant qui se fixe un objectif de travail personnel.

**Capacité d'accueil** Toute l'année, en accompagnement individuel

**Frais d'organisateur** Fr. 800.00

**Durée** 5 séances de 2 heures chacune (1)

**Dates** Toute l'année selon dates à convenir (fermeture du 20 décembre au 8 janvier)

**Fréquence** A convenir

**Horaire** A convenir

**Taux d'activité** --

**District** Sarine

**Adresse** Route du midi 12

**Localité** 1723 Marly

**Coordonnées de l'organisateur** Job Coaching Pro Sàrl

**Responsable de la mesure** Jean Guiot

**Téléphone** 026 321 57 61

**Adresse** Route du midi 12

**Fax**

**No postal / Localité** 1723 Marly

**E-Mail** [j.guiot@jcpro.ch](mailto:j.guiot@jcpro.ch)

**Site Web** <http://www.job-coaching.pro/>

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

**Mission de l'organisme** Job Coaching Pro Sàrl est actif dans le coaching, la formation d'adultes et la gestion de carrières

**Responsable de l'organisation** Jean Guiot

**Remarques** (1) A cela, il faut ajouter 2 séances administratives avec le responsable du service social et le participant : 1 lors de l'attribution du mandat pour fixer les objectifs et 1 en fin de mandat pour réaliser un bilan de la mesure. Soit un total de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

Loi du 14 novembre 1991 sur l'aide sociale (LASoc)

Catalogue des mesures d'insertion sociale (MIS) et des  
mesures spécifiques d'intégration (MInt)

212

Numéro MIS \*

MIS/MInt

Catégorie de la mesure DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Fonction de la mesure **Exercer et développer les aptitudes personnelles**

F

Langue de la mesure

12 heures effectives + temps administratif et déplacements.