



SPORTHÉRAPSY

Par le corps, pour l'esprit

Ateliers hebdomadaires et Stages d'été 2022

Te dépenser tout en abordant
des notions psychologiques ?



À travers des séances de groupe, notre équipe de psychologues a pour objectifs de t'amener à **développer tes compétences** :

Mieux comprendre les **concepts psychologiques** qui t'animent

Apprendre à utiliser de nouveaux **outils** et de nouvelles **stratégies**

Découvrir ces concepts au **travers du mouvement** et de l'activité physique

Nous focalisons notre programme sur **trois axes de travail complémentaires** :



Habilités personnelles



Habilités sociales



Habilités motivationnelles

Nos ateliers et nos stages s'adressent à tous les publics, entre 12 et 19 ans.

Les ateliers

- Tous les jeudis du 28.04 au 16.06 ou 01.09 au 20.10
- **8 séances**
- Prix : **320 CHF**

Les stages

- Tous les jours du 4 au 8 juillet ou 15 au 19 août
- **5 séances**
- Prix : **200 CHF**

- Horaires : 17h00-18h15 (12-15 ans)
18h30-19h45 (15-19 ans)
- Lieu : **Parc Bertrand, Genève**
- Thématiques : **s'apprécier, s'affirmer, collaborer, gérer ses émotions et s'organiser**

Contacte-nous !

Avenue Dumas 10
1206 Genève
Tél: +41 (0) 22 347 26 26

www.sportherapy.ch
contact@sportherapy.ch

Proposé par

SwissMedPro
Health Services

