

# ACTIVITES DE SOUTIEN

## C'est quoi ?

Les activités de soutien sont des activités que je fais à l'ESAT.

Elles sont différentes de mon travail

mais elles peuvent m'aider pour mon travail.

Par exemple, pour apprendre à me servir d'un ordinateur.

Elles sont différentes selon les ESAT.



## A quoi sert l'activité de soutien ?

Les activités de soutien peuvent me servir :

- à améliorer mes connaissances professionnelles : par exemple pour apprendre à me servir d'une nouvelle machine
- à améliorer mes connaissances scolaires : par exemple la lecture ou le calcul
- à améliorer mon autonomie dans la vie de tous les jours : par exemple faire une liste de course ou apprendre le code de la route
- à me sentir bien dans mon corps : par exemple faire du sport, ou de la relaxation...

## Comment ça marche ?

Je choisis mes activités de soutien selon mes envies et mes projets.

Je décide avec les professionnels de l'ESAT selon ce qui existe à l'ESAT

On en parle pendant mon projet personnalisé.

C'est un moniteur ou un éducateur de soutien qui anime les activités de soutien.

## Qui contacter ?

Je peux demander à mes référents à l'ESAT.