

Semaine d'échanges et d'expérimentations

Du 03/09/2023 au 09/09/2023

Renseignements - Inscriptions :
06.32.67.93.20 - languedoc@afa.asso.fr



Présentation

Séjour des personnes stomisées

DATE

Du dimanche 03 septembre au samedi 09 septembre 2023

Arrivée le dimanche 03 septembre dans l'après-midi (à partir de 14h) et départ le samedi 09 septembre (dans l'après-midi).

Le transport pour venir et partir du complexe, ainsi que les déplacements lors du séjour se font avec les véhicules personnels des participants.

LIEU

Complexe de loisirs « les Hauts du Gévaudan », Montrodat (48)

Situé entre Marvejols (48100) et Mende (48000), portes d'entrées du Parc national des Cévennes, du Parc régional de l'Aubrac, du Parc naturel régional des Grands Causses, dont les paysages sont classés au patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO.

Le centre est labélisé Centre de préparation Olympique et Para Olympique Paris 2024,

Les villas sont équipées d'une salle de bain avec douche et toilettes. Les couvertures et couettes sont fournies, en revanche les draps et les serviettes de bain ne sont pas fournies. Il est possible d'en louer, à raison de 6,50 € par lot et par personne.

CONDITIONS DE PARTICIPATION

- ↪ **Ce séjour s'adresse à toute personne stomisée atteinte de MICI, d'un cancer ou autre pathologie.**
 - ↪ Si votre conjoint-e- ou aidant-t-e vous accompagne, merci de remplir un autre bulletin d'inscription à son nom et ses informations, en joignant le règlement de son séjour.
 - ↪ **Les participants assurent, à tour de rôle, par groupe, la préparation des repas lors d'ateliers animés par une diététicienne. Les repas de midi et du soir sont pris en commun.**
 - ↪ **Les participations aux ateliers du matin et aux tâches collectives pour le groupe sont considérées comme obligatoires.**

TARIFS DU SEJOUR HORS ADHESION

Le tarif comprend : hébergement, restauration et ateliers
(Les frais de déplacement et les activités de loisirs sont à la charge des participants).

380 € par personne en chambre seule dans une villa

700 € la villa pour un couple

320 € par personne supplémentaire.

Chèque ou virement à l'ordre de « AFA Crohn RCH France »,

JOURNÉE TYPE

7h30-8h30 : Petit-déjeuner en commun ou en villa

8h30-9h30 : Pratiques corporelles de bien-être

9h30-12h30 : Ateliers

12h30-13h30 : Déjeuner en commun au centre ou pique-nique

14h-18h30 : Temps de détente, possibilité de profiter des richesses touristiques de la région, de prendre du temps pour soi (Piscine/Balnéo/Sauna) ou de participer aux animations proposées par l'équipe de l'AFA,

18h30-19h30 : Temps convivial ou atelier de relaxation

19h30 : Dîner en commun

21h : Soirée conviviale ou temps de repos

Le programme prévisionnel est disponible en annexe.

Les thématiques qui vous sont proposées peuvent être : information médicale sur les stomies avec un professionnel (gastroentérologue, chirurgien/stomathérapeute), retrouver le plaisir de manger avec une diététicienne, réapprendre à manger avec une sophrologue, être observant avec son traitement, bouger et voyager avec une stomie, « En parler ? Si oui comment et avec qui ? »; Les relations intimes... et ... visites du patrimoine local, échanges et partages avec les hommes et femmes du terroir, randonnées « santé », animations musicales, sauna, piscine, salle remise en forme à disposition.... Et soirée déguisée!!



BULLETIN D'INSCRIPTION

Limité à 20 participants
accompagnants compris

Bulletin à retourner avant le **30 Juillet 2023**, accompagné de :

- ▶ le questionnaire sur vos pratiques en complémentation (tisanes, vitamines, autres ...)
- ▶ Un chèque de participation de **380 €** par personne, **700 €** la villa pour un couple, **et 320 €** par personne supplémentaire à AFA Crohn RCH France
- ▶ à l'adresse : AFA Délégation LR, C/S M LIBERATORE, 2 bis impasse des Pigeons, 48000, Mende

AFA Crohn RCH France – « séjours personnes stomisées » - Tel.: 06 32 67 93 20 - Email : languedoc@afa.asso.fr

Prénom : _____ Nom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Téléphone Portable : _____ Date de naissance : ____/____/____

E-mail : _____@_____ (En majuscules)

Depuis : _____

Pathologie : Maladie de Crohn : RCH : Cancer : Autres :

Depuis : _____

Les repas de midi et du soir sont préparés et pris en commun, avec un menu unique.
Merci de nous préciser vos allergies, intolérances ou régimes particuliers :

Votre dentition nécessite-t-elle une adaptation des menus ? Oui : Non :

Quels thèmes aimeriez-vous aborder pendant le séjour ? _____

Je suis adhérent à l'afa pour l'année **2023** Oui : Non :

Si non je renouvelle mon adhésion en joignant un chèque de : _____