



# # DÉTENTE ET DÉCOUVERTE

13 / 17 ANS



## DU 24 FÉVRIER AU 1ER MARS



LA MONGIE (65)



CET HIVER, FAIS UNE PAUSE BIEN-ÊTRE AU CŒUR DES PAYSAGES ENNEIGÉS. PARTICIPE À DES ATELIERS DE RELAXATION, DE SOPHROLOGIE ET DE YOGA, TOUT EN DÉCOUVRANT LES BIENFAITS DES EAUX THERMALES POUR TE RESSOURCER.

QUE TU SOIS NOVICE OU ADEPTE, CHAQUE ACTIVITÉ EST CONÇUE POUR T'AIDER À TE RECENTRER ET À APAISER TON ESPRIT. C'EST L'OCCASION IDÉALE DE PRENDRE SOIN DE TOI ET DE TE FAIRE DE NOUVEAUX AMIS.

PRÉPARE-TOI À VIVRE DES MOMENTS INOUBLIABLES ET REPARS REVITALISÉ(E).

BIENVENUE DANS LA PARENTHÈSE DE LA DOUCEUR...



6 JOURS / 5 NUITS

PRIX 1048 €

DONT 524 € DE SURCÔÛT LIÉ AU HANDICAP  
FINANÇABLE A 50 %

LE PRIX COMPREND :

LES ATELIERS, LE TRANSPORT QUOTIDIEN, LES REPAS, LES NUITÉS ET LES ACTIVITÉS.



### INFOS PRATIQUES



06 06 63 28 85



ESPACETEMPS.ASSO@GMAIL.COM



ESPACE-TEMPS-ASSO.FR



### ACTIVITÉS

- DÉTENTE EN EAUX THERMALES
- YOGA
- ATELIERS DE RELAXATION
- SOPHROLOGIE
- ATELIERS PRENDRE SOIN DE SOI
- BALADES ET VISITES DE LA RÉGION
- SOIRÉES VEILLÉES
- REPAS SAINS ET ÉQUILIBRÉS



### ENCADREMENT

EFFECTIF MAXIMUM DE 11 JEUNES

1 DIRECTEUR + 2 PROFESSIONNELS ENCADRANTS DIPLÔMÉS

### CONVOYAGES

- TOULOUSE : 50 €
- PAU : 40 €
- BAYONNE : 50 €
- TARBES : 30€

### HÉBERGEMENT

DANS LE CENTRE DE VACANCES DE GRIPP, DANS LA VALLÉE DE CAMPAN, ENTRE BAGNÈRES-DE-BIGORRE ET LA MONGIE (65).

RESTAURATION PAR LES CUISINIERS DU CENTRE DE VACANCES.

DE 2 A 3 JEUNES MAXIMUM PAR CHAMBRE AVEC UN ADULTE RÉFÉRENT ET RESPONSABLE DE L'ORGANISATION, DU CONFORT ET DU BIEN-ÊTRE DE CHACUN.

### POUR QUI ?



PROFILS IME / ITEP

AUTONOMIE MOYENNE / LÉGÈRE

AGRÉÉ  
JEUNESSE  
ET SPORT

INSCRIPTIONS JUSQU'AU  
24 JANVIER

### POUR M'INSCRIRE JE DOIS :

- SAVOIR GÉRER MES AFFAIRES
- ÊTRE AUTONOME DANS MON HYGIÈNE
- AVOIR ENVIE DE SE DÉTENDRE
- APPRÉCIER PASSER DU TEMPS EN GROUPE



LES + PARENTS ET PROFESSIONNELS :

- CONTINUITÉ ÉDUCATIVE
- RÉPIT POUR LES PARENTS
- COMPTE RENDU ECRIT DU SÉJOUR
- PLUSIEURS AIDES FINANCIÈRES POSSIBLES (RAPPROCHEZ-VOUS D'UN(E) ASSISTANT(E) SOCIAL(E) OU CONTACTEZ-NOUS).