






*Lâchez prise !*



### **Séjour de vacances adaptées à Aulas en Cévennes**

#### HÉBERGEMENT

-  Pension complète
-  Centre de vacances adaptées
-  Chambre individuelle
-  Accueil de couples
-  Escaliers



#### TRANSPORT & DÉPLACEMENTS

-  Mini bus 9 places pour les sorties
-  Accueil des résidents sur site à partir de 14h ou bien en gare de Nîmes les lundis de 12h à 13h30



#### **Place à la détente et à l'éveil des sens**

**Un séjour pour se détendre, se relaxer, décompresser, évacuer les tensions et lâcher prise ...**

Durant votre séjour vous prendrez le temps de vous ressourcer, vous occuper de vous, de mieux gérer vos réactions émotionnelles et de lutter contre le stress et l'anxiété.

Les bienfaits des massages vous apporteront, détente, sérénité, légèreté donc moins de stress...

D'autres activités vous seront proposées comme : Pauses tisanes détox, soins esthétiques, balades en pleine nature etc....

Vous profiterez également durant votre séjour d'activités et de loisirs variés suivant la saison ainsi que du thème du séjour proposé par notre équipe d'animation dont : visites, promenades, sorties achats, animations musicales, cinéma, éveil musculaire...

Certaines activités, sorties, visites, peuvent varier et être remplacées en fonction des ouvertures/fermetures (saisons).

Confort ★★★★★

Environnement ★★★★★

Activités ★★★★★

#### Groupe

Accueil jusqu'à 23 personnes  
**Les effectifs et le nombre peuvent varier selon les périodes plébiscitées**

#### Autonomie

Personne stabilisée et autonome dans les actes de la vie quotidienne

**Prochaine date : séjour d'une semaine**  
(voir notre planning des séjours à thème)