



VILLAGE RÉPIT FAMILLES®

**LES OFFRES
DE SÉJOURS**

LES CIZES
*au cœur du
Massif du Jura*

AFFILIÉ À L'ASSOCIATION VRF



Le VRF Les Cizes Au cœur du Massif du Jura

En fonction de votre besoin de Répit, « Les Cizes » vous accueille dans un Village spécialement conçu pour les personnes en situation de handicap moteur, accompagnées de leur famille.

Grâce à votre notification MDPH accueil temporaire, vous pourrez bénéficier d'un accompagnement professionnel adapté selon les besoins médico-sociaux que vous aurez exprimés lors de votre inscription : aides aux gestes de la vie quotidienne, nursing, rééducation, accompagnement...

EN FAMILLE, EN COUPLE OU SEUL

Vous trouverez sans aucun doute, au sein de Village Répit Familles® Les Cizes, le séjour qui vous convient.

— SÉJOURS RÉPIT PAGE 3

Parce que vous souhaitez partir, ensemble ou seul, mais être déchargé des contraintes liées à votre déficience motrice ou à celles de votre proche, louez un pavillon et bénéficiez d'un accompagnement médico-social adapté à vos besoins.

— SÉJOURS FORMATIONS PAGE 4

Parce qu'il n'est pas toujours facile d'assister à des formations lorsqu'on est aidant, le Village vous propose des semaines de formations spécifiques à votre rôle. Avec sa notification MDPH accueil temporaire, la personne handicapée de votre entourage sera alors prise également en charge pendant que vous assisterez à la formation.

— SÉJOURS RELAIS PAGE 5 (rupture ou transfert thérapeutique)

Une personne vivant dans un établissement depuis plusieurs années montre le besoin de sortir de son environnement habituel et de se retrouver dans un lieu autre, avec l'accompagnement médico-social nécessaire.

— SÉJOURS DÉTENTE PAGE 6

Venez découvrir, sur une semaine, les joies de la montagne, avec un accueil personnalisé, et une activité adaptée proposée chaque jour : ski, chiens de traîneaux, cuisine. Reposez-vous et apprenez en même temps.

« Prendre un temps pour soi, c'est prévenir l'épuisement »

VOUS ÊTES UNE ASSOCIATION, UNE INSTITUTION

Le G.C.S.M.S. Les Cizes vous propose le Village à la location sous plusieurs formules.

— LOCATION DE TOUT LE VILLAGE SUR UNE SEMAINE

Pour organiser vos propres séjours destinés à une population de personnes en situation de handicap, vous pouvez louer la totalité du Village, spécialement conçu pour une accueil optimal de toutes personnes handicapées.

— LOCATION DE TOUT LE VILLAGE AVEC PRESTATION POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Vous souhaitez concevoir et animer un temps de formation pour des aidants familiaux. Vous pouvez louer le Village et bénéficier de toute la plateforme de services médico-sociaux afin de préserver la continuité des soins, la sécurité et prendre le relais des aidants en formation sur tous les actes de la vie quotidienne.

Séjours Répit



Ces séjours vous permettront de vous ressourcer, prendre du repos, tout en assurant la sécurité de votre proche handicapé grâce à la notification MDPH accueil temporaire

D'une durée de une à plusieurs semaines, venez lâcher prise...

LOCATION D'UN LOGEMENT ADAPTÉ AUX SITUATIONS DE HANDICAP MOTEUR

Prenez possession, pour une ou plusieurs semaines, d'un des **18 logements entièrement accessibles et adaptés**.

Des matériels spécifiques à votre handicap...

BÉNÉFICIEZ D'AIDES HUMAINES À LA CARTE

Pour que votre séjour vous soit le plus profitable, bénéficiez d'un accompagnement médico-social sur mesure grâce à votre notification accueil temporaire MDPH. Le Village Répit Familles® Les Cizes pourra faire intervenir des professionnels auprès de toutes personnes atteintes de déficience motrice et/ou dans une situation de handicap liée à une maladie évolutive.

« Chaque famille construit à la carte son projet de répit »

À LA CARTE, INSCRIVEZ-VOUS POUR DES ACTIVITÉS

Des animateurs sont là pour vous permettre de réaliser des temps de loisirs. Ils connaissent l'offre de loisirs adaptés du Massif du Haut Jura.

Des temps d'animations spécifiques pour la personne handicapée sont proposés.

Si la personne handicapée souhaite pour elle-même avoir un temps spécifique, les animateurs vous le proposeront. Pendant ce temps, vous-même, Aidant, pouvez en toute liberté d'esprit profiter de votre temps pour faire ce que vous souhaitez. C'est le moment de prendre soin de soi.

PROFITEZ DES SERVICES PLUS

Vous souhaitez que vos repas soient livrés à votre chalet, que l'on vienne vous chercher à la gare, vous désirez un entretien avec un psychologue : l'ensemble de ces *Services Plus* vous est accessible. N'hésitez pas à le mentionner lors de votre inscription.

TARIFS À LA SEMAINE

HAUTE SAISON

du 15 JUIN au 15 SEPTEMBRE

Pavillons (4 à 6 PERSONNES)	490 €
Studios.....	380 €
Chambres	220 €

MOYENNE SAISON

VACANCES SCOLAIRES et
du 1^{ER} au 15 JUIN et
du 15 au 30 SEPTEMBRE

Pavillons (4 à 6 PERSONNES)	450 €
Studios.....	360 €
Chambres	180 €

BASSE SAISON

AUTRES PÉRIODES

Pavillons (4 à 6 PERSONNES)	430 €
Studios.....	330 €
Chambres	150 €

POUR EN SAVOIR PLUS, DEMANDEZ VOTRE DOSSIER D'INSCRIPTION EN APPELANT LE 05 57 885 885 (APPEL NON SURTAXÉ)

Séjours Formations

Le Village vous propose des semaines de formation pour les aidants

D'une durée de trois jours, accueil le lundi après midi, départ le vendredi matin.

AIDANTS FAMILIAUX, AIDANTS PROFESSIONNELS : QUELLE COLLABORATION ?

- Construire une relation « d'entraide ».
- S'informer sur l'ensemble des aides disponibles qu'elles soient sociales, financières, techniques ou juridiques.
- Offrir aux aidants familiaux un espace de dialogue et d'échange.



COMPRENDRE LES MÉCANISMES DE L'ÉPUISEMENT : « PRENDRE SOIN DE SOI, POUR MIEUX PRENDRE SOIN DE L'AUTRE »

- Le mécanisme de l'épuisement, connaître et repérer les signes d'épuisement.
- Comment s'organiser au quotidien.
- S'informer sur les aides et dispositifs existants.
- Instaurer un climat d'échange et de dialogue.

GESTES ET POSTURES : « FAIRE BIEN POUR NE PAS SE FAIRE MAL »

- Apprendre ou réapprendre les bons gestes, les techniques et postures adaptées et les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Trouver des solutions d'aménagement et d'amélioration de votre quotidien.

COMMENT CONJUGUER MON RÔLE DE PARENT ET D'AIDANT ?

- Mieux appréhender son rôle d'aidant, connaître ses limites et prendre conscience de l'importance de prendre soin de soi.
- Apporter des connaissances et outils qui vous permettront de mieux vivre la relation avec votre enfant.
- Favoriser les échanges d'expériences et le partage.

COMMENT CONJUGUER MON RÔLE DE CONJOINT ET D'AIDANT ?

- Trouver le bon équilibre entre votre investissement en tant qu'aidant et votre vie de conjoint.
- Offrir aux aidants familiaux un espace de dialogue et d'échange.

POUR VOUS INSCRIRE, APPELEZ LE 05 57 885 885

(APPEL NON SURTAXÉ)

Séjours Relais

Le répit, c'est aussi le répit
des personnes en établissement



Destinés aux personnes accueillies en établissement : permettre une rupture tout en préservant la qualité des soins

D'une durée de une à plusieurs semaines, les mêmes conditions d'accompagnement dans un cadre différent.

- La personne bénéficie d'un accompagnement personnalisé.
- Une convention sera établie entre l'établissement de résidence habituelle et Les Cizes.
- La personne bénéficiera de toutes les activités adaptées proposées dans le cadre des animations du Village.
- Le Village bénéficiant des autorisations en accueil temporaire, le dossier administratif sera traité par les professionnels des deux structures.



 **POUR PRÉVOIR UN SÉJOUR RELAIS, L'ÉTABLISSEMENT OÙ RÉSIDE LA PERSONNE PASSE CONVENTION AVEC LE VILLAGE RÉPIT FAMILLES®**

POUR EN SAVOIR PLUS :

1/ DEMANDEZ VOTRE DOSSIER D'INSCRIPTION

2/ CONTACTEZ CAROLE BACHELEY AU 03 84 41 31 00

3/ UN ENTRETIEN TÉLÉPHONIQUE PRÉALABLE SERA NÉCESSAIRE

Afin d'organiser au mieux le séjour, un entretien téléphonique avec la responsable vous sera proposé.

Séjours Détente Semaines à thèmes

Destinés aux familles qui souhaitent découvrir une activité et participer à une animation plus collective

D'une durée d'une semaine, les séjours sont adaptés et l'animation de la semaine est réalisée par des professionnels.

PRENDRE SOIN DE SOI

Souffler. Poser pour un temps ses valises. Prendre le temps de parler de ses souffrances...

Des séjours conviviaux, pour souffler et prendre du recul.

Pendant toute une semaine, les participants vont découvrir des techniques de relaxation, s'initier à la naturopathie, pratiquer des exercices de sophrologie... Objectif : s'accorder du temps, en dehors de la maladie.

LE MUSHING

Venez découvrir les joies de la conduite d'attelage avec de joyeux compagnons sur les chemins enneigés du Jura.

Activité les après-midis avec des attelages adaptés aux personnes en situation de handicap.

Des équipements spéciaux chauffants vous seront fournis pour votre plus grand confort.

PHOTO ET PRISE DE VUE

Vous aimez la photographie et souhaitez développer votre sens de la prise de vue photographique, vous aimez immortaliser et capturer des images et des panoramas...

Tout en découvrant la région en famille, apprenez à cadrer et à utiliser au maximum les performances de votre appareil photo et des techniques adaptées, malgré le handicap. Ainsi en famille, partagez autour de l'image.

VOILE

Sur le lac de l'Abbaye (90 ha), venez découvrir en famille les joies de la voile adaptée.

Balade tous les après-midis, pique-nique au bord du lac.



**POUR EN SAVOIR PLUS, DEMANDEZ VOTRE DOSSIER
D'INSCRIPTION EN APPELANT LE 05 57 885 885 (APPEL NON SURTAXÉ)**

Location du Village par des associations ou des institutions



Organiser vos propres séjours

VOUS RECHERCHEZ UN LIEU ADAPTÉ...

- au handicap moteur
- dans un lieu agréable
- disposant de 60 lits
- d'espaces d'animations collectives



VOUS RECHERCHEZ UN LIEU METTANT EN SÉCURITÉ MÉDICALE LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP AVEC DES PRESTATIONS DE SOINS ET DE TIERCES PERSONNES

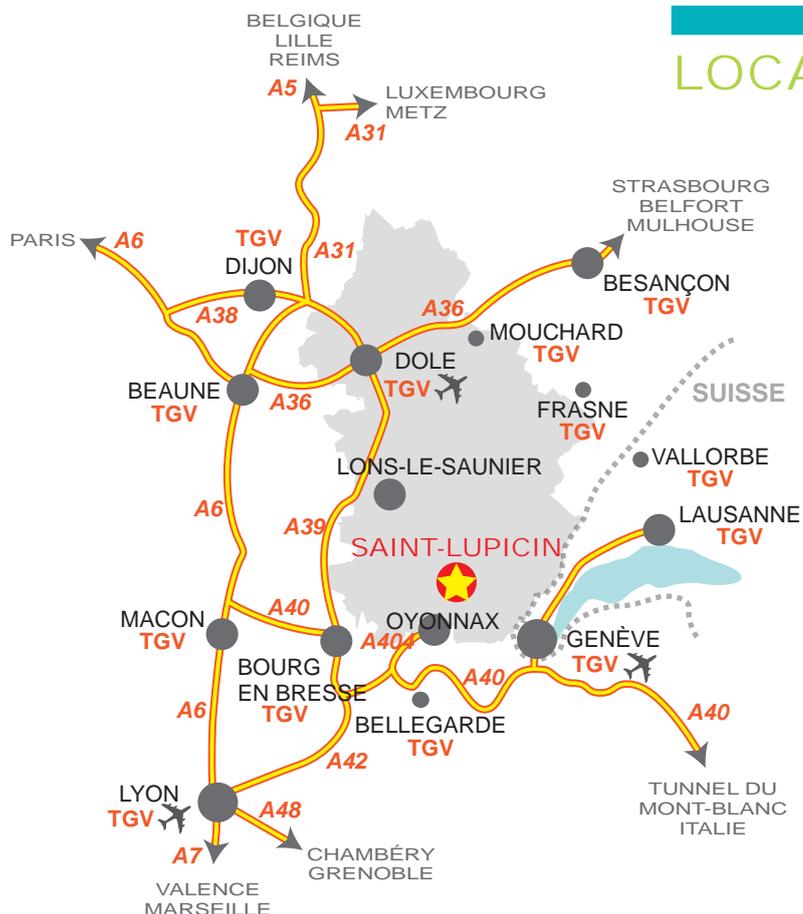
Contactez-nous pour la location de tout le Village.

POUR EN SAVOIR PLUS, DEMANDEZ VOTRE DOSSIER D'INSCRIPTION ET CONTACTEZ CAROLE BACHELEY AU 03 84 41 31 00.

UN ENTRETIEN TÉLÉPHONIQUE PRÉALABLE SERA NÉCESSAIRE

Les conditions de locations dépendent de votre attente et seront étudiées suite à cet entretien.

LOCALISATION DU VILLAGE





LES PARTENAIRES



LES MEMBRES G.C.S.M.S. LES CIZES



G.C.S.M.S. LES CIZES
5, rue des Cizes - BP 19
39171 SAINT-LUPICIN
Tél. 03 84 41 31 00

PRÉ-RÉSERVATION VACANCES RÉPIT FAMILLES®
05 57 885 885