

Séjours hiver



Activités et Séjours adaptés pour tous

À la montagne catalane française et Espagnole



Séjours été



Association SOLHAME – 25 rue Saint Jean – 66800 Saillagouse – Tel : 04 30 45 11 05/ 0616 59 21 27

Mail : contact@solhame.fr





Pour l'année 2017-2018, nous vous avons préparé des séjours divers et variés pour faire découvrir la montagne au rythme de chacun. Chaque séjour comprend des activités adaptées à l'autonomie.

Notre éthique pour les séjours veut inclure une équité pour tous et une ouverture au plus grand nombre, peu importe le handicap de chacun. Les groupes sont constitués en tenant compte d'une homogénéité au niveau de l'autonomie, souvent nécessaire pour une bonne cohésion entre tous.

Nous proposons également des services d'organisation de séjours pour des individuels, couples ou familles. Des thématiques précises ou un mixte d'activités de montagne sont possibles. Séjour nature, pêche, équitation, escalade, bien-être, repos, culturel catalan, randonnée, animaux sauvages ou domestiques, sport, eau chaude naturelle, stage de survie en nature, plantes, etc..., avec un accompagnement personnalisé.

Hiver

SOMMAIRE

Activités de sport adaptées : 04



Mobilité réduite 04

Auditif 05

Visuel 05

Mental 05

Séjours adaptés : 10





Ski adapté

Le **ski fauteuil**, **tandem ski** (assis et incliné), **skikart**, **dual ski**, **mono ski** ou encore le **ski debout avec stabilisateurs** (différents modèles) est possible sur nos pistes entre Font-Romeu, les Angles, Porta ou la Molina en Espagne.



Joëlette-ski



© NATAPH partenaire officiel de SOLHAME

Les balades en **joëlette-ski** dans les forêts de Cerdagne et Capcir, sont une belle opportunité pour découvrir la faune et les splendides paysages enneigés.





Le **traîneau** tiré par les chiens est une opportunité de s'évader à travers la forêt et de profiter d'un moment de dépaysement total.

Traîneau



Télécabine



Une montée à 2500 mètres d'altitude vous tente ? Alors profitez de la **télécabine adaptée** au fauteuil roulant pour monter en haut des pistes.





HIVER

Bains chauds

Des **bains d'eaux chaudes naturelles** pour vous détendre.

3 lieux 3 environnements
pittoresques 3 opportunités de
se sentir bien. L'eau est entre
34° et 38°C toute l'année
naturellement.



Canikart



Si pas assez de neige !

Il arrive qu'il n'y ait pas assez
de neige selon la période. Le
Canikart remplace le traîneau
pour une sensation différente
mais tout aussi plaisante !

*Pour profiter de cette activité, il faut
pouvoir tenir seul la position assise.*



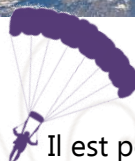


Faire un vol au-dessus de la Cerdagne en **montgolfière** est un rêve qui peut devenir réalité. Les nacelles sont adaptées aux fauteuils roulants.

Montgolfière



Parapente



Il est possible de faire du **parapente** adapté aux fauteuils roulants mais pas l'hiver, le décollage en serait trop périlleux à cause de la neige. Pour les autres types de handicap c'est possible.





Quadbike

Uniquement pendant les vacances de Noël, le **quadbike** est un sport sur un vélo à 4 roues ! Sensations garanties !



Canyoning



Il suffit de savoir nager pour profiter de moments de détente et d'aventure à travers le **canyoning** à Thuès. Les eaux sont à 35°C ce qui nous permet de le faire en hiver.





HIVER



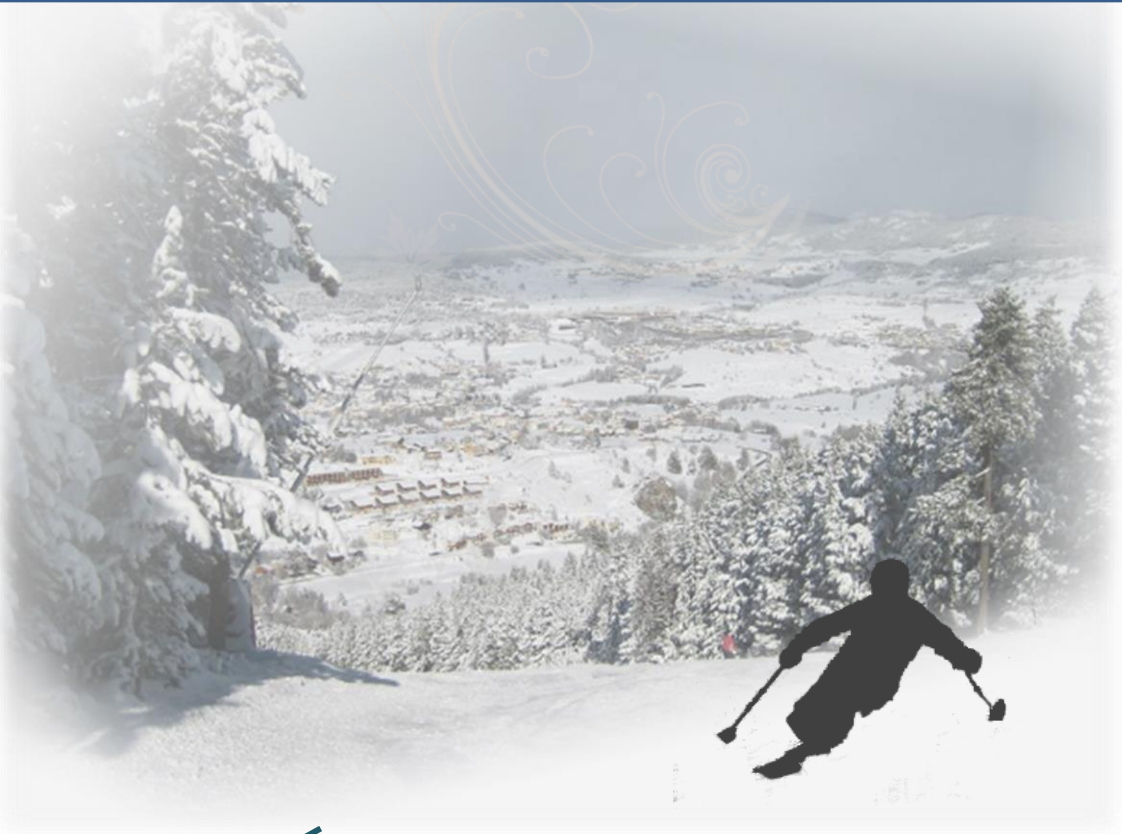
Ici on parle la Langue des Signes Française !

Les ballades en **raquettes à neige** dans les forêts de Cerdagne et Capcir, sont également une belle opportunité pour découvrir la faune sauvage et voir les splendides paysages enneigés.



Liste des activités non exhaustive, mais les plus adaptées selon nos critères. Nous n'avons pas répertorié dans ce guide les restaurants, les commerces, les services accessibles, etc...

HIVER



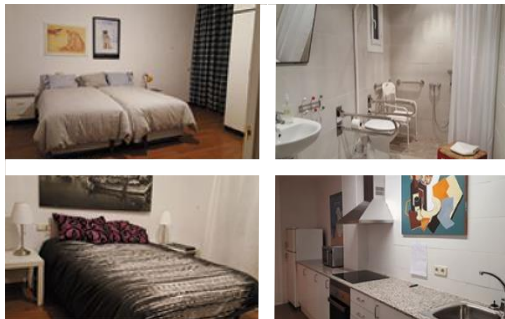
SÉJOURS HIVER



SÉJOURS DE GROUPES :

- 4 vacanciers
- 2 accompagnateurs
- 1 véhicule adapté
- Du samedi au samedi

Hébergement*: Appartement à Puigcerdà



2 fauteuils manuels



Thème du séjour : Ski et détente

Inclus :

- 4 journées de ski adapté
- Une sortie bains chauds
- Une sortie traineau
- La soirée festive du Nouvel An



Tarif : Pour 8 jours - 7 nuits : 1565€

Du 30 décembre au 6 janvier 2018

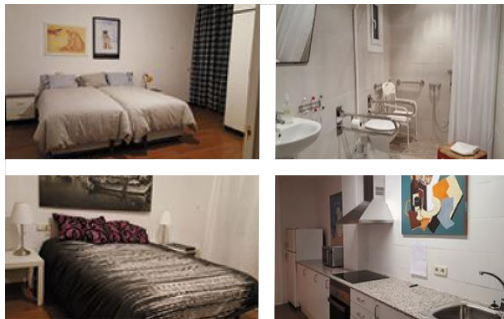
**L'hébergement peut changer selon le nombre de personnes inscrites et selon le fauteuil (si électrique).*



SÉJOURS DE GROUPES :

- 6 vacanciers
- 2 accompagnateurs
- 1 véhicule 8 places
- Du samedi au samedi

Hébergement* :



Thème du séjour : Ski et détente

Inclus :

- 4 journées de ski adapté
- Une sortie bains chauds
- Une soirée restaurant



Tarif : Pour 8 jours - 7 nuits : 1120€
Du 24 février au 3 mars 2018

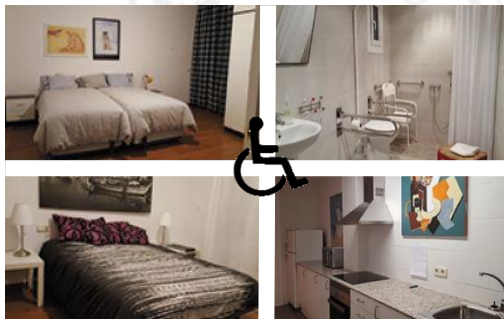
**L'hébergement peut changer selon le nombre de personnes inscrites.*



SÉJOURS DE GROUPES :

- 4 vacanciers
- 2 accompagnateurs
- 1 véhicule adapté au fauteuil
- Du samedi au samedi

Hébergement* : Appartement à Puigcerdá



Thème du séjour : Ski et détente

Inclus :

- 4 journées de ski adapté
- Une sortie bains chauds
- Une soirée restaurant

**L'hébergement peut changer selon le nombre de personnes inscrites et selon le fauteuil (si électrique).*

Photo non-contractuelles



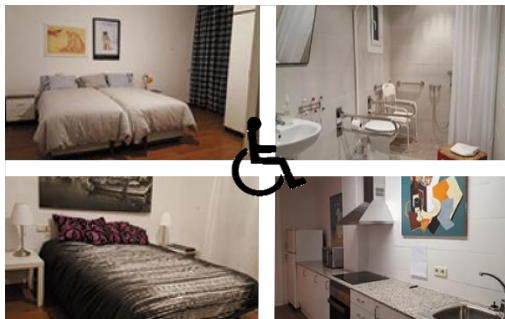
Tarif : Pour 8 jours - 7 nuits : 1420€
Du 10 au 17 février 2018



SÉJOURS DE GROUPES :

- 4 vacanciers
- 2 accompagnateurs
- 1 véhicule adapté au fauteuil
- Du samedi au samedi

Hébergement* : Appartement à Puigcerdá



Thème du séjour : Ski et détente

Inclus :

- 4 journées de ski adapté
- Une sortie bains chauds
- Une soirée restaurant

**L'hébergement peut changer selon le nombre de personnes inscrites et selon le fauteuil (si électrique).*

Photo non-contractuelles



Tarif : Pour 8 jours - 7 nuits : 1740€
Du 3 au 10 mars 2018

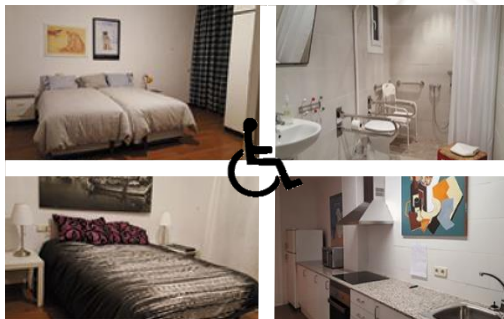




SÉJOURS DE GROUPES :

- 6 vacanciers
- 3 accompagnateurs
- 1 véhicule adapté au fauteuil
- Du samedi au samedi

Hébergement* : Appartement à Puigcerdá



Thème du séjour : Ski et détente

Inclus :

- 4 journées de ski adapté
- Une sortie bains chauds
- Une soirée restaurant



**L'hébergement peut changer selon le nombre de personnes inscrites et selon le fauteuil (si électrique).*

Accompagnement spécifique

Tarif : Pour 8 jours - 7 nuits : 1420€
Du 10 au 17 février 2018



SÉJOURS DE GROUPES, EN FAMILLE, EN INDIVIDUEL :

Hébergement : Au choix



Vous avez la possibilité de choisir les types d'hébergements selon le handicap concerné.

- Appart'hôtel
- Camping
- Gîte meublé
- Hôtel
- Parc résidentiel, village vacances
- Parc de chalet
- Chambres d'hôtes
- Établissements médicalisés

Activités : Au choix



Avec une formule au choix :

- Pension complète
- Demi-pension
- Gestion libre

* Photo non-contractuelles

Dates au choix !

Été

SOMMAIRE

Activités de sport adaptées :18



Mobilité réduite 18



Auditif 19



Visuel 19



Mental 19

Séjours adaptés : 25





A suivre... Prochainement

