

Les structures présentées ici ont été sensibilisées à la maladie de Parkinson. Nous ne nous engageons cependant pas sur la qualité de leur prestation.

Séjours « La Parenthèse »
par l'association Siel Bleu
En partenariat avec France Parkinson !

Lieu : dans un gîte en région Grand Est (lieu changeant)
Fréquence : 2 à 3 séjours par an (printemps, automne)
Public : personne malade seule ou avec un aidant
Durée : 5 jours
Ambiance : Séjour de 8/10 personnes. Toutes les activités et repas sont prévus. Activités pour apprendre à bien manger / bouger et prendre soin de soi, découvertes et temps d'échanges.
Contact : sejours@sielbleu.org
07 62 77 11 90
Lien du site : <https://www.sejours.sielbleu.org/la-parenthese>

Les plus : Un vrai moment hors du temps. Les activités sont à visée thérapeutiques, mais promis, on ne parle pas que de la maladie ! Bien être, convivialité et découverte sont les mots clés de ces séjours.

Séjours adaptés pour seniors
par l'association Int'Act

Lieu : En gîte ou village vacances à la campagne, en bord de mer, à la montagne...
Fréquence : 7 séjours par an (printemps, été, automne) Plusieurs séjours par an (printemps, été, automne)
Public : Couple* ou personne malade seule
Durée : entre 4 et 12 jours
Ambiance : Séjour en groupe. Toutes les activités et repas sont prévus, ainsi que le transport.
Contact : sejours@int-act.fr
01 83 81 67 11
Lien du site : <https://www.int-act.fr>

Les plus : Une vraie détente et des activités adaptées sans rien avoir à faire ou préparer, dans des lieux superbes, pour se relaxer vraiment

**Couple composé d'un aidant et une personne malade*

Séjours Vacances-Répît
par le Tour-Opérateur Manureva Répît

Lieu : Toute la France
Fréquence : Toute l'année
Public : Famille, couple* ou aidant seule
Durée : 7/8 jours mais peut varier selon vos besoins
Ambiance : Séjours collectifs ou individuels. Activités à la carte ou tout compris. Idem pour repas.
Contact : infos@manurevarepit.fr
04 93 37 61 44
Lien du site : <https://www.manurevarepit.fr>

Les plus : De vrais vacances faites sur mesure pour les aidants, pour souffler seul de son côté ou avec la personne qu'on accompagne.

**Couple composé d'un aidant et une personne malade*

Séjours Halte répît familles et individuels
par l'association Anaé

Lieu : dans un chalet à Pralognan-la-Vanoise (73)
Fréquence : 4 séjours par an (printemps; été)
Public : Famille, couple* ou personne malade seule
Durée : 8 jours
Ambiance : Séjour en individuel, couple ou famille sans autre participant. Pension complète. Pour le reste, tout est à la carte.
Contact : bernard.loquais@anae.asso.fr
04 81 91 96 86 / 06 07 19 88 24
Lien du site : <https://www.anae.asso.fr/types-de-sejours/sejour-repit-famille-individuel>

Les plus : Pour découvrir (ou redécouvrir) les vacances à la montagne autrement et se retrouver pour prendre du temps pour soi.

**Couple composé d'un aidant et une personne malade*

Séjours de répît à la ferme
par l'association Les Bobos à la Ferme

Lieu : dans un gîte à la Madelaine-sous-Montreuil (62)
Fréquence : Toute l'année, en fonction des disponibilités
Public : Famille, couple* ou groupe d'amis
Durée : selon vos besoins
Ambiance : Séjour en couple, amis ou famille sans autre participant. Activités à la carte. Pas de demi ou pension complète mais traiteurs, restaurants locaux et commerces proches font la livraison.
Contact : bonjour@lesbobosalaferme.fr
06 35 36 60 96
Lien du site : <https://lesbobosalaferme.fr>

Les plus : Un lieu de répît unique en France, en toute intimité pour oser prendre de nouveau du temps de repos au contact de la nature avec sa famille ou en couple.

**Couple composé d'un aidant et une personne malade*

Séjours « Prendre des vacances avec un proche dépendant »
par l'association VRF

Lieu : dans un Village Répît Famille à Fondettes (37)
Fréquence : Toute l'année
Public : Couple*
Durée : Selon vos besoins.
Ambiance : Séjour en groupe de taille très variable. Pension complète. Activités sur site ou en dehors, modulables.
Contact : contact@vrf.fr
05 57 88 58 85
Lien du site : <https://www.vrf.fr/home/les-villages/vrf-touraine-1.html>

Les plus : Un lieu complètement adapté, quelque soit l'évolution de la maladie, pour se ressourcer avec une équipe médico-sociale qui est présente 24h/24h.

**Couple composé d'un aidant et une personne malade*

Je ne m'autorise plus à partir en vacances depuis plusieurs années, j'ai peur/je culpabilise (du regard des autres, de ne pas être capable de m'organiser etc...) :

La préparation d'un séjour prend du temps, surtout quand on n'a pas plus l'habitude. Ce n'est pas grave et c'est même normal !

Les six organisateurs des séjours connaissent bien ces problématiques. Ils prendront le temps de vous écouter, de vous rassurer et de répondre à toutes vos questions qui sont légitimes. Avant chaque départ, ils évaluent avec vous vos besoins, vos capacités pour que votre voyage se passe le mieux possible.

Les vacances, c'est un droit pour tout le monde.

Même ce n'est pas facile, osez pour ne pas avoir de regrets !

Comment me rendre au lieu de séjour ?

Pour la plupart des séjours, il faudra venir par vos propres moyens.

N'hésitez pas à demander s'il existe des facilités de transport pour vous rendre sur le lieu du séjour. Les organismes connaissent bien cette problématique et vous faciliteront la préparation de votre voyage. Certains organisent des départs groupés à partir de grandes villes.

Comment se déroule la coordination des soins sur place ?

C'est une question qu'il ne faut surtout pas hésiter à poser au premier contact. Les structures ont l'habitude de vous accompagner dans la coordination des soins et pourront vous indiquer les professionnels les plus proches (et ceux qui peuvent se déplacer sur site).

Les questions à ne pas oublier de poser pour la préparation de son séjour :

- La prise en charge des repas
- Les activités
- Le rythme (si par exemple je veux simplement dormir ?)
- Le transport
- La coordination des soins
- Besoin d'aide la nuit ?
- Besoin de linge de maison ?
- Lits simples ou double ?
- Douche ou baignoire adaptée ?
- Et si j'annule au dernier moment ?

Je ne vois pas les tarifs, où les trouver ?

Vous trouverez les tarifs sur les sites internet des structures respectives.

Information importante :

Les tarifs des séjours peuvent varier selon votre quotient familial. Aussi, il existe des aides de la part de mutuelles, caisses de retraite ou d'autres organismes pour réduire le coût de vos vacances. Les six structures sélectionnées sont habituées à la recherche de financements et vous accompagneront dans cette démarche.

Est-ce que je peux venir avec un fauteuil roulant :

Tous les séjours sont accessibles PMR (Personne à Mobilité Réduite), avec des chambres, des salles d'eau et des activités adaptées.

Cependant, tous ne sont pas accessibles à des GIR élevés (entre GIR 1 et 4), c'est-à-dire à des personnes avec une perte d'autonomie importante. Il vaut mieux se renseigner directement auprès du séjour qui vous intéresse pour savoir ce qui est possible.

Le petit plus :

Si vous ne souhaitez pas partir avec un organisme ou vous souhaitez trouver vous-même un lieu, vous pouvez toujours vous référer au **label Tourisme & Handicap** !

Tourisme & Handicap (T&H) est la seule marque d'État attribuée aux professionnels du tourisme qui s'engagent dans une démarche de qualité ciblée sur l'accessibilité aux loisirs et aux vacances pour tous.

Les établissements labellisés T&H sont répertoriés sur le site Tourisme & Handicap. Un moteur de recherche permet d'isoler les établissements répondants aux besoins des touristes selon leur handicap.

Tourisme & Handicap offre une triple garantie :

- Identifier rapidement les sites touristiques adaptés aux besoins grâce aux pictogrammes dédiés ;
- Un personnel sensibilisé et formé ;
- Des prestations respectant la réglementation sur l'accessibilité, contrôlées par des évaluateurs spécialisés.