

Notre brochure d'information d'activités de loisirs 2024



Nous sommes prêts pour une nouvelle année de loisirs: 2024 c'est parti!



Souvenir du séjour adultes, ASRIMM 2023

Chaque année, l'ASRIMM organise des camps de vacances, des séjours, des week-ends et des journées de loisirs financés par la récolte de dons et des legs.

Les activités de loisirs de l'ASRIMM permettent aux personnes atteintes de maladies neuromusculaires de faire une pause dans leur vie quotidienne, de se détendre et de vivre en communauté tout en favorisant l'intégration sociale.

En même temps ces sorties et séjours permettent aux prochesaidants de prendre du temps pour eux, de se reposer et de se ressourcer.

Chers membres, parents, enfants, amis et intéressés,

Vous tenez entre vos mains les propositions d'activités pour 2024.

Dans ce programme, nous vous présentons les activités organisées par l'ASRIMM. Le camp pour les enfants et adolescents ainsi que le séjour des adultes en été, des journées et week-ends d'activités divers durant le reste de l'année. Nous vous présentons également des sorties que vous pouvez faire selon votre envie durant toute l'année et qui sont offertes à nos membres. Vous y trouverez en plus des informations sur des évènements organisés par d'autres prestataires, dans lesquels vous pouvez vous inscrire directement à l'adresse et/ou sur le site internet indiqué.

Nous espérons que ces suggestions vous motiveront à découvrir de nouvelles activités et vous donneront le plaisir de sortir seul ou en groupe avec des amis.

À très bientôt et meilleures salutations

Toute l'équipe de l'ASRIMM

Infos:

www.asrimm.ch loisirs@asrimm.ch +41 24 420 78 00

Activités et séjours organisés par l'ASRIMM

Les inscriptions sont à rendre pour le jeudi **25 janvier 2024**. Toutefois, pour les nouveaux membres, les inscriptions sont acceptées en cours d'année. Attention, le nombre de places par activité sont limitées.

Journée: On s'éclate à Berne	5
Week-end artistique: Escape Game	6
Séjour: Sports, arts & Fun en Valais	7
Camp: Tessin forever!	8
Week-end divertissement: «caisses à savon»	9
Journée: Balade en ville de Berne	10

Partage & Solidarité au rendez-vous.

JOURNÉE

On s'éclate à Berne



Pour qui: Jeunes adultes de 18 à 30 ans

Date(s): Samedi 17 février 2024

Lieu de rendez-vous et horaire: 9h à l'ASRIMM ou sur le lieu d'activité. Informations au préalable.

Lieu de retour et horaire: 20 h à l'ASRIMM ou sur le lieu d'activité. Informations au préalable.

L'essentiel: Lors de cette journée, ce sera l'opportunité de découvrir la région de Berne, ville cosmopolite aux différentes facettes. Nous nous retrouverons autour d'un repas tous ensemble à midi et vous serez ensuite libre de vous balader, de visiter des musées et/ou d'aller boire un café sur une jolie terrasse. Le transport ainsi que la prise en charge par des accompagnants sont organisés par l'ASRIMM.

Faites le(s) lien(s):

Office du tourisme: www.bern.com/fr/detail/office-du-tourisme

Montant de participation:

Membres: 100.- / Non membres: 150.-

WEEK-END ARTISTIQUE

Escape Game



Pour qui: Enfants et adolescents jusqu'à 18 ans

Date(s): Samedi 23 et dimanche 24 mars 2024

Hébergement: Cerebral Vaud, Route de Berne 8, 1081 Montpreveyres

Lieu de rendez-vous et horaire: 10h à Cerebral Vaud

Lieu de retour et horaire: 17h à Cerebral Vaud

L'essentiel: Ce sera l'opportunité de participer à un Escape Game, version grandeur nature. Vous pourrez rentrer dans la peau d'un détective. Qui résoudra l'énigme? Vous participerez également à la création d'une fresque collective. Rire, détente, suspense et ambiance au rendez-vous, avec la nuit passée à Montpreveyres.

Faites le(s) lien(s):

Activités artistiques: compagnie.anima@hotmail.com

ANIMA-Projets artistiques et sociaux @ association.anima

Montant de participation:

Membres: 100.-/ Non membres: 150.-

SÉJOUR

Sports, Arts & Fun en Valais



Souvenir du séjour adultes avec l'ASRIMM, 2023

Pour qui: Adultes dès 18 ans

Date(s): Samedi 20 au samedi 27 juillet 2024

Hébergement: Cerebral Valais, Zl 2, 1963 Vétroz

Lieu de rendez-vous et horaire: 10h sur le lieu d'activité.

Informations au préalable.

Lieu de retour et horaire: 17h sur le lieu d'activité.

Informations au préalable.

L'essentiel: Sport, arts & Fun, c'est quoi? Des activités sportives, culturelles, artistiques et fun avec des associations sportives et artistiques de la région. Vous avez toujours eu envie de découvrir le cimgo ou le paddle adapté? Ce séjour est fait pour vous. Partir à la découverte et à l'aventure de nouveaux en-droits en Valais, faire une pause sur une terrasse avec une délicieuse boisson et/ou pâtisserie. Avec des soirées de groupe fun au pavillon. Mais surtout, du rire et de la bonne humeur.

Faites le(s) lien(s):

Cerebral Valais: cerebral-vs.ch

Montant de participation:

Membres: 500.-/ Non membres: 600.-

CAMP

Tessin forever!



Souvenirs du camp enfants, ASRIMM 2023

Pour qui: Enfants et adolescents jusqu'à 18 ans

Date: Samedi 3 au samedi 10 août 2024

Hébergement: Centro Magliaso, via Bosconi 11, CH-6983 Magliaso

Lieu de rendez-vous et horaire: 10h à l'ASRIMM ou sur le lieu d'activité. Informations au préalable.

Lieu de retour et horaire: 17h à l'ASRIMM ou sur le lieu d'activité. Informations au préalable.

L'essentiel: Participer au camp: Tessin forever, c'est quoi? Des activités amusantes à l'hôtel: piscine, grillades, jeux d'eau et d'extérieur. Partir à la découverte et à l'aventure d'activités de la région du Tessin, faire une pause sur une terrasse avec une délicieuse boisson et/ou pâtisserie. Avec des animations de groupe fun en soirée. Mais surtout, du rire et de la bonne humeur, sous le soleil de Magliaso.

Faites le(s) lien(s):

Centro Magliaso: www.centro-magliaso.ch La région du Tessin: www.ticino.ch/fr

Montant de participation:

Membres: 500.-/ Non membres: 600.-



WEEK-END DIVERTISSEMENT

Caisses à savon



Pour qui: Enfants et adolescents jusqu'à 18 ans

Date(s): Automne 2024 (la date précise vous sera transmise dans le courant de l'année)

Hébergement: Cerebral Vaud, Route de Berne 8, 1081 Montpreveyres

Lieu de rendez-vous et horaire: 10h à Cerebral Vaud

Lieu de retour et horaire: 17h à Cerebral Vaud

L'essentiel: Nous irons le samedi au Fun Planet de Villeneuve et puis le dimanche, nous découvrirons l'univers des caisses à savon adaptées en participant à une course à Cortaillod avec Différences solidaires.

Sport, détente, fair-play et adrénaline, avec la nuit passée à Cerebral Vaud

Faites le(s) lien(s):

Différences solidaires: www.differences-solidaires.ch

Montant de participation:

Membres: 100.-/ Non membres: 150.-



JOURNÉE

Balade en ville de Berne



Pour qui: Adultes dès 18 ans

Date(s): Samedi 7 décembre 2024

Lieu de rendez-vous et horaire: 11h à Berne

Lieu de retour et horaire: 17 h à Berne

L'essentiel: Lors de cette journée, ce sera l'opportunité de découvrir la région de Berne, ville cosmopolite aux différentes facettes. Nous nous retrouverons autour d'un repas tous ensemble à midi et vous serez ensuite libre de vous balader, de visiter des musées et/ou d'aller boire un café sur une jolie terrasse. Un responsable ainsi qu'un assistant seront présents pour la coordination de cette journée. L'accompagnement et le transport ne sont pas organisés par l'ASRIMM.

Faites le(s) lien(s):

Office du tourisme: www.bern.com/fr/detail/office-du-tourisme

Montant de participation:

Membres: 30.-/ Non membres: 50.-

AVEC LA CARTE DE MEMBRE

Des sorties individuelles

L'ASRIMM offre à ses membres (membre individuel avec un accompagnant ou membre famille avec les enfants mineurs) les entrées pour des activités diverses. Nous avons cinq offres à vous proposer. Il suffit de montrer votre carte de membre ASRIMM 2024 à la caisse et vous y avez accès gratuitement. Pour consulter les nouvelles offres en cours d'année, rendez-vous sur notre site web ou dans l'*Entre Nous*.

Aquarium/Vivarium Aquatis



Aquatis vous offre l'opportunité de découvrir les écosystèmes d'eau douce le temps d'un voyage à travers cinq continents. Explorez les rivières et les mares émaillant le cours du Rhône, de sa source jusqu'à son embouchure, observez les jungles d'Afrique, d'Asie ou d'Amazonie, étudiez les mangroves, les marais et les lacs les plus emblématiques du monde.

Toutes les informations sur: www.aquatis.ch



Parc animalier La Garenne



La Garenne est un parc animalier suisse situé à Le Vaud. D'une superficie de 3 hectares présentant plus de 150 animaux de la faune européenne. Depuis 1965, La Garenne aide à la conservation de la nature régionale.

Toutes les informations sur: www.lagarenne.ch



Bird life, la Sauge

Le Centre-Nature vous propose une exposition temporaire et un parcours extérieur de 500 m équipé de quatre observatoires destinés à observer la faune sans la perturber. Le centre et les aménagements extérieurs sont entièrement accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Toutes les informations sur: www.birdlife.ch/fr/content/la-sauge-fr





Plateforme 10



La Plateforme 10 est le nouveau quartier des arts à Lausanne qui propose 3 musées à visiter sur une esplanade à deux pas de la gare de Lausanne.

Toutes les informations sur: plateforme10.ch

Musée international d'horlogerie



Le Musée international d'horlogerie est le plus important musée spécialisé dans l'horlogerie au monde: 4'000 pièces à découvrir.

En raison de futurs travaux, merci de vérifier l'ouverture du musée avant de vous rendre sur place.

Toutes les informations sur: www.chaux-de-fonds.ch/musees/mih





PETIT BUDGET & GRANDES DÉCOUVERTES

Autres idées de sorties et astuces

Carte Etoile filante - Familles



La Carte Etoile filante offre des excursions aux enfants dans de nombreuses institutions culturelles et de loisirs, en prenant en charge les frais d'entrée.

Cette prestation est offerte aux familles qui ont un enfant âgé de 6 à 18 ans.

Toutes les informations sur: www.etoilefilante.ch/fr

Keller Voyages Handicap

Une agence de voyage totalement dédiée au handicap

Keller Voyages Handicap est à la disposition des personnes en situation de handicap et de leurs proches pour les accompagner dans l'organisation de leurs voyages.

Informations:

www.procheconnect.ch/actualites/agence-voyages-handicap.html





Le Cerf Volant



Association voyages adaptés

Le Cerf-Volant est une association qui permet aux personnes en situation de handicap moteur de voyager selon leurs envies, en répondant à leurs souhaits et en prenant en compte leurs besoins grâce à une organisation et une préparation adaptée.

Toutes les informations sur:

lecerfvolant-association.fr/association

Activités Sport & Mouvement



Rafroball - Léman

L'équipe de rafroball recherche de nouveaux joueurs.

Vous êtes intéressé à découvrir ce sport, à devenir membre?

Toutes les informations sur:

www.rafroleman.ch - info@rafroleman.ch



CRÉEZ VOS PROPRES VACANCES SUR MESURE

Liens utiles pour organiser vos vacances

Fondation Claire & George

Profitez de vos vacances personnalisées, sans barrières et offrant tous les soins. **www.claireundgeorge.ch/fr**

Association Procap

Vacances pour les personnes avec handicap.

www.procapvoyages.ch/voyages/catalogue/ www.procapvoyages.ch/autres-offres-de-loisirs/ chemins-sans-obstacles/

Association suisse des paraplégiques

www.spv.ch/fr/que_faisons-nous/culture_et_loisirs/suggestions_ pour_loisirs_et_vacances/excursions_et_activites_de_loisirs

My Switzerland

www.myswitzerland.com/fr-ch/planification/transports-sejour/voyager-sans-obstacles/excursions/

REKA

https://reka.ch/fr/vacancesreka/vacances-sans-barrieres

Conditions générales pour les activités de l'ASRIMM

Conditions générales d'activités (CGA)

Votre participation financière aux activités de loisirs comprend...

- Votre hébergement collectif en chambre double et les taxes de séjour, dans un lieu agréé PARAMAP ou selon d'autres critères d'accessibilité.
- Un accompagnement personnalisé par une collaboratrice / un collaborateur de l'ASRIMM
- La demi-pension: déjeuner et souper (lieu d'hébergement, pique-nique, autre forme de restauration) pris dans le cadre des activités prévues dans le programme.
- Votre participation au programme d'activités collectives prévues dans le programme.
- Vos transports et déplacements liés aux activités collectives prévues dans le programme.

Votre participation financière aux activités de loisirs ne comprend pas...

- Votre hébergement en chambre individuelle; ce dernier peut être demandé dans la limite des capacités de l'hébergeur, la totalité des frais supplémentaires sont à la charge du / de la participante.
- Tous les repas prix hors du programme d'activité collectif.
- Tous les frais engendrés par un programme personnalisé non compris dans le programme collectif.
- Vos transports et déplacements liés à un programme personnalisé non compris dans le programme collectif.
- Vos achats personnels pour lesquels un financement privé (argent de poche personnel) doit être prévu.
- Une assurance de frais d'annulation et de rapatriement.
- Vos déplacements « aller-retour » de votre domicile au lieu de rendez-vous et de fin d'activité.
- Les participant(e)s qui ne peuvent se déplacer de leur domicile au lieu d'activité (aller, retour, aller et retour) avec des moyens de mobilité privés peuvent prendre contact avec l'ASRIMM.

À noter que:

- Le «Carnet de loisirs» sera transmis à votre accompagnant(e) qui sera chargé de le vérifier et/ou le compléter avec vous ainsi que de le renvoyer au plus tard le lundi de la semaine avant l'activité à :
 - loisirs@asrimm.ch en mettant en copie le participant ou son parent/tuteur légal.
- Les informations sur la désignation de votre accompagnant vous seront transmises dès qu'un de nos collaborateurs sera disponible. Dans le cas où nous n'avons pas d'accompagnant à vous proposer, la prestation de loisirs doit être annulée.
- Lorsque vous souhaitez être accompagné par votre assistant de vie, celui-ci doit postuler à l'ASRIMM par l'envoi d'un CV et d'une photocopie de sa carte d'identité à: loisirs@asrimm.ch. L'ASRIMM se réserve le droit d'engager ou non la personne proposée.
- L'accompagnant mis à disposition par l'ASRIMM n'est pas choisi par le participant mais par le responsable du secteur loisirs. Toutefois, nous entendons vos besoins, envies et préférences pour que vous soyez accompagné au mieux.
- Le montant que vous payez pour chaque activité correspond à une participation à un coût global de 1'500.- / jour par participant(e).

..

- Assurances: chaque participant doit avoir un contrat en cours de validité pour les trois assurances suivantes: assurance maladie, assurance accident et assurance responsabilité-civile, par son inscription il en atteste.
- Alcool: La consommation d'alcool est interdite au mineurs mais tolérée de manière modérée pour les adultes. Nous demandons aux participants de se limiter à deux verres d'alcool par repas au maximum pour éviter le risque d'incident et le bon déroulement des journée, week-ends et séjours. La consommation de drogue et de tout autre stupéfiant est strictement interdite.
- L'ASRIMM se réserve le droit de modifier le type et le lieu d'activité en cas de nécessité.
- L'ASRIMM se réserve le droit d'annuler en tout temps une activité lorsqu'elle considère que les conditions nécessaires à son bon déroulement ne sont pas remplies. Les coûts de l'activité – y.c les frais de désistement - sont alors intégralement remboursés aux participants.
- Nous vous rappelons que le programme est en mesure de varié légèrement en raison de la météo et des éléments qui sont indépendants de notre volonté.

Conditions d'inscription et participation financière

- L'inscription aux activités de loisirs se fait en début d'année dans les délais indiqués par le biais du formulaire en ligne et par le paiement des frais d'administration qui sera déduit du montant total. Les frais d'administration pour l'inscription sont de 10.— par journée, 20.— par week-end, 80.— par camp/séjour. Pour les membres, la cotisation de l'année en cours doit avoir été payée au moment de l'inscription.
- Le formulaire d'inscription est à remplir en ligne jusqu'au jeudi 25 janvier 2024. En dehors de ce délai, votre place n'est pas assurée car les places sont limitées.
- Le participant s'acquitte du paiement du solde de la facture de participation liée à l'activité. Le montant est à régler 5 semaines au plus tard avant le début de l'activité.
- En cas de non-respect des délais, la place sera attribuée à un autre participant sur la liste d'attente.

Désistements

Les annonces de désistement doivent être faites par courrier / courriel, leur prise en compte est effective dès leur réception à l'ASRIMM.

- Il n'y a pas de frais d'annulation jusqu'à 60 jours avant le départ, les frais d'administration restent dus.
- Les frais d'administration par activité de 10.- par journée, 20.- par week-end et 80.- par camp / séjour ne sont pas remboursés.
- 50 % de la participation financière est remboursée entre 59 et 30 jours avant le départ.
- 25 % de la participation financière est remboursée entre 29 jours et 10 jours avant le départ.



Grâce à vos dons

Nous pouvons proposer chaque année des activités de loisirs adaptés.

Vos dons permettent aux enfants et adultes en situation de handicap de vivre des moments/instants de loisirs en dehors de leur quotidien et pour les parents et l'entourage de se ressourcer.

Les participants sont accompagnés de bénévoles qui prennent en charge les tâches d'assistance et de soins nécessaires.

En nous soutenant vous aidez les personnes atteintes à garder dignité, joie de vivre et indépendance.

Pour faire un don:

www.asrimm.ch/nous-soutenir

CCP: 10-15136-6

IBAN: CH28 0900 0000 1001 5136 6



MERCI

Certaines activités sont subventionnées par l'Office fédéral des assurancessociales (OFAS), d'autres par nos donateurs.





Rue de Galilée 15 1400 Yverdon-les-Bains Tél. 024 420 78 00 Fax 024 420 78 04 info@asrimm.ch – www.asrimm.ch CCP 10-15136-6