



# ÉTÉ AUTOMNE 2020

## Univers Montagne Esprit Nature

### PÔLE LOISIRS ADAPTÉS

À destination d'adultes présentant un handicap intellectuel qui ont besoin d'un accompagnement quotidien adapté à leurs capacités.

#### >> QUI ENCADRE ?

Un **professionnel de l'éducation spécialisée**, salarié d'UMEN et des **animateurs bénévoles** (1 animateur pour 2 à 3 participants), recrutés, sensibilisés aux spécificités de chacun et préparés au séjour.

#### >> Être animateur

C'est contribuer à **changer le regard** porté sur le handicap.

Pour rejoindre l'équipe, plus important qu'un diplôme, il faut être **dynamique**, être sensible au public accueilli, être **tourné vers les autres**, avoir le sens des **responsabilités**.



#### >> Combien de sorties ?

- ▶ 1 à 2 journées découvertes
- ▶ 1 week-end par mois
- ▶ 2 à 4 mini-séjours de 3 ou 4 jours
- ▶ 2 séjours d'une semaine en été

## >> Quelles activités ?

- ▶ Découvertes d'**activités de pleine nature** diverses durant toute la saison.
- ▶ **Balades** en forêt et des **randonnées** en montagne.
- ▶ **Animations adaptées, de sensibilisations au patrimoine**, visites de sites naturels et historiques.
- ▶ Activités en lien avec des **animaux** dont la présence est toujours appréciée des participants.

## >> Et pour le groupe

Toujours en petit groupe, **de 6 à 12 participants** maximum.

## >> A quel rythme ?

Nous considérons le rythme de chaque vacancier afin de respecter ses **capacités** et ses **envies**.



L'inscription sur un séjour d'un adulte est validée si la constitution du groupe, l'activité et l'encadrement sont adaptés.



Le vacancier peut être orienté vers un séjour adapté à ses capacités.

## >> L'hébergement

La **qualité** des hébergements proposés est primordiale. Les gîtes sont choisis soigneusement pour leur **fonctionnalité** et leur **situation environnementale**.



Toutes les dates

Dates	Durée	Lieu	Activités	Tarif
<b>Sam. 13 et dim. 14 juin 2020</b>	2 jours	Arbas (31)	<b>Animation nature : l'ours, un voisin méconnu. Tir à l'arc</b>	200€
<b>Sam. 4 et dim. 5 juillet 2020</b>	2 jours	Giscaro (32)	<b>Festival Boudu La Jungle, base de loisirs de Saramon.</b>	200€
<b>Du sam. 1 au vendredi 7 août 2020</b>	7 jours	Minerve (34)	<b>De l'eau, de l'eau : Baignades en mer et piscine, pédalo, tir à l'arc, marché local et animation musicale...</b>	750€
<b>Du sam. 8 au vendredi 14 août 2020</b>	7 jours	Minerve (34)	<b>Du vent dans les voiles : voile, char à voile, cerf volant, land art, piscine, fête locale...</b>	750€
<b>Sam. 19 et dim. 20 sept 2020</b>	2 jours	Brassac (09)	<b>Visite du Jardin Extraordinaire, land'art, baignade et pédalo au lac.</b>	200€
<b>Sam. 10 et dim. 11 oct 2020</b>	2 jours	Montredon Labessonnié (81)	<b>Planétarium, fabrication de volcan, balade dans le Sidobre fantastique.</b>	200€
<b>Dimanche 25 octobre 2020</b>	1 jour	Portet sur Garonne (31)	<b>Découverte nature de la Réserve Confluence Garonne-Ariège.</b>	85€
<b>Sam. 14 et dim. 15 nov. 2020</b>	2 jours	Montans (81)	<b>Visite archéosite, fabrication de lampe à huile, balade à Puyelsi.</b>	200€

Focus sur les weekends

**AU PAYS DE L'OURS**

samedi 13 et dimanche 14  
juin 2020

Arbas (31)



Une journée exceptionnelle **sur les traces de l'ours** avec un accompagnateur en montagne : pour tout savoir sur l'Ours des Pyrénées ! Nous pratiquerons aussi avec Cyril une séance de **tir à l'arc « flou flou »** au centre du Bois Perché à Aspet.

**BOUDU LA JONGLE**

samedi 4 et dimanche  
5 juillet 2020

Giscaro (32)



S'initier aux arts circassiens grâce aux ateliers de découverte et de perfectionnement du **Festival Boudu la Jongle**. Se baigner et glisser sur les toboggans de la **base de loisirs de Saramon** dans un espace champêtre propice aux rigolades avec le groupe. Et profiter d'un charmant gîte au milieu des tournesols.

**LAND'ART & PÉDALO**

samedi 19 et dimanche 20  
septembre 2020

Brassac (09)



Découvrir le **Jardin Extraordinaire de Lieurac** et ses installations éphémères. Vous participerez à une activité de land art, cet art contemporain qui utilise les matériaux de la nature. Fabrication de personnages en argile, sculpture de branches et décoration avec des éléments végétaux. Puis détente au bord du **lac de Montbel : balade et pédalo**.

## Focus sur les weekends

### ÉTOILES & VOLCANS

samedi 10 et dimanche 11  
octobre 2020

#### Montredon Labessonnié (81)



S'émerveiller au **planétarium** devant un spectacle sur les constellations et les étoiles, observer le Soleil et Vénus grâce à des instruments adaptés.

**Façonner son volcan** et le faire entrer en éruption ! Aller explorer la **forêt du Sidobre** et ses rochers géants et biscornus comme des sculptures qui ont de drôles de noms.

### DÉCOUVRIR LA RÉSERVE

dimanche 25 octobre 2020

#### Portet s/Garonne (31)



Mike notre animateur nature nous guidera dans la **Réserve Naturelle Régionale Confluence Garonne-Ariège** pour une découverte adaptée, sensorielle et artistique. Nous apprendrons à différencier les arbres entre eux. Tout en observant la faune et la flore de cet espace protégé, nous créerons un **tableau naturaliste**.

### ARCHÉO'SITE

samedi 14 et dimanche 15  
novembre 2020

#### Montans (81)



Remontons le temps à l'**Archéo'site de Montans** et allons à la rencontre des potiers gallo-romains, célèbres au I et IIe siècle. Nous **fabriquerons notre propre lampe à huile** par moulage. Nous visiterons un des plus beaux villages de France, **Puycelsi**, pour admirer du haut des remparts, une des plus belles vues de la région.

Focus séjour multi activité été

DE L'EAU DE L'EAU... du 1er au 7 août 2020

Située dans le Parc naturel régional du Haut-Languedoc, entre Cévennes et Montagne Noire, la ferme des Bouquets nous accueillera dans un cadre exceptionnel, avec piscine sur place, et à 1 heure de la plage. Sur un causse de garrigues à 400m d'altitude, elle domine la plaine avec une vue panoramique sur la côte méditerranéenne et les Pyrénées. L'ensoleillement et le calme des lieux seront très appréciables.



PROGRAMME

>> ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE

Pédalo, vélo-rail, tir à l'arc, frisbee-golf !! Baignade à la mer, jeux dans la piscine, molkky, pétanque et balade.

>> ACTIVITÉS MANUELLES

Des ateliers de fabrication de fromages, de pain et de jardinage. Fabrication de cerfs-volants que nous apprendrons à piloter. Des créations en plastique fou, de la mosaïque, et des ateliers de cuisine...

>> ANIMATIONS & VIE LOCALE

Marchés du terroir de Bize-Minervois. Balade sur le Sentier Sculptural de Mayronnes et festival Canal en Fête à Homps. Et détente autour du barbecue !



HÉBERGEMENT



Ferme des bouquets  
34210 La Caunette

>> possibilité d'enchaîner les 2 séjours

Focus séjour multi activité été

DU VENT DANS LES VOILES... du 8 au 14 août 2020



Située dans le Parc naturel régional du Haut-Languedoc, entre Cévennes et Montagne Noire, la ferme des Bouquets nous accueillera dans un cadre exceptionnel, avec piscine sur place, et à 1 heure de la plage. Sur un causse de garrigues à 400m d'altitude, elle domine la plaine avec une vue panoramique sur la côte méditerranéenne et les Pyrénées. L'ensoleillement et le calme des lieux seront très appréciables.

PROGRAMME

>> ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE

Voile sur un bateau de 11 mètres dans l'étang de Bages, char à voile, cerf-volant.



>> ACTIVITÉS MANUELLES

Des ateliers de fabrication de fromages, de pain et de jardinage. Fabrication de cerfs-volants que nous apprendrons à piloter. Des créations en plastique fou, de la mosaïque, des ateliers cuisine et du land'art...

>> ANIMATIONS & VIE LOCALE

Marchés du terroir d'Olonzac, Balade sur le Sentier Sculptural de Mayrones. Guinguette concert. Et détente autour du barbecue !



HÉBERGEMENT

Ferme des bouquets  
34210 La Caunette



>> possibilité d'enchaîner les 2 séjours

## Comment s'inscrire

- **Se pré-inscrire** par téléphone ou par mail.

Sur l' **Espace Adhérent** sur le site [www.umen.fr](http://www.umen.fr)

- **Adhérer à l'association** en remplissant le bulletin d'adhésion obligatoire, **et s'acquitter de votre cotisation.**

**Pour les personnes en situation de handicap** : remplir le dossier médico social pour nous permettre l'évaluation de votre autonomie.

- **Envoyer toutes les pièces complémentaires** demandées, par mail.
- **Verser un acompte de 25 %** de la participation financière de la sortie pour valider l'inscription.
- **Lire attentivement les Conditions Générales** sur [www.umen.fr](http://www.umen.fr) et les accepter lors de votre enregistrement en ligne.

Retrouvez toutes les infos sur [www.umen.fr](http://www.umen.fr)

# FEST'UMEN

## Ouvert à tous !!

Un **Lieu pour l'Utopie**(\*) sera le théâtre de cette journée festive destinée à tous, adhérents ou non.

Au programme : des jeux, des groupes de musique, une conteuse, de quoi se restaurer et se rafraichir.

De la convivialité comme on sait le faire à UMEN !

le 20 juin  
2020



(\*) Mourville-Haute (31)

contact :

[www.umen.fr](http://www.umen.fr)

UMEN - Maison des sports - 190 rue Isatis, 31670 Labège - 05 62 24 18 18 - [contact@umen.fr](mailto:contact@umen.fr)