

# SÉJOUR "BULLE DE RÉPIT"

DU 02 AU 06 NOVEMBRE 2026

Tarif : 450€/pers



Photo du séjour 2024\*



## Un séjour sur-mesure

**AGRICA** soutient l'Association de Vacances de la Mutualité Agricole (AVMA), acteur engagé du tourisme social et solidaire, afin de vous proposer un séjour de répit spécialement conçu pour soutenir les proches-aidants. Ce programme s'appuie sur l'expertise médico-sociale de son partenaire, l'association Int'Act

Grâce à la participation de AGRICA et avec le soutien de l'ANCV, l'AVMA vous propose un séjour au **tarif de 450€** par personne au lieu de 1800€



## UNE PARENTHÈSE BIENVEILLANTE

### Offrez-vous un moment de répit, à deux.

Pensé pour les personnes dépendantes et leurs proches aidants, ce séjour invite à une vraie pause partagée. Le relai des personnes aidées est assuré tout au long de la journée par des professionnels médico-sociaux qualifiés, permettant à chacun de profiter de temps de repos séparés mais aussi d'activités communes afin de se ressourcer et de se reconnecter, le tout dans un cadre serein et bienveillant.

**Ce séjour sera aussi l'occasion d'accompagner à des perspectives de répit durable**

### Pour qui ?

Ce séjour s'adresse aux aidants qui ont besoin d'une vraie pause pour souffler, se recentrer sur eux-mêmes et retrouver de l'énergie. C'est un temps de répit bienvenu pour prendre du recul, réfléchir à des solutions si vous traversez une période difficile, et vous ressourcer dans un cadre apaisant.



## VIBREZ NATURE EN ARDÈCHE

### 5 jours | 4 nuits en pension complète\*\* | Village 4\*

À seulement 20 km des gorges de l'Ardèche, entre rivière et falaises, vous serez accueillis au sein du village vacances AVMA Lou Capitelle & Spa, situé à Vogüé, l'un des Plus Beaux Villages de France. Bien-être, nature et gastronomie locale vous attendent dans un cadre chaleureux et spectaculaire. Le village dispose également d'un vaste espace balnéo avec piscine intérieure, sauna et équipements dédiés à la détente pour profiter pleinement de votre séjour

Rendez-vous sur <https://www.loucapitelle.com/>

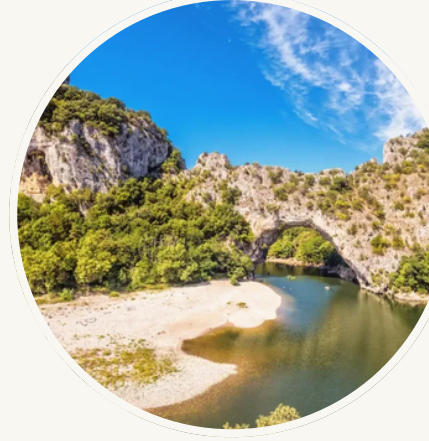
\*\*comprenant petit-déjeuner, déjeuner et dîner sous forme de buffets vin compris (café compris pour le déjeuner)



RENSEIGNEMENT ET INSCRIPTION AUPRES DE INT'ACT AU 01 83 81 67 11  
OU VIA L'ADRESSE MAIL : SEJOURS@INT-ACT.FR AVANT LE 12 JUIN 2026



## VOS VACANCES



Deux programmes distincts vous seront proposés : l'un dédié aux personnes aidantes, l'autre aux personnes aidées. Le séjour alterne activités communes et temps séparés, favorisant à la fois le lien et le répit individuel. La prise en charge des personnes aidées est assurée tout au long du séjour par l'équipe médico-sociale qualifiée de l'association Int'Act.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Installation dans les chambres à partir de 17h	Matinée collective autour d'un atelier santé	Journée dédiée à la découverte du patrimoine local :	Matinée sortie visite village perché et /ou atelier bien-être	Libération des chambres à partir de 10h
Pot d'accueil	Aprém' dédiée au bien-être pour les aidants / Découverte du village médiéval pour les aidés	excursion / visite vers un site d'intérêts (Grottes, cave, nougaterie...)	Aprém' libre ou bien-être pour les aidants / Atelier créatif pour les aidés	Possibilité de se restaurer sur site le midi
Soirée animée	Soirée animée	Soirée animée	Soirée animée	

Programme susceptible d'être modifié et adapté selon les envies du groupe et en fonction des conditions météorologiques



Tout au long du séjour : balades & randonnées au départ du village, accès libre aux espaces communs : salle fitness, bar, piscine



## CONDITIONS & MODALITÉS D'INSCRIPTION

### Critères d'éligibilité

- La personne aidante doit être un proche majeur autonome, en capacité physique et cognitive d'assurer son séjour de vacances
- La personne aidée doit être âgée de plus de 55 ans, ne présenter ni risque de fugue nocturne, ni comportement agressif ou violent. Elle doit pouvoir s'alimenter seule et ne pas nécessiter l'utilisation d'un verticalisateur/lève-personne.
- Au moins une personne du binôme doit être ressortissante MSA et/ou AGRICA.

### Comment participer au séjour ?

1. Vous avez **jusqu'au 12 juin** pour contacter l'association Int'Act. Lors d'un entretien individuel, l'équipe vérifiera avec vous vos conditions d'éligibilité au séjour et vous accompagnera dans la constitution de votre dossier médico-social. Int'Act validera également avec vous le tarif applicable, les possibilités de transport et répondra à toutes vos questions.
2. **Un comité de sélection se réunira le 12 juin.** À l'issue de ce comité, l'association Int'Act vous confirmera votre participation et vous indiquera les pièces complémentaires à fournir. Pour finaliser votre participation, vous devrez notamment nous transmettre un chèque d'acompte.
3. Environ 15 jours avant le séjour, l'association Int'Act vous communiquera les derniers détails pratiques, ainsi que la demande de règlement du solde du séjour.

**L'association reste à votre disposition pour vous accompagner et vous aider à préparer votre séjour dans les meilleures conditions, à chaque étape avant le départ.**



Arrivée autonome sur site , possibilité d'être pris en charge en gare de Montélimar  
Possibilité d'être pris en charge du domicile jusqu'au site moyennant un supplément\*  
\*proposé par l'association partenaire et moyennant un supplément