

Ce séjour thérapeutique est ouvert aux établissements psychiatriques et aux structures sanitaires et du secteur médico-social qui adhèrent à l'association Sport en Tête. Il s'inscrit dans un projet de soins et constitue une continuité de l'accompagnement dispensé tout au long de l'année par les équipes soignantes. Enfin, le séjour répond à une indication médicale et à des objectifs spécifiques.



BOMBANNES (GIRONDE)

Le Domaine de Bombannes est situé sur la commune de Carcans-Maubuisson, dans le département de la Gironde et au coeur des Landes du Médoc. Il se trouve à 60 km au Nord-Ouest de Bordeaux et à proximité de la station balnéaire de Lacanau. Ce domaine s'étend sur 250 hectares de pinède, au bord du lac de Carcans-Hourtin et à deux pas de l'océan! (<https://www.ceveo.com/village/village-vacances-de-carcans-bombannes>)



ASSOCIATION SPORT EN TÊTE

Président: Dr Maxime Tréhout

Siège social: Service Sport Santé, EPSM de Caen

15 ter rue Saint Ouen, 14 000 Caen

contact@sport-en-tete.fr

www.sport-en-tete.fr

SÉJOUR THÉRAPEUTIQUE À MÉDIATION SPORTIVE

DU 11 AU 17 MAI 2025

BOMBANNES (GIRONDE)

Rencontres multi-activités physiques
et sportives collectives!





Objectifs du séjour

- Permet d'allier soins, bien-être et socialisation tout en donnant aux patients des outils pour améliorer leur hygiène de vie et leur qualité de vie. Ce séjour s'inscrit dans une approche thérapeutique globale, favorisant l'épanouissement et la stabilisation des troubles psychiques
- Pratiquer des activités physiques et sportives collectives, interactives et ludiques dans un environnement naturel entre lac, forêt et Océan
- Préserver, renforcer et développer les compétences sociales du patient, son autonomie, ses capacités cognitives et ses capacités d'adaptation
- Prendre conscience et surmonter l'auto-stigmatisation
- Développer l'esprit d'équipe et une image positive de soi-même, le respect des co-équipiers, la motivation et l'entraide
- Rompre avec les habitudes de vie et le contexte institutionnel, l'isolement et favoriser l'autonomisation

Informations sur le séjour

- Coût: 390€ par personne + prix forfaitaire d'inscription de 35€ par groupe jusqu'à 9 personnes et de 50€ pour les groupes de 10 personnes et plus; caution de 80€ par groupe
- Organisation: les activités proposées se dérouleront sous la responsabilité des membres du Conseil d'Administration de Sport en Tête
- Hébergement: chambres de 2 personnes. La répartition sera faite par les organisateurs en tenant compte des besoins spécifiques des participants

Pour obtenir plus d'informations, contacter:
blsecretairespet@gmail.com



Activités proposées

Rencontres amicales et matchs de:

- Beach volley
- Ultimate
- Water-polo
- Pétanque
- Football
- Aqua-volley

Bénéfices attendus

Les bienfaits de la pratique d'activités physiques et sportives collectives sont multiples et interviennent à différents niveaux:

- Sur la santé mentale: amélioration du bien-être, de l'humeur et du sommeil; réduction du stress; facilitation des compétences sociales par des interactions positives et un travail en équipe; renforcement du sentiment d'appartenance; amélioration de l'estime de soi et de la confiance en soi;
- Sur le fonctionnement cognitif: amélioration de la mémoire, des fonctions exécutives (flexibilité mentale, planification), de l'attention et de la cognition sociale par l'apprentissage de règles, de prises de décisions rapides, d'anticipation et d'organisation d'une séquence de jeu et de prise en compte des réactions des co-équipiers
- Sur la santé physique: amélioration de la condition physique, de l'endurance, de la force musculaire et de la coordination; régulation du poids; sensibilisation à une meilleure hygiène de vie et d'une alimentation équilibrée