

Séjour en groupe: de précieux moments d'évasion

Passez quelques semaines dans un bel endroit, avec des personnes également atteintes de sclérose en plaques et dépendantes de soins. À l'occasion des Séjours en groupe de la Société suisse de la sclérose en plaques, vous vivrez des moments divertissants et variés et vous rechargerez vos batteries pour votre quotidien. Les Séjours en groupe offrent de précieux moments d'évasion, non seulement pour les personnes atteintes, mais aussi pour leurs proches à la maison.

L'essentiel en bref

- Les Séjours en groupe offrent deux à trois semaines de vacances aux personnes atteintes de SEP qui nécessitent des soins.
- Ils permettent aux proches de la personne de se reposer.
- Les Séjours en groupe sont dirigés par des infirmiers(ères) diplômé(e)s.
- Les participants sont logés dans des centres accessibles en fauteuil roulant et bénéficient d'un programme varié.

«Les Séjours en groupe de la Société SEP me donnent la force dont j'ai besoin pour tenir toute l'année», déclarent les personnes atteintes, mais aussi leurs proches. S'occuper d'une personne atteinte de sclérose en plaques (SEP) chez soi est un travail qui demande beaucoup de temps et d'énergie. Ces phases de repos sont donc aussi très importantes pour les proches des patients. Les Séjours en groupe de la Société SEP améliorent la qualité de vie de tous les participants.

Une expérience en groupe

Ces séjours ont lieu chaque année d'avril à octobre. Un séjour dure deux à trois semaines et se déroule dans une clinique ou un centre de repos disposant d'infrastructures adaptées. Un groupe

accueille jusqu'à 12 vacanciers atteints de SEP, encadrés par un maximum de vingt bénévoles, sous la direction de deux infirmiers(ères) diplômé(e)s.

Un programme varié

Les Séjours en groupe offrent un programme diversifié. Les activités sont thématiques en groupe et adaptées à l'état de santé ainsi qu'aux besoins des personnes atteintes de SEP, afin de permettre à tous de participer. Les vacanciers ont ainsi l'occasion de visiter des attractions régionales, de profiter de promenades en bateau, de partir en excursion dans les montagnes ou de faire du lèche-vitrines. Trois bus adaptés aux fauteuils roulants sont disponibles pour les transports sur place. Par mauvais temps, les participants peuvent aller visiter un musée, mais aussi lais-



ser libre cours à leur créativité lors d'ateliers de peinture, de bricolage ou d'énigmes. Toutes ces expériences permettent de créer des liens et des souvenirs que chacun se remémorera plus tard, vacanciers comme bénévoles.

Du temps dans la nature

Les sorties en pleine nature sont des moments particulièrement importants et appréciés. Lorsque le temps est de la partie, les responsables organisent des pique-niques, des balades en forêt ou des promenades en bateau. Par ailleurs, tous les hébergements se situent sur des terrains spacieux pour que vous profitiez du grand air et d'espaces de détente au seuil de votre porte.

Soin et encadrement

La Société SEP est homologuée comme organisation de soins à domicile. Chaque Séjour en groupe est dirigé par deux infirmiers(ères) diplômé(e)s, qui peuvent assurer à tout moment les soins de base et les soins thérapeutiques avec professionnalisme. Nous proposons également des thérapies curatives et des techniques de mobilisation (kinesthétique, par exemple).

Tous les hôtes bénéficient d'une prise en charge individuelle et d'un accompagnement par des bénévoles. Certains bénévoles possèdent déjà des connaissances au niveau des soins, d'autres effectuent leur service civil ou sont issus d'une profession de soin. L'équipe compte aussi de nombreux non-spécialistes qui sont soutenus et guidés par les professionnels. Cette diversité requiert un certain degré de tolérance et de patience de chaque côté, mais assure en même temps une bonne ambiance et des échanges passionnants.

La prise en charge médicale est toujours assurée par un centre médical situé dans la région concernée.

Coûts

Même si les bénévoles travaillent gratuitement, les coûts des Séjours en groupe sont élevés. Les personnes atteintes de SEP paient CHF 400.– (membres de la Société SEP) ou CHF 500.– (non

membres de la Société SEP) par semaine pour les repas, l'hébergement et l'accompagnement. S'y ajoutent les dépenses pour les boissons, les excursions et les achats personnels. Les personnes doivent également organiser et payer elles-mêmes le trajet aller et retour. Si cette somme dépasse vos moyens, vous pouvez déposer une demande de prise en charge des coûts. Contactez l'Infoline SEP:

Infoline SEP
0844 737 463
Lu – ve de 9h00 à 13h00

Inscription

Les inscriptions sont ouvertes à toutes les personnes atteintes de SEP nécessitant des soins et souhaitant passer du temps avec des gens dans la même situation. La Société SEP publie chaque année les dates des prochains Séjours en groupe à l'automne, dans le magazine FORTE et sur son site [Internet](#). Vous pouvez remplir le formulaire d'inscription en ligne ou vous pouvez également l'imprimer.

Vous pouvez également l'imprimer ou le commander avec le talon du magazine FORTE, par téléphone ou par écrit, puis le remplir. Veillez simplement à bien renvoyer votre formulaire avant la clôture des inscriptions.

Semaines de rencontre

Les semaines de rencontre constituent une alternative appréciée des personnes atteintes de SEP qui n'ont pas besoin de soins. Venez passer une semaine de vacances reposante et riche en expériences avec des personnes dans des situations similaires à la vôtre.

Renseignez-vous auprès du département Gestion des Congrès & Manifestations de la Société SEP:

Centre téléphonique: 021 614 80 80

E-mail: formations@sclerose-en-plaques.ch



Société suisse de la sclérose en plaques

Rue du Simplon 3 / 1006 Lausanne

Information: www.sclerose-en-plaques.ch / 021 614 80 80
info@sclerose-en-plaques.ch



La Société SEP n'accepte aucun soutien financier de l'industrie pharmaceutique. Nous vous remercions pour votre don !