



UMEN • Univers Montagne Esprit Nature

LOISIRS ADAPTÉS

SÉJOURS

PRINTEMPS • ÉTÉ

2026

Les séjours Loisirs Adaptés

Les séjours **Loisirs Adaptés** accueillent des **adultes en situation de handicap intellectuel et psychique**. Ils sont conçus pour stimuler et répondre à la curiosité de chacun dans un environnement sécurisant. Activités ludiques, découvertes, rencontres et vie ensemble favorisent l'épanouissement des participants.

Toute inscription est validée après une rencontre avec la personne intéressée et, si besoin, avec un référent éducatif ou un membre de la famille. Il est primordial pour nous de faire connaissance avant de s'engager. Afin de s'assurer que notre projet associatif correspond aux besoins et aux attentes de chaque participant.

5 (bonnes) RAISONS DE PARTIR AVEC U MEN

TRANQUILLITÉ

Une équipe d'animateurs·rices choisi·es, formé·es et informé·es des besoins du moment de chaque participant·e afin de s'adapter au mieux.

CONVIVIALITÉ

L'équipe veille à ce que les participant·es soient acteur·rices de leur séjour dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

SÉCURITÉ

Les sorties se déroulent en toute sécurité. Elles sont organisées et encadrées par une salariée et un nombre minimum d'animateurs·rices (1 pour 2 participant·es) conditionne la tenue du séjour.

VARIÉTÉ

La fréquence mensuelle des séjours permet de proposer un panel d'activités variées adapté aux saisons et des nouveautés régulières.

ÉQUILIBRE

Des repas composés d'ingrédients sélectionnés, en majorité bio, et confectionnés par tous. Les menus sont équilibrés, de saison et différents à chaque séjour.

LE CALENDRIER DES SÉJOURS

Les week-ends

Dates	Séjour	Destination	Tarif
Samedi 7 et dimanche 8 mars	Marche avec les ânes Balade nature guidée par Romain sur les chemins audois avec les ânes de <i>Loc d'ânes</i> .	Quillan (Aude)	2 jours 240 €
Du samedi 4 au lundi 6 avril	Activités équestres Un week-end riche : médiation équine, visite du musée des minéraux et des fossiles et chasse aux chocolats sur le <i>Sentier des Merveilles</i> .	Montredon-Labessonnié (Tarn)	3 jours 380 €
Du jeudi 14 au dimanche 17 mai	Auprès de nos arbres Immersion sensorielle lors de ce séjour au plus près de la nature : rencontre avec les ours, grimpe d'arbres et balade pieds nus.	Accous (Pyrénées-Atlantiques)	4 jours 500 €
Samedi 6 et dimanche 7 juin	Pêche en eau douce Initiation à la pêche à la canne à coup avec Clément et découverte de la faune aquatique.	Aspet (Haute-Garonne)	2 jours 240 €
Samedi 4 et dimanche 5 juillet	Xploria, voyage dans le passé Visite du parc forestier Xploria sur les traces des dinosaures et atelier fouilles paléontologiques.	Ercé (Ariège)	2 jours 240 €

Les séjours été

Dates	Séjour	Destination	Tarif
Du samedi 25 au vendredi 31 juillet	Inspiration nature Une semaine de vacances aux activités variées où la nature sera une belle source d'inspiration et de création.	Nauviale (Aveyron)	7 jours 940 €
Du lundi 10 au dimanche 16 août	Sur les traces des bergers Dans le Béarn, découverte du pastoralisme, de la magnifique vallée d'Ossau et de ses activités estivales.	Laruns (Pyrénées-Atlantiques)	7 jours 940 €

Les week-ends



MARCHE AVEC LES ÂNES (11)

Samedi 7 et dimanche 8 mars 2026

Immersion nature et médiation animale.

Direction l'Aude pour une rando avec nos copains les ânes de *Loc d'ânes*. Après le pansage des animaux, guidés par Romain, nous partirons sur les jolis sentiers pour profiter d'un bon bol de nature !



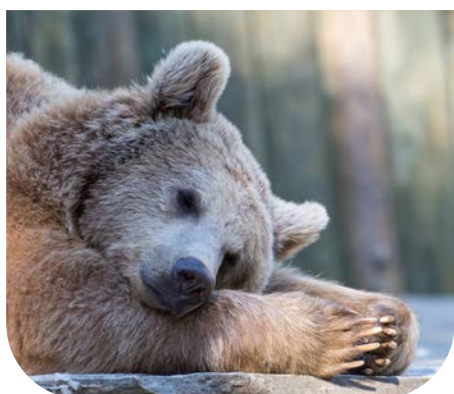
ACTIVITÉS ÉQUESTRES (81)

3
jours

Du samedi 4 au lundi 6 avril 2026

Médiation équine, géologie et surprises en chocolat...

Nous retrouverons les chevaux de l'association *Equi.libre* pour une séance de médiation puis nous découvrirons une étonnante collection de fossiles et de minéraux. Nous cheminerons aussi entre les pierres de granit du Sidobre à la recherche d'un autre type de curiosités... en chocolat !



AUPRÈS DE NOS ARBRES (64)

4
jours

Du jeudi 14 au dimanche 17 mai 2026

... vivons heureux.

Pendant ce séjour en vallée d'Aspe, la nature sera un véritable stimulant sensoriel : visite du refuge animalier *Parc'Ours*, grimpe et parcours dans les arbres avec Isa et balade sur le *sentier pieds nus*.



PÊCHE EN EAU DOUCE (31)

Samedi 6 et dimanche 7 juin 2026

La vie aquatique

Au bord du lac, Clément nous initiera à la pêche, au maniement de la canne au coup et nous fera découvrir la faune aquatique. La vie des poissons d'eau douce n'aura plus de secret pour nous.



XPLORIA, VOYAGE DANS LE PASSÉ (09)

Samedi 4 et dimanche 5 juillet 2026

La forêt qui nous fait remonter le temps

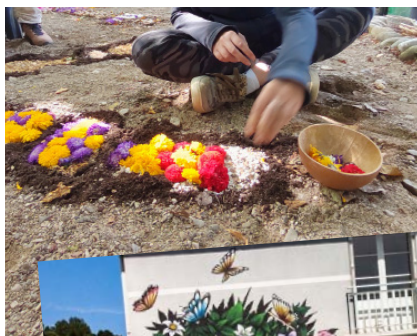
Direction l'Ariège pour un week-end qui nous emmènera jusqu'à la préhistoire. Nous visiterons le parc Xploria pour découvrir l'évolution des espèces naturelles et nous pourrons jouer aux apprentis archéologues lors d'un atelier de fouilles paléontologiques.

Envie de participer à cette joyeuse aventure humaine ?

Devenez animateur·rice bénévole !

Rendez-vous en **page 7** du programme pour en savoir plus.

LES SÉJOURS ÉTÉ



INSPIRATION NATURE (12)

Du samedi 25 au vendredi 31 juillet 2026

Direction l'Aveyron pour un séjour estival aux accents créatifs et artistiques.

Les activités seront sélectionnées parmi un éventail de possibilités : parcours street art à Decazeville, baignades, collecte d'éléments naturels, land art, atelier confiture, marché local, créations artistiques végétales, guinguette, etc.



l'hébergement



Gîte de groupe « La Grange » à Nauviale (12)

Au cœur de la campagne aveyronnaise, nous logerons dans cette ancienne grange réhabilitée. Elle réunit les meilleures conditions d'accueil : chambres avec sanitaires privatifs, salle de jeux, grande salle à manger, terrasse et terrain extérieur.



SUR LES TRACES DES BERGERS (64)

Du lundi 10 au dimanche 16 août 2026

En pays béarnais, à la faveur de la fraîcheur de la montagne, nous découvrirons la vallée d'Ossau et ses activités pastorales.

Une foule d'activités à piocher sur place : baignade, train d'Artouste, découverte des lacs, marchés locaux, guinguette, visite de ferme, dégustation de fromage, etc.



l'hébergement



Gîte de groupe « Pont de Camps » à Laruns (64)

Un gîte niché au cœur de la vallée d'Ossau et entièrement accessible doté de différents espaces conviviaux. Tout a été pensé pour que nos vacances soient sereines et reposantes avec une belle perspective sur les sommets des Pyrénées béarnaises.



SAUTEZ LE PAS !

Devenez animateur volontaire

Votre mission, si vous l'acceptez...

Faire de chaque séjour un moment de plaisir et de détente pour les participant·es mais aussi pour vous-même. Apprendre, avec les autres et avec nos différences.

Animer la vie de groupe, à la fois en temps d'activités programmées et en temps de vie quotidienne.

À chaque séjour (de 2 à 7 jours), l'équipe accompagne 8 à 10 participant·e·s. Le ratio d'encadrement est de 1 animateur·rice pour 2 à 3 participant·e·s.

Vous avez le permis B et êtes à l'aise pour conduire un minibus ? C'est un plus.

Pour postuler, envoyez-nous votre CV et présentez nous vos motivations par mail à contact@umen.fr

Concrètement, comment ça se passe ?

1

VOUS N'ÊTES JAMAIS SEUL·E

Vous faites partie d'une équipe d'animateur·rice·s. La référente est là pour vous épauler, vous conseiller et prendre le relais en cas de besoin.

2

LA BONNE HUMEUR EN LEITMOTIV

Vacancier·e·s et animateur·rice·s, profitent de l'instant et s'amusent. Chaque séjour est l'occasion d'une rencontre privilégiée hors du contexte institutionnel.

3

VOUS ÊTES FORMÉ·E ET INFORMÉ·E

Vous êtes sensibilisé·e aux besoins des participant·e·s et briefé·e sur l'organisation logistique. Un temps d'échange en équipe a lieu chaque soir.

4

SANS ENGAGEMENT

Vous êtes libre de participer aux séjours de votre choix, selon vos disponibilités.



Comment s'inscrire ?

- 1** **Contactez nous par mail pour vous préinscrire** à la ou les sorties de votre choix.
Avant toute première participation, une rencontre préalable est indispensable pour vous connaître et évaluer notre capacité à vous accueillir.
- 2** **Adhérez à UMEN** via votre **ESPACE ADHÉRENT** sur www.umen.fr et acquittez-vous de votre cotisation. L'adhésion est le point d'entrée à toute inscription.
Remplissez votre dossier médico-social afin de nous permettre d'évaluer vos capacités à intégrer le séjour sélectionné.
- 3** **Lisez** attentivement les **CONDITIONS GÉNÉRALES** sur www.umen.fr et acceptez-les lors de votre adhésion en ligne.
- 4** Lorsque votre adhésion est finalisée, nous vous enverrons un **mail de confirmation d'inscription** avec les informations et différentes étapes à suivre (paiement, départ, etc.)

Plus d'infos sur www.umen.fr

Les avantages adhérents

pour s'équiper, sur présentation de votre carte adhérent :



AU VIEUX CAMPEUR (Labège) :
15% de remise sur l'ensemble du magasin.



À CHULLANKA (Portet/Garonne) :
20% de remise sur le rayon montagne 10% sur le rayon cycle.

contact@umen.fr

www.umen.fr

05 62 24 18 18

UMEN - Univers Montagne Esprit Nature
Ateliers 31 - 28 rue Hermès - 31520 RAMONVILLE-ST-AGNE

UMEN est immatriculé au registre des opérateurs de voyages et de séjours sous le n°IM031160001

Agrément VAO n° R76-2024-05-23-00006

UMEN est affiliée à la Fédération Française du Sport Adapté (FFSA)

UMEN bénéficie d'un agrément VAO (vacances adaptées organisées)