

Catalogue 2023-2024

Séjours

Week-ends

Activités régulières

Sorties

Loisirs

www.cemavi38.fr

Sommaire



Informations pratiques	3
Les engagements CEMAVI 3	4
Séjours adaptés	5
Week-ends	10
Activités sportives régulières	12
Événements	17
Loisirs & culture	21



Retrouvez toute l'actualité de
CEMAVI en ligne

sur le site internet
www.cemavi38.fr

et sur la page Facebook
www.facebook.fr/associationcemavi

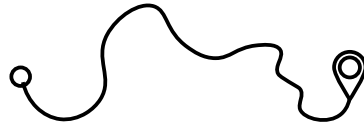


Contactez-nous !

Par voie postale :
Le Clos Saint Hubert
38700 CORENC

Par mail :
association.cemavi@gmail.com

Informations pratiques



Qui peut participer ?

Depuis 2016, l'association CEMAVI organise des activités régulières, des sorties, des séjours, des week-ends et des événements pour les jeunes en situation de handicap, en particulier intellectuel et psychique.

CEMAVI étudie chaque cas et s'efforce d'accueillir un maximum de participants dans ses différentes activités et séjours, dans la limite de ses ressources humaines, matérielles et financières.

Comment s'inscrire ?

Pour réserver une activité ou un séjour, il est indispensable :

- d'adhérer à l'association (cotisation annuelle : 30 €) qui souscrita en plus une licence à la Fédération Française de Sport Adapté (48 €/adulte et 39 €/jeune) ;
- de s'inscrire auprès de l'association et de verser l'acompte correspondant à l'activité.

Les réservations doivent être effectuées prioritairement en ligne, sur le site de l'association <https://cemavi38.fr>. A titre exceptionnel, elles peuvent être réalisées grâce à une fiche de réservation et à un paiement par chèque ou par virement bancaire.

Comment lire ce catalogue ?

Un code couleur permet d'identifier du premier coup d'œil les différents types d'activités :



Comment les activités et les séjours sont-ils encadrés ?

Soucieuse de la qualité de l'accompagnement proposé à ses adhérents et à leurs familles, CEMAVI déploie un dispositif d'encadrement qualitatif : des enseignants diplômés en Activités Physiques Adaptées et Santé (APAS) et des moniteurs fédéraux ou titulaires d'un diplôme reconnu (brevet d'état, etc.) assurent l'encadrement des activités. Ils sont régulièrement secondés par des bénévoles formés.

L'association est sociétaire de la MAIF et bénéficie des services de MAIF Assistance. Elle est également affiliée à la Fédération Française de Sport Adapté et à la Fédération Française de Ski, ce qui garantit une assurance spécifique.

Le programme détaillé dans ces pages peut être soumis à modifications en cas de force majeure, de conditions météorologiques défavorables ou d'événements extérieurs ne relevant pas de la responsabilité de l'association.

Les engagements CEMAVI



1. Contribuer à l'insertion sociale et à l'épanouissement des personnes en situation de handicap.
2. Proposer des activités sportives, culturelles et de loisirs adaptées et à des tarifs accessibles.
3. Adapter le matériel et les conditions de pratique aux différents handicaps et individualiser au maximum l'encadrement.
4. Garantir un encadrement qualitatif et des conditions de sécurité optimales grâce à des enseignants et moniteurs diplômés.
5. Déployer un esprit collectif et favoriser l'acquisition de savoir-être et l'apprentissage de la vie en groupe.
5. Ecouter attentivement l'entourage du jeune en situation de handicap afin de bien comprendre les attentes, demandes et inquiétudes.
6. Innover, oser et imaginer sans cesse de nouvelles activités adaptées.

Edité en début de saison 2023-2024, ce catalogue recense les activités, séjours, sorties et événements planifiés au jour de sa conception. Le programme est toutefois susceptible de s'enrichir en cours d'année. Pour connaître toutes les activités proposées par l'association, consultez régulièrement son site internet et sa page Facebook !




<https://cemavi38.fr>




www.facebook.fr/associationcemavi

VACANCES D'HIVER

Neige et fiesta

 Du 30/12/23 au 06/01/24

 Les Contamines-Montjoie

 Effectifs : 14 participants
3 encadrants

Une fin d'année sportive et festive dans l'écrin d'un chalet luxueux, confortable et chaleureux, doté d'un sauna avec vue sur les montagnes.

Des activités au choix grâce à deux groupes : soit priorité au ski alpin, soit à des loisirs de neige (raquettes, luge...).

Une inoubliable soirée du Nouvel An avec cotillons et repas de fête.

Un encadrement compétent avec des moniteurs diplômés APAS et un moniteur fédéral de ski adapté.

Un prix tout doux incluant l'hébergement, la restauration et les forfaits de ski. Le matériel de ski (skis, bâtons, chaussures et casque) peut être loué à l'année pour 100 €.



7
jours

820 €

VACANCES D'HIVER

Neige à la folie

📅 Du 17/02/24 au 24/02/24

📍 Les Contamines-Montjoie

👥 Effectifs : 14 participants
3 encadrants

Un séjour 100 % neige au pays du Mont Blanc et avec un logement tout confort à deux pas des pistes : un vaste chalet de 360 m² avec jacuzzi et sauna !

Deux groupes pour s'adapter à toutes les envies et tous les niveaux : un groupe dédié au ski alpin, un autre à divers loisirs de neige (raquettes, luge...).

Un encadrement compétent avec un moniteur diplômé APAS et deux moniteurs fédéraux de ski.

Les sports d'hiver accessibles à tous grâce à un tarif tout inclus (hébergement, restauration et forfaits). Le matériel de ski (skis, bâtons, chaussures et casque) peut être loué à l'année pour 100 €.



7
jours

780 €

VACANCES DE PRINTEMPS

Croisière

📅 Du 21/04/24 au 28/04/24

📍 Mer Méditerranée

👥 Effectifs : 12 participants
3 encadrants

Une expérience exceptionnelle à bord d'un véritable bateau de croisière !

Une découverte touristique avec un départ de Venise et des visites différentes à chaque escale (Italie, Croatie, Grèce).

Un séjour sportif avec deux sessions quotidiennes d'une heure en salle de fitness à bord du bateau, encadrées par un moniteur diplômé.

Un encadrement compétent avec des moniteurs diplômés APAS assistés de bénévoles.



7
jours

800 €

VACANCES D'ETE

Summer camp

📅 Eté 2024

📍 Argelès-sur-Mer

👥 Effectifs : 14 participants
3 encadrants

Des vacances d'été placée sous le signe de la détente, des loisirs et du fun !

Un séjour multi-activités : Lunaparc, balades, baignade, bouée tractée...

Un hébergement en camping 5 étoiles avec des activités (tir à l'arc, pétanque, aquabike, relaxation, jeux aquatiques...) et des animations quotidiennes, notamment des soirées festives (concerts, magie...).

Un encadrement compétent avec des moniteurs diplômés APAS.

3 semaines au choix :
- Du 21 au 26 juillet
- Du 28 juillet au 02 août
- Du 04 au 09 août

Possibilité d'enchaîner deux semaines consécutives et de rester du 2 au 4/08 au camping moyennant un supplément de 150 €.



6
jours

650 €

VACANCES D'ETE

Passion Verdon

📅 Août 2024

📍 Gorges du Verdon

👥 Effectifs : 14 participants
3 encadrants

Une semaine de vacances dans le plus grand canyon d'Europe pour profiter d'un environnement naturel exceptionnel !

Une belle diversité d'activités : baignade, balades, kayak, accrobranche...

Un encadrement compétent avec des moniteurs diplômés APAS.

Un hébergement en mobil home dans un camping, des restaurants sympas et des activités tous les jours pour un tarif défiant toute concurrence !

2 semaines au choix :

- du 11/08 au 17/08

- du 18/08 au 24/08

Possibilité d'enchaîner deux semaines consécutives et de rester les 17 et 18/08 au camping moyennant un supplément de 75 €.



7
jours

690 €

WEEK-END TOURISME

L'été indien

📅 Du 20/10/23 au 22/10/23

📍 Marseille

👥 Effectifs : 7 participants
2 encadrants

Une escapade au soleil, au bord de la mer Méditerranée, pour profiter des dernières chaleurs à Marseille !

Un week-end de tourisme avec la visite de Notre Dame de la Garde, de la cathédrale de la Major, des calanques, du vieux port, du château d'If, du parc Borély, des plages ou encore de l'Estaque.

Un encadrement compétent avec des moniteurs diplômés APAS.

Un tarif accessible incluant le logement en Airbnb, la restauration, le trajet en minibus et les visites.



2,5
jours

290 €

WEEK-END TOURISME

Féerie de Noël

📅 Du 01/12/23 au 03/12/23

📍 Strasbourg

👥 Effectifs : 7 participants
2 encadrants

Une plongée dans la féerie des fêtes de fin d'année au cœur de la ville de Strasbourg, célèbre pour son marché de Noël.

Deux jours de visites avec le parc de l'Orangerie, le parc de l'Etoile, la serre tropicale ou encore le palais du Rhin, et surtout une déambulation magique dans les allées du marché de Noël.

Un encadrement compétent avec deux moniteurs diplômés APAS.

Un tarif unique incluant le logement en Airbnb, la restauration et le trajet en minibus.



2,5
jours


310 €

ACTIVITES SPORTIVES REGULIERES

Préparation physique

 Mardi et vendredi de 17h15 à 19h

 Corenc

 Effectifs : 5 participants
1 encadrant

Des séances de préparation physique générale tout au long de l'année pour être au top de sa forme dans toutes les activités sportives !

Un groupe restreint encadré par un moniteur diplômé APAS spécialiste du renforcement musculaire pour mieux individualiser le suivi.

Une salle dédiée à l'activité pour un entraînement plus convivial et plus efficace.

Une prise en charge à Carrefour Meylan le mardi et le vendredi à 17h15 pour se rendre à la salle de sport à Corenc, puis une séance d'1h15 et un retour à Carrefour Meylan à 19h.



A l'année

250 €

1 séance/sem.

350 €

2 séances/sem.

ACTIVITES SPORTIVES REGULIERES

Multi-activités

 Mercredi après-midi

 Variable

 Effectifs : variables

Chaque mercredi après-midi, sauf pendant la saison de ski (janvier, février et mars), des activités sportives et des loisirs pour s'aérer, s'amuser et découvrir de nouveaux horizons.

Des activités variées qui changent selon la saison, la météo, l'encadrant... et les envies ! Randonnée pédestre, tennis de table, pétanque...

Un encadrement compétent avec un moniteur diplômé APAS.

De 14h à 17h30 avec un départ et un retour à Carrefour Meylan.



A l'année
sauf de janvier à mars

200 €
(21 sorties)

ACTIVITES SPORTIVES REGULIERES

Ski alpin

 Janvier-février-mars 2024

 Chamrousse

 Effectifs : variables



L'activité phare de CEMAVI depuis la création de l'association et la discipline qui rapporte une belle moisson de médailles aux championnats de France chaque année.

2 types de pratique :

- Ski loisirs : sorties à la demi-journée chaque mercredi après-midi et/ou chaque samedi après-midi ;
- Ski compétition : sorties à la journée chaque mercredi et chaque samedi.

Un encadrement compétent avec des moniteurs diplômés APAS et des moniteurs fédéraux de ski.

Un prix incluant le transport jusqu'à Chamrousse, les forfaits et le matériel (skis, bâtons, chaussures).



COMPETITION

450 €
pour 9 sorties

700 €
pour 18 sorties

LOISIRS

360 €
pour 9 sorties

ACTIVITES SPORTIVES REGULIERES

Équitation

 Calendrier en cours

 Haras de la région grenobloise

 Effectifs : variables



Monter à cheval toute l'année ou à l'occasion de journées de découverte, c'est possible grâce à CEMAVI !
L'association oriente ses adhérents vers des centres équestres adaptés et contribue financièrement à la participation à différents événements.

L'équitation en mode initiation, loisirs ou compétition pour se faire plaisir à cheval et nouer des relations privilégiées et apaisantes avec l'animal.

Des séances qui se déroulent dans différents haras de la région.

Pour les cavaliers avides de compétition, les entraînements visent à préparer des challenges et les championnats de France d'équitation adaptée.




**Tarif
variable**

ACTIVITES SPORTIVES REGULIERES

Tennis & autisme

 Chaque lundi de 15h à 17h

 Saint-Martin-d'Hères

 Effectifs : 5 participants
2 encadrants

Un projet ambitieux lancé au cours de la saison 2022-2023 qui rencontre un vrai succès : un partenariat réussi s'est créé entre le club de tennis de Saint-Martin-d'Hères (ESSM) et CEMAVI pour permettre à de jeunes autistes de jouer au tennis.

Une activité sportive particulièrement adaptée aux troubles du spectre autistique (sport individuel, silence, gestuelle...).

Un créneau d'entraînement hebdomadaire avec la présence d'un coach professionnel de tennis et d'un bénévole de l'association.

Un prix imbattable grâce au soutien de plusieurs partenaires privés et publics.




A l'année

100 €

1 séance/sem.

EVENEMENT

Équi-découverte

 28/10/2023

 Montagnieu

 Effectifs : 14 participants

Une journée découverte de l'équitation aux écuries du Manège Enchanté de Montagnieu, dans le Nord-Isère, pour s'immerger dans l'univers du cheval et essayer de monter en toute sécurité.

Au programme : découverte des écuries, apprentissage des soins essentiels, approche des chevaux, initiation à l'équitation grâce à des chevaux calmes...

Une parenthèse pleine de sensibilité et une vraie équithérapie, le temps de quelques heures hors du monde !



12 €

EVENEMENT

Asparun

Organisé par l'ASPA Running Meylan

 Mars 2024

 Meylan

 Effectifs : 1500 participants

L'événement running solidaire incontournable de l'agglomération grenobloise !

Avec 1500 participants, l'Asparun a battu son record d'affluence en 2023. Organisée par l'ASPA Running Meylan, l'Asparun désigne tous les deux ans une association qu'elle s'engage à soutenir financièrement en reversant une partie des fonds collectés pendant la manifestation. CEMAVI a été choisie pour les éditions 2023 et 2024.

Vitrine exceptionnelle pour faire connaître CEMAVI et recueillir des fonds, l'Asparun nécessite la mobilisation de bénévoles issus de l'association et de personnes en situation de handicap prêtes à participer à l'une des courses et marches au programme.



Gratuit

EVENEMENT

Apathlon

 Printemps 2024

 Rives

 Effectifs : 80 participants

Un concept innovant créé par CEMAVI : un challenge multisports par équipes handi-valides où chacun défend les couleurs de sa team dans une ambiance solidaire, conviviale et bienveillante.

Un événement qui fait la part belle à l'inclusion et à la sensibilisation grâce au mélange entre jeunes en situation de handicap et collégiens.

Des épreuves ludiques avec, par exemple, du rugby fauteuil, du biathlon avec tir à la carabine laser et fat trot', du judo ou encore du gyropode.

Un événement totalement gratuit qui se déroule dans les rues de Rives, à seulement 30 minutes de Grenoble.



Gratuit

EVENEMENT

Journée handikart

 Printemps 2024

 Crolles ou Valence

 Effectifs : 50 à 80 participants

Deux à trois fois par an, CEMAVI organise une journée handikart destinée à faire découvrir le sport automobile aux personnes en situation de handicap.

Sur la piste de Crolles ou de Valence, des karts biplaces et monoplaces mis à la disposition des participants pour goûter au plaisir du pilotage.

Une journée conviviale avec 1 à 3 séries de 10 minutes de pilotage par participant et un repas convivial.

Un événement gratuit pour rendre accessible le karting au plus grand nombre !



Gratuit

Ce soir, on sort !

 Chaque dernier vendredi du mois

 Agglomération de Grenoble

 Effectifs : 7 participants
1 encadrant

Parce qu'il n'y a pas que le sport dans la vie et que les jeunes (et les moins jeunes !) en situation de handicap ont aussi envie et besoin de sortir et de se divertir, une soirée par mois est consacrée à :


- un restaurant sympa,
- une session ludique à chaque fois différente : bowling, kart indoor, escape game, laser game...

Des sorties toujours pleines de bonne humeur et encadrées par un moniteur diplômé APAS.



25 €
la sortie

M. Pokora en concert

 16/11/23

 Palais des Sports de Grenoble

 Effectifs : 8 participants
1 encadrant

L'idole de nombreux jeunes se produit enfin à Grenoble et CEMAVI sera de la partie !

Une place dans le Carré Or du Palais des Sports pour être aux premières loges d'un spectacle qui s'annonce grandiose.

Une opportunité exceptionnelle d'assister au concert d'un artiste qui remplit les plus grandes salles de France !



89 €

Slimane en concert

 24/02/2024

 Summun de Grenoble

 Effectifs : 8 participants
1 encadrant

L'ancien vainqueur de The Voice continue sa carrière fulgurante et revient se produire à Grenoble après son concert avec Vitaa en 2022.

Un spectacle à fleur de peau, tout en émotions, mais aussi en couleurs et en énergie pour cette nouvelle tournée !

Une soirée inoubliable en perspective pour tous les fans !



49 €



**Retrouvez toute l'actualité de CEMAVI
en ligne**

**sur le site internet
<https://cemavi38.fr>**

**et sur la page Facebook
www.facebook.fr/associationcemavi**



**Par voie postale :
Le Clos Saint Hubert
38700 CORENC**

**Par mail :
association.cemavi@gmail.com**