

20<sup>22</sup>/<sub>23</sub>



# Séjours Bleus Vacances Aînés



**Retraités et pensionnés,  
il n'y a pas d'âge  
pour partir en vacances.**

*à chacun son rythme !*

## Inscrivez-vous dès maintenant

N'hésitez plus, contactez vos antennes de proximité, votre SLVie ou votre CMCAS.

Vos interlocuteurs en proximité sont à votre écoute. Ils sauront vous proposer des séjours selon vos souhaits et votre situation. Ils procéderont à votre inscription.

Retrouvez tous les descriptifs de vos destinations de vacances dans **LES CATALOGUES VACANCES** CCAS, auprès de **VOS INTERLOCUTEURS PRIVILÉGIÉS** ou sur **CCAS.FR** espace [Vacances et séjours / À mon rythme / Séjours Bleus](#) et [Vacances Aînés](#)

Votre séjour en fonction de vos besoins :

**les séjours Bleus** : du 25 novembre 2022 au 9 avril 2023,

**les vacances Aînés** : toute l'année à l'exception des vacances scolaires de février et d'été.

Au regard du contexte sanitaire, les dates d'ouverture des villages vacances sont fluctuantes à l'intérieur des dates de campagne.

Il est important de contacter votre SLVie ou la CMCAS pour en connaître les modalités.

*à très bientôt sur  
nos villages vacances !*



**Les séjours Bleus et les vacances Aînés proposés aux bénéficiaires ouvrants droit et ayants droit pensionnés visent à favoriser le lien social.**

**Pour les aînés, un accompagnement peut être prévu pour certains actes de la vie quotidienne durant les vacances.**

Les séjours sélectionnés par la CCAS et vos CMCAS **bénéficient d'un cadre idéal**, sur le littoral ou en pleine nature.

- Six lieux propices au calme et à la sérénité où l'accueil et la convivialité prédominent, mais qui permettent aussi des échanges intergénérationnels avec les autres vacanciers.
- Au rythme des saisons, nos équipes vous proposeront des balades découverte et des ateliers bien-être, sophrologie, gymnastique douce, cuisine, peinture, poterie, diététique, équilibre, mémoire...
- Des rencontres culturelles agrémenteront votre séjour selon la période.
- En pension complète, les équipes vous feront déguster les produits du terroir de nos belles régions.

Dans un cadre rassurant et confortable, nous vous accueillons en chambre avec la prise en charge de la restauration.

Les Activités Sociales de l'énergie vous proposent **deux types** de séjours. Selon votre âge, votre état de santé, vos besoins ne sont pas les mêmes.

### **LES SÉJOURS BLEUS**

sont destinés à des personnes autonomes mais présentant un isolement social.

**LES VACANCES AÎNÉS** (séjours non médicalisés) permettent de partir en sachant que les aides à la vie quotidienne pendant les vacances seront possibles : aide à la toilette, à l'habillage, accompagnement pour la prise et le suivi de traitement, etc. Si vous êtes accompagné (ce que nous vous conseillons fortement) votre accompagnant, même extérieur aux Activités Sociales, pourra passer des vacances avec vous et au même tarif que vous. Les CMCAS vous guideront pour construire vos vacances et vous aideront à mettre en place l'organisation nécessaire au bon déroulement de votre séjour (possibilité de convoyage, etc.).

Les animaux ne sont pas autorisés sur nos villages vacances.

# Des séjours vitaminés et des découvertes

La côte  
d'Iroise

La côte  
d'opale

La côte de  
Lumière

La lumière du Nord  
et ses ciels changeants

## La côte d'opale

Pas-de-Calais - **Merlimont**  
du 5 mars au 9 avril 2023

- Son vaste massif dunaire est considéré comme l'un des plus beaux de France !
- Les colonies de phoques dans la Baie d'Authie, l'une des dernières baies à l'état naturel en Europe.
- Le Grand Site des Deux Caps, Blanc-Nez et Gris-Nez.

♥ **Boulogne-sur-Mer et son aquarium, Nausicaá, l'un des plus grands d'Europe.**



Les pieds dans l'eau

## 📍 La côte d'Iroise

Finistère - **Morgat**

du 23 décembre 2022 au 2 janvier 2023

• Un hôtel du XIX<sup>e</sup> siècle en plein centre de Morgat au bord d'une grande plage de sable fin protégée des vents d'ouest • Un ancien petit port sardinier de la baie de Douarnenez, proche de l'île Vierge, le joyau de la presqu'île de Crozon pour des balades entre landes et bruyères • Le parc naturel marin d'Iroise.

♥ Les grottes marines roses et rouges.



En plein centre ville

## 📍 La côte de Lumière

Vendée - **Les Sables-d'Olonne**

du 16 décembre 2022 au 5 mars 2023

• La gare et les commerces à proximité • Des ruelles qui mènent à la grande plage des Sables-d'Olonne • Des marais où migrent des milliers d'oiseaux, des salines... • La Chaume, le quartier historique des pêcheurs, son port de pêche et sa criée.

♥ *L'île Penotte* et ses façades ornées de mosaïques et coquillages.

# Des séjours vitaminés et des découvertes



La petite Californie

## La côte Basque

Pyrénées-Atlantiques - **Anglet**  
du 19 décembre 2022 au 19 mars  
2023  
et du 2 au 9 avril 2023

- Une destination vivifiante avec ses plages de dunes qui bordent l'océan Atlantique
- La forêt de pins de Chiberta pour des balades nature et découverte
- Le parc écologique Izadia, les villes de Biarritz et de Bayonne.

 Les grottes de Sare.





Les voies vertes du canal du Midi



Sur la route des Vins

## La côte d'Améthyste

Hérault - **Cap d'Agde**

du 3 février au 9 avril 2023

- Tout respire la nature avec ses voies vertes pour rejoindre la cité d'Agde, le Grau d'Agde...
- La Réserve naturelle nationale des Bagnas et ses étangs constitués d'un chapelet de lagunes
- Proche de Sète et de l'étang de Thau.

♥ La plage à 500 m,  
le musée Brassens à Sète.

## En Alsace

Haut-Rhin - **Kaysersberg**

du 25 novembre 2022 au 2 avril 2023

- Entouré de forêts, le village vacances domine la cité médiévale et ses ruelles pavées
- Une vue imprenable sur les vergers et les vignobles pour découvrir l'Alsace
- L'Allemagne et la Suisse sont toutes proches
- Le château du Haut-Koenigsbourg.

♥ La Cité de l'Automobile  
à Mulhouse.

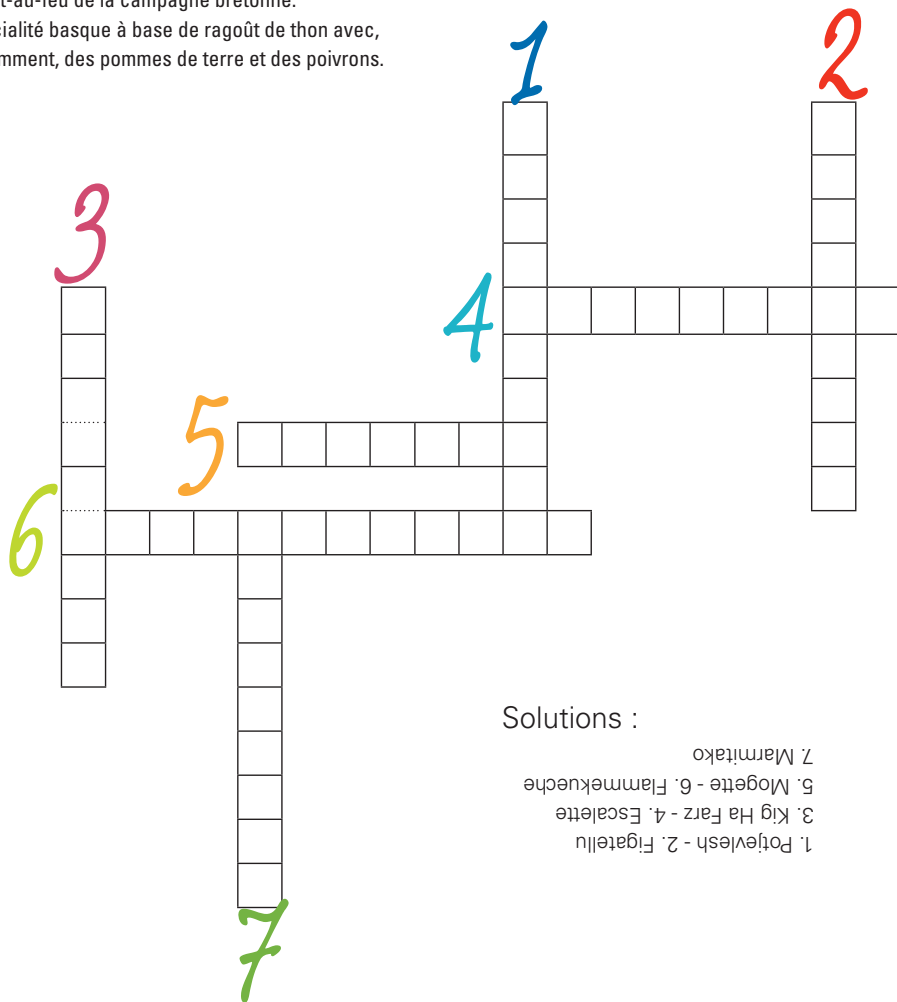
# Retrouvez vos prochaines gourmandises dans cette grille de mots croisés

## Vertical

1. Ce plat flamand est une terrine composée de plusieurs viandes blanches qui cuisent ensemble. Elle est ensuite mise en gelée et servie froide.
2. Charcuterie corse composée d'une saucisse sèche à base de viande, de foie gras et d'épices.
3. Spécialité bretonne à base de viande considéré comme le pot-au-feu de la campagne bretonne.
7. Spécialité basque à base de ragoût de thon avec, notamment, des pommes de terre et des poivrons.

## Horizontal

4. Désigne "La gaufre Languedocienne", un biscuit savoureux au goût discret de citron.
5. Originaire de Vendée, il s'agit d'un haricot blanc sec ou demi-sec parfois également nommé haricot coco.
6. Aussi appelée la tarte flambée en Alsace



Solutions :

1. Potjevleesh - 2. Figatellu
3. Kig Ha Farz - 4. Escalotte
5. Mogette - 6. Flammekueche
7. Marmitako