

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 de réhabilitation psychosociale. Il 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.



ROMORANTIN-LANTHENAY (LOIR-ET-CHER)

Romorantin-Lanthenay, capitale de la Sologne, est située au cœur d'un territoire naturel préservé, caractérisé par ses vastes forêts, ses étangs et la richesse de son patrimoine. A proximité des célèbres châteaux du Val de Loire, la région offre un cadre privilégié pour la pratique d'activités physiques en pleine nature et la découverte culturelle. La Sologne vous invite à une parenthèse unique !



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 2 AU 7 NOVEMBRE 2026

**ROMORANTIN-LANTHENAY
(LOIRE-ET-CHER)**

À la découverte de la randonnée
pédestre !





Objectifs du séjour



- Favoriser la santé physique dans un cadre de rassurant et sécurisant
Encourager
- Favoriser la socialisation et renforcer les liens au sein du groupe
- Développer la confiance en soi et l'autonomie
- Découvrir le patrimoine naturel et culturel de la région
- Favoriser le bien-être et la détente pour soutenir le rétablissement

Bénéfices attendus



- La pratique d'activités physiques et sportives en espaces verts naturels peut contribuer à l'amélioration de la santé physique et mentale
- Réduction du stress et de la fatigue mentale, amélioration de l'humeur et du sentiment de bien-être, rupture avec l'environnement institutionnel et les habitudes du quotidien...

Informations sur le séjour



- **Coût:** 300€ par personne
- **Organisation:** les activités proposées se dérouleront sous la responsabilité des membres organisateurs de l'association Sport en Tête. Le karting est une option la responsabilité des accompagnants des établissements gratuite et se déroulera sous
- **Hébergement:** le séjour se déroulera au centre Éthic Étapes Jean Monnet, un convivial, idéalement situé pour partir à la découverte de la Sologne et de ses hébergement collectif environs. La répartition en chambres de 2 à 3 personnes sera faite par les organisateurs en tenant compte des besoins spécifiques des participants

www.ethicetapes-sologne

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

Une semaine pour prendre soin de soi, partager, découvrir, bouger et se ressourcer dans un cadre naturel et culturel exceptionnel !

Activités proposées

- Randonnées pédestres
- Karting
- Visite du château de Chambord
- Visite de l'Espace automobiles Matra

Programme du séjour



Lundi 2 novembre



Arrivée dans la journée, installation à l'hébergement et pot d'accueil

Mardi 3 novembre



Matin: randonnée pédestre
Après-midi: karting

Mercredi 4 novembre



Matin: randonnée pédestre autour du château de Chambord
Après-midi: visite du château de Chambord

Jeudi 5 novembre



Journée: randonnée pédestre

Vendredi 6 novembre



Matin: randonnée pédestre
Après-midi: visite du musée Matra ou temps libre

Samedi 7 novembre



Petit-déjeuner et départ dans la matinée