

**Soggiorno Educazionale  
Riabilitativo Assistito**

**Invernale 2018**

**ALASSIO – Savona**

**Dal 10 al 24 Febbraio 2018**

**Presso HOTEL SPIAGGIA**



**I Baci...**



**Il Torrione Saraceno**

**La LOCALITA'**



**Il Budello e panorama**



**Il muretto**



**Il centro**



**Il molo**



**La passeggiata**

Alassio è nota per le bellezze naturali che la circondano e che ne fanno la meta ideale del golfo ligure. Da fiorente borgo di pescatori quale era un tempo, con la nascita del turismo internazionale d'élite, Alassio è diventato uno dei più eleganti centri della Riviera, circondato dal verde, dai fiori dei suoi giardini, dalle splendide ville nella prima collina e caratterizzato dai suoi quasi quattro chilometri di spiaggia di quarzo e calcare finissimo, che scende in mare dolcemente, quasi senza pendenza.

## L'Hotel SPIAGGIA è situato sul mare, con spazio esterno direttamente sul lungomare.

Hotel di 4 \* categoria

- Sala disponibile per attività di gruppo, bar interno, sala tv, palestra;
- Ascensore ai piani
- Camere con telefono, tv, bagno con doccia, balcone, cassaforte.



**Reception**



**Una camera**



**La sala da pranzo situata al 6° piano**

**Il trattamento è di pensione completa, comprende:**

- Pernottamento
- Colazione a buffet
- Pranzo a scelta tra tre primi, tre secondi, buffet di antipasti, verdure e dessert;
- Una cena di uguale consistenza;
- Bevande ¼ di vino della casa e ½ di acqua minerale ai pasti principali

**Dall'Hotel SPIAGGIA si possono raggiungere comodamente su strada pianeggiante:**

- Centro - chiesa-zona pedonale
- Lungomare 3 chilometri da poter percorrere a piedi e/o sedersi sulle panchine
- Farmacia a ca. 200mt
- Guardia medica – Centro Salute Alassio

## Le ATTIVITA' DEL SOGGIORNO

### MOMENTI RIABILITATIVI

- Sessione giornaliera di ginnastica respiratoria
- Stimolazione al movimento, aumentando quotidianamente, quando possibile, il percorso di cammino sotto stretto e specifico controllo individuale.
- Stimolazione cognitiva attraverso giochi di gruppo.

### MOMENTI EDUCAZIONALI

- **Il fisioterapista:**  
Spiegazione funzionamento del sistema respiratorio, fattori che portano al suo malfunzionamento.  
Cosa fare per migliorare l'efficienza respiratoria
- **L'infermiera:** Come riconoscere un aggravamento o ricaduta della malattia respiratoria  
Come intervenire/chi chiamare/cosa fare
- **Psicologa:** Laboratorio di benessere psicofisico

### ASSISTENZA

- L'assistenza sanitaria è garantita, durante i viaggi di andata e ritorno dalla presenza di personale sanitario. Sul posto l'equipe sanitaria preparerà le schede anamnestiche dei partecipanti, segnalando le eventuali problematiche e bisogni.
- L'infermiera farà da collegamento con i medici dell'associazione, le strutture sanitarie, il controllo delle terapie e l'eventuale primo soccorso.

### I costi del soggiorno a persona sono:

❖ **14 giorni, pensione completa, sistemazione in camera doppia € 700,00**

❖ **Supplemento camera singola € 280,00**

La partecipazione al soggiorno Educazionale Riabilitativo Assistito è riservato ai soci dell'Associazione AMOR, sia ossigenodipendenti che loro accompagnatori.

L'Associazione AMOR chiede un contributo di **€ 150,00** quale quota di partecipazione ai costi del soggiorno che sono:

- Viaggio A/R in bus attrezzato di pedana elettrica alza-persone
- Assicurazione
- Spese viaggio, alloggio personale presente (fisioterapista, infermiera, psicologa)



## **CONTATTI**

Per tutte le informazioni telefonare in segreteria **AMOR** al numero **02/66104061**  
nei giorni di lunedì, mercoledì e venerdì dalle ore 9 alle re 17

Oppure inviare una mail a: **[amor.associazione@libero.it](mailto:amor.associazione@libero.it)**

### ***Iscrizioni al soggiorno:***

**Le iscrizioni al soggiorno dovranno essere effettuate entro il  
giorno **8 Gennaio 2018**  
fino ad esaurimento delle camere a disposizione.**

***Al momento dell'iscrizione si dovrà versare un acconto,  
pari al 30% dell'importo totale del soggiorno,  
il saldo del soggiorno, versato entro il **15 febbraio 2018*****

***Affrettatevi, le camere a disposizione non sono tantissime,  
le camere singole limitate.***

***Vi aspettiamo per un piacevole soggiorno.***