

**Soggiorno Educazionale
Riabilitativo Assistito**

Invernale 2018

ALASSIO – Savona

Dal 9 al 23 Febbraio 2019

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.

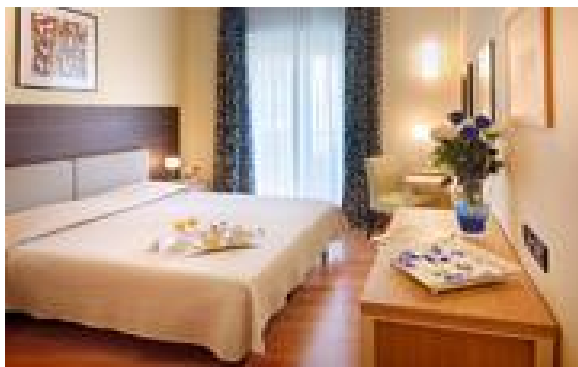
L'Hotel SPIAGGIA è situato sul mare, con spazio esterno direttamente sul lungomare.

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 $\frac{1}{4}$ di vino della casa e $\frac{1}{2}$ 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 con esercizi
Di rilassamento

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 € 728, 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**

Iscrizioni al soggiorno:

**Le iscrizioni al soggiorno dovranno essere effettuate entro il
Giorno **8 Gennaio 2019** successivamente
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 2019**

Affrettatevi, le camere a disposizione non sono tantissime,

Le camere singole limitate.

Vi aspettiamo per un piacevole soggiorno.