



Centrum Aktywnej Rehabilitacji, Fundacji Avalon, startuje z drugą edycją Avalon Camp dla osób dorosłych!

2024-03-14

Wiosna w Fundacji Avalon zbliża się wielkimi krokami oferując wyjątkowy wyjazd rehabilitacyjny na Mazurach. Udział w turnusie to okazja by złapać oddech, odpocząć, poznać nowe osoby a co najważniejsze skorzystać z bogatego wachlarza zajęć rehabilitacyjnych prowadzonych przez wykwalifikowanych i doświadczonych fizjoterapeutów Fundacji Avalon. Tegoroczna edycja Avalon Camp odbędzie się, w dniach 6-12 maja, w urokliwym ośrodku w Wilkasach, który położony jest nad brzegiem Jeziora Niegocin, będącym doskonałym miejscem do wypoczynku, regeneracji i spędzenia czasu w pięknych okolicznościach przyrody. Fundacja Avalon serdecznie zaprasza, osoby zainteresowane udziałem, do zapoznania się z ofertą oraz zapisów!

Sportowo i wesoło - rehabilitacja w fantastycznej atmosferze!

Avalon Camp, to druga edycja wydarzenia, które w ubiegłym roku okazało się prawdziwym sukcesem i rehabilitacyjnym strzałem w dziesiątkę, zyskując uznanie i popularność wśród jego uczestników. Tegoroczna edycja odbędzie się na Mazurach i będzie doskonałą okazją, by spędzić aktywnie czas, uczestnicząc w różnorodnych zajęciach sportowych oraz strefach relaksu. A będą to między innymi:

Stretching i zajęcia z jogi w strefie oddechu to zajęcia, które pomagają w poprawie elastyczności mięśni, zwiększeniu zakresu ruchu oraz redukcji napięcia i stresu.

Nordic Walking czyli nauka prawidłowej techniki chodzenia i doboru sprzętu to zajęcia, które wzmacniają mięśnie nóg, a także redukuje stres i poprawiają nastrój.

Zajęcia sportowe, w tym gry zespołowe (koszykówka, siatkówka, ping pong), które nie tylko rozwijają umiejętności sportowe i poprawiają sprawność fizyczną, ale także wspierają zdrową rywalizację, wzmacniają poczucie wspólnoty i zespołowości.

Warsztaty logopedyczne prowadzone przez neurologopedkę Fundacji Avalon- cykl spotkań, podczas których uczestnicy uczą się autoprezentacji, wystąpień publicznych oraz pracy nad dykcją. Zajęcia te rozwijają pewność siebie i umiejętność skutecznej komunikacji.

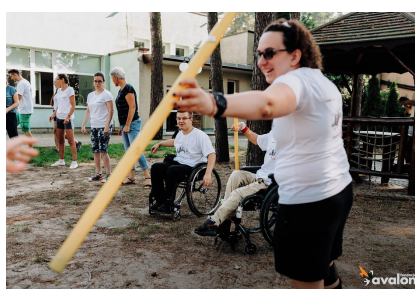
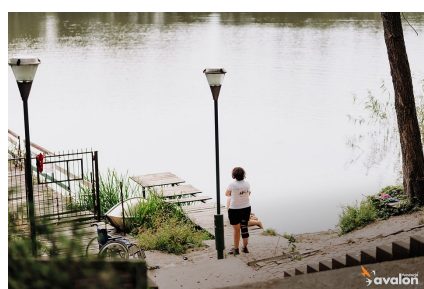
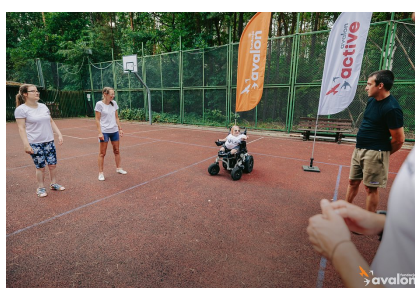
Wodne atrakcje oraz rejs jachtem żaglowym.

Warsztaty z autoprezentacji i wystąpień publicznych.

Wspólne wyjście na koncert muzyczny – czyli kulturalnie po mazursku.

Udział w Avalon Camp daje możliwość skorzystania z oryginalnej formy rehabilitacji. Zajęcia będą odbywać się w grupach, gwarantując wesołą zabawę oraz integrację wszystkich uczestników podczas aktywności fizycznych, niezależnie od rodzaju niepełnosprawności. Już dzisiaj serdecznie zapraszamy do zapisywania się, ponieważ miejsca rozchodzą się bardzo szybko!

mówi Martyna Wrońska, fizjoterapeutka i zastępczyni kierowniczką Centrum Aktywnej Rehabilitacji dla osób dorosłych, Fundacji Avalon





Moc atrakcji czeka w tym roku na uczestników Avalon Camp. Udział w turnusie to okazja na aktywny wypoczynek na świeżym powietrzu, co korzystnie wpływa na samopoczucie i ogólną kondycję organizmu. Zapewniamy, że Avalon Camp to nie tylko aktywność fizyczna, ale także rozwój osobisty i nowe, inspirujące doświadczenia. To doskonała okazja, by spędzić aktywnie czas, uczestnicząc w różnorodnych zajęciach sportowych, a jednocześnie nawiązać nowe przyjaźnie. Serdecznie zachęcamy do udziału!

Aleksandra Jurczak fizjoterapeutka Centrum Aktywnej Rehabilitacji dla osób dorosłych, Fundacji Avalon oraz Kierowniczką Avalon Camp.

Wyżywienie, podczas turnusu, obejmuje śniadanie, obiad i kolację. Diety i alergię są w karcie uczestnika. Ośrodek jest dostosowany do osób z niepełnosprawnościami, a do dyspozycji gości są pokoje dwu i czteroosobowe z dostosowanymi łazienkami z prysznicem, szerokim wejściem do łazienki. Fundacja Avalon zaprasza po więcej informacji oraz zapisów do Justyny Otto pod numerem telefonu: 666 603 453 lub mailowo na adres: fizjoterapia@fundacjaavalon.pl

Fundacja Avalon to jedna z największych organizacji pozarządowych w Polsce wspierających osoby z niepełnosprawnościami i przewlekle chore, powstała w 2006 roku, a od roku 2009 posiada status organizacji pożytku publicznego. Ma siedzibę w Warszawie, jednak swoim wsparciem obejmuje osoby potrzebujące z całej Polski. Fundacja oferuje pomoc potrzebującym w obszarze finansowym, a także prowadzi szereg programów społecznych i edukacyjnych, mających na celu aktywizację OzN a także zmianę postrzegania osób z niepełnosprawnościami w polskim społeczeństwie. Fundacja Avalon aktualnie wspiera około 14 500 osób z całej Polski. Łączna wartość pomocy udzielonej przez Fundację swoim podopiecznym wynosi blisko 400 mln.



IP-Avalon-Camp-prowly-1920x960.png

Download