

# Scrap & Détente en Montagne



|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Date</b>                     | Du samedi 25 juin au vendredi 1er juillet 2022                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Activité</b>                 | <p>Séjour de <b>scrapbooking</b> et/ou de <b>totale détente en montagne...</b><br/>à <u>Cogne</u> - au cœur du <u>Parc National du Grand Paradis</u> - dans la <u>Vallée d'Aoste</u> (Italie).<br/>Logements (6 nuits) et soupers typiques à la carte dans l'hôtel*** <u>Notre Maison</u>.</p> <p>Ce séjour est destiné</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ d'une part aux adeptes du scrapbooking pour lesquels nous proposons un programme mixte de multiples ateliers scrap ponctués d'activités diverses décrites ci-après.</li> <li>➤ et d'autre part à toute personne souhaitant se détendre en montagne, dans un endroit de rêve tout en profitant d'un programme d'activités les plus diverses conseillées et établi à la carte (en individuel ou petits groupes, avec ou sans accompagnement).<br/>Voir programme proposé plus loin (après le programme pour scrapeurs).</li> </ul> <p>Les conjoints de scrapeuses/scrapeurs, ainsi que toute personne ne pratiquant pas le scrapbooking, sont donc les bienvenus.</p> |
| <b>Programme pour scrapeurs</b> | <p><b>Samedi 25/06/2022</b></p> <p>Nous vous accueillons à l'hôtel*** <u>Notre Maison</u> à <u>Cogne</u> (en fin d'après-midi)</p> <div>    </div> <div>    </div> <div>    </div>                                                                   |

**Dimanche 26/06/2022**

**Matin :** Balade photos à Cogne et Valnontey



Visite guidée du Jardin Botanique Alpin Paradisia



**Midi :** Lunch à la Ferme du Grand Paradis



**Après-midi :** Atelier Scrap avec notre animatrice



**Lundi 27/06/2022**

**Matin :** Atelier Scrap avec notre animatrice



**Après-midi :** Visite du Pont d'Aël, d'Aymaville et du Château Royal de Sarre



**Mardi 28/06/2022**

**Matin :** Temps libre dans la ville d'Aoste (boutiques, marché hebdomadaire en plein air, ...)



**Midi :** Pizzeria

**Après-midi :** Visite guidée du centre historique d'Aoste... La Rome des Alpes



**Mercredi 29/06/2022**

**Matin :** Atelier Scrap avec notre animatrice



**Midi :** Lunch à Cogne

**Après-midi :** au choix

- Soit libre, avec une balade conseillée aux cascades de Lillaz et détente à l'hôtel



- Soit, de manière optionnelle, randonnée accompagnée (avec guide) dans le [Parc National du Grand Paradis](#) pour monter y observer des bouquetins, chamois et marmottes. Environ 4h de marche avec un dénivelé positif de 1.115 m ! Souper et logement (en dortoirs de 4 personnes - lits superposés) au [refuge Vittorio Sella](#) (alt. 2.584 m).



**Jeudi 30/06/2022**

**Matin :**

- Soit, atelier Scrap libre (avec ou sans notre animatrice, au choix de chacun)



- Soit, descente à pied du refuge vers l'hôtel

**Midi :** Lunch à l'hôtel

**Après-midi :**

- Soit, atelier Scrap libre (avec ou sans notre animatrice, au choix de chacun)



- Soit, après-midi libre avec proposition d'activités diverse à la carte (voir plus loin)

**Vendredi 01/07/2022**

Dissolution du séjour « Scrap & Détente à la Montagne » à l'hôtel\*\*\* **Notre Maison** après le petit déjeuner.

## Scrapbooking

Tous les ateliers de scrapbooking du séjour sont animés par **Cécile**, animatrice Azza depuis 2012. Une liste de matériel à apporter sera envoyée aux participants scrap inscrits. Les ateliers proposés sont destinés aux scrappeuses et scrappeurs déjà habitués aux techniques de scrap. Ils ne sont donc pas adaptés pour des débutants.



« Bonjour,

Je suis Cécile, prof de scrapbooking !

J'ai découvert le scrap en 2002 et depuis je suis accro... !

Depuis 2012, je suis animatrice chez Azza

et j'organise des cours de scrap dans mon atelier de Braine-l'Alleud.

Pour celles et ceux qui ne connaissent pas cette activité, il s'agit de mettre en page des photos en version papier et réaliser des décors adaptés au thème des photos.

Ceux-ci sont réalisés avec différentes techniques :

gabarit de décors, encres, poudres à embosser, gaufrage et encore bien d'autres...

toutes avec un chouette effet sur nos pages de scrap !

Une autre de mes passions est la randonnée qui m'a fait découvrir la magnifique Vallée d'Aoste...

d'où l'idée d'y réaliser le séjour proposé !

Je serai donc ravie de partager avec vous mes passions à l'Hôtel\*\*\*« Notre Maison » de Cogne, un endroit de Détente en Montagne assuré.

Cécile »

Hôtel\*\*\*  
Notre Maison



## La famille Celesia



Notre Maison est un [hôtel très familial](#) dans lequel les parents - *Irma et Angelo* - et leurs enfants - *Stefania et Andrea* – ont le don de vous y accueillir très chaleureusement pour que vous puissiez vous y sentir comme chez vous et y faire le plein d'un bien-être écologique incommensurable.

## Espace Wellness

Chaque jour, vous pouvez profiter à volonté de toutes [les installations de l'hôtel](#)

- ✓ Le petit lac alpin extérieur avec une eau chauffée à 35°, jacuzzi et aérothérapie... un petit oasis de bien-être en plein air
- ✓ Une piscine intérieure avec vue sur les montagnes
- ✓ Un sauna chauffé au bois et un autre sauna finlandais
- ✓ Des cascades d'eau et jets cervicaux
- ✓ Un hammam et jacuzzi intérieur
- ✓ Un centre de massages bien-être des plus variés

## Restaurant

Chaque soir, en fonction de vos envies et appétits (jusqu'à 5 services pour les plus affamés), vous pouvez choisir votre [menu à la carte](#) composé essentiellement de plats typiquement valdôtains cuisinés avec les saveurs de la Vallée et la passion des hôteliers.



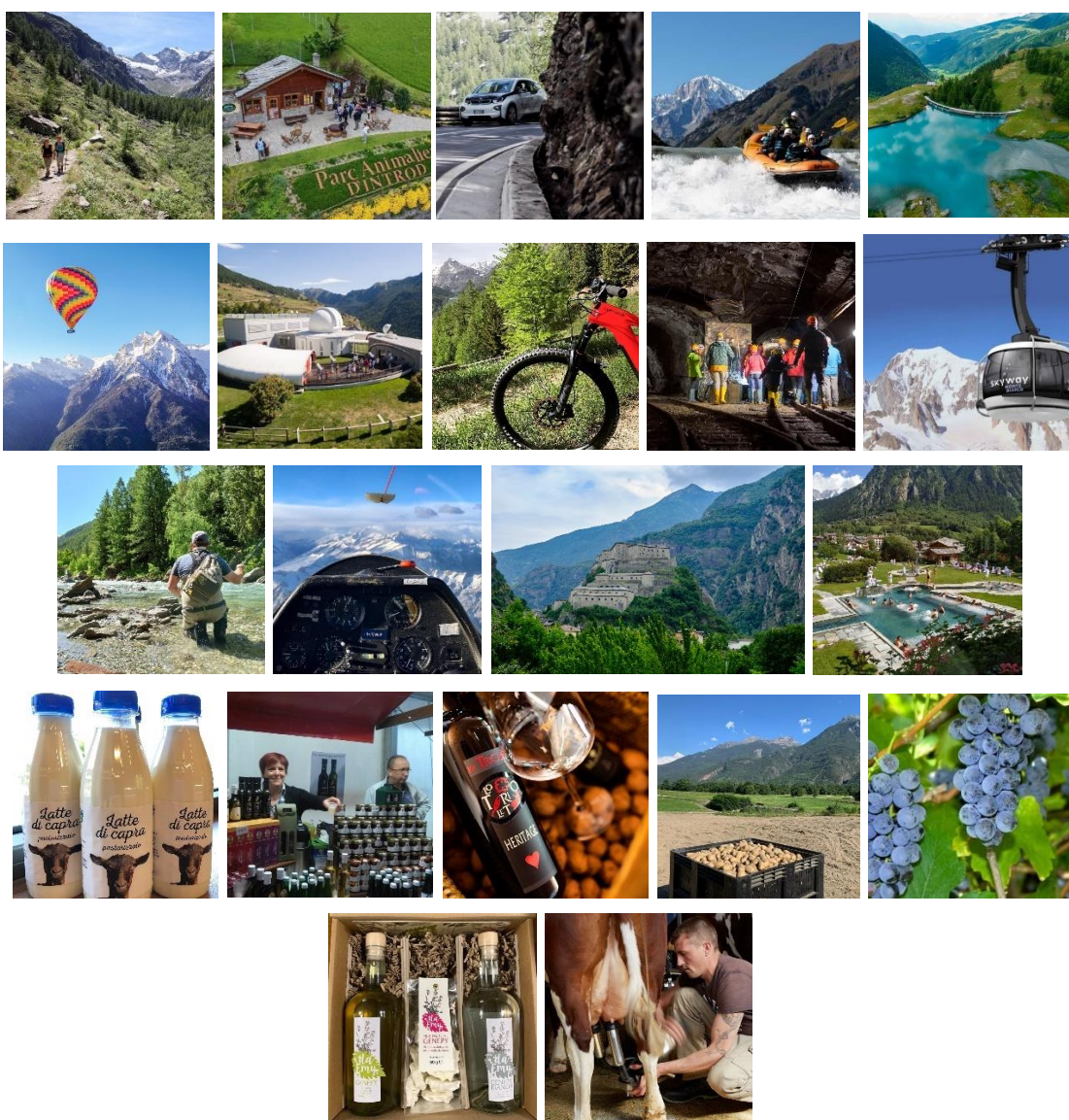
**Programme  
pour  
non scrapeurs**



Pour les participants au séjour qui ne prennent pas part aux ateliers de scrap, en plus des activités déjà prévues ci-dessus dans le programme des scrapeurs, nous leur proposons un programme d'activités facultatives supplémentaires les plus diverses à la carte, au choix de chacun, en étroite collaboration avec **Green Vallée d'Aoste**, notre partenaire touristique local privilégié. Ces activités sont organisées par nos soins sans pour autant qu'elles ne nécessitent notre accompagnement sur place.

Quelques exemples de l'éventail d'activités qui seront proposées :

- des petites balades diverses ou randonnées accompagnées dans la Vallée de Cogne
- la visite du [Parc animalier d'Introd](#)
- des visites de fermes et producteurs de produits naturels locaux
- une découverte guidée de la Vallée d'Aoste en voiture électrique
- une descente (initiation) en rafting sur la rivière Doire Baltée
- une visite de barrage et centrale électrique
- des balades en vélos électriques ou VTT disponibles gratuitement à l'hôtel
- une visite de la mine de magnétite de Cogne
- une visite d'observatoire astronomique
- le [SkyWay Monte Bianco Courmayeur...](#) la 8<sup>ème</sup> Merveille du Monde qui vous emmènera sur le toit de l'Europe dans une cabine rotative à 360°.
- un vol en montgolfière et/ou planeur,
- une initiation de pêche sportive en rivière
- des visites de châteaux
- un moment de détente dans un centre thermal
- et bien d'autres choses encore suivant les profils et envies des participants...



|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Réunion</b>                      | Dans le courant du mois de mars ou avril 2022, nous organisons une petite réunion avec l'ensemble des participants afin de pouvoir faire connaissance avant le départ mais également pour présenter toutes les activités possibles et établir des programmes sur mesure pour chacun.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Inscriptions</b>                 | Départ assuré à partir de 10 participants valablement inscrits.<br>Inscription obligatoire <a href="#">par mail</a> ou en ligne <a href="#">sur notre site</a> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Transport</b>                    | Chaque participant doit organiser lui-même son voyage aller-retour.<br>Un co-voiturage pourra éventuellement être mis en place entre les participants (à titre indicatif : Bruxelles-Cogne = 890 km).<br>Pour les participants souhaitant faire le trajet en avion, nous pouvons organiser leur transfert de l'aéroport jusqu'à l'hôtel et vice-versa.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>PAF</b>                          | <p><b>1.065,00 € / personne</b></p> <p><u>Option nuitée en refuge</u> (à préciser au moment de l'inscription) : supplément 50,00 € / personne</p> <p>Acompte de 500,00 € à verser au moment de l'inscription sur le compte de <b>SPORNAT</b> asbl n° BE38 6527 9912 3872 avec la communication « <i>Prénom Nom – Vallée d'Aoste juin 2022</i> ».</p> <p>Seul le versement de cet acompte (non remboursable, excepté en cas d'annulation du séjour de notre part) valide définitivement l'inscription.</p> <p>Le solde (565,00 € ou 615,00 € avec le refuge) est à payer pour le 15 mai 2022 au plus tard.</p> <p>La participation aux frais comprend :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le logement en chambre double standard des 6 nuits à l'hôtel*** Notre Maison (possibilité de chambre single sur demande et moyennant supplément)</li> <li>• L'accès illimité au centre de bien-être (piscine, jacuzzi, sauna, ...) de l'hôtel</li> <li>• La demi-pension (petit-déjeuner et souper à l'hôtel avec 1/2 eau et 1/4 vin inclus)</li> <li>• Les 5 repas de midi à l'hôtel et à l'extérieur (du dimanche au jeudi inclus)</li> <li>• L'apéritif de bienvenue du dimanche soir</li> <li>• La visite du Jardin Botanique Alpin Paradisia</li> <li>• La visite du Château Royal de Sarre</li> <li>• La visite des monuments historiques d'Aoste</li> <li>• Un pack spécial scrap pour les scrapeurs</li> <li>• La prestation des organisateurs et animatrice de scrap tout au long du séjour</li> </ul> <p>La participation aux frais ne comprend pas :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le transport aller-retour Belgique-Aoste</li> <li>• Les boissons supplémentaires lors des repas du soir ou pendant la journée</li> <li>• Les massages spécifiques proposés dans le centre de bien-être de l'hôtel</li> <li>• Les frais liés aux activités diverses proposées à la carte choisies par les participants</li> <li>• Les assurances personnelles (RC Vie Privée, Accident, Annulation et Assitance).</li> <li>• Les dépenses et extras personnels</li> </ul> |
| <b>Mesures spécifiques Covid-19</b> | <p><b>Mesures spécifiques applicables (fin juin 2022) en Belgique et en Italie :</b></p> <p>En s'inscrivant au séjour « Scrap &amp; Détente en Montagne », tous les participants s'engagent à respecter les mesures spécifiques qui seront d'application dans la Vallée d'Aoste et en Belgique au moment du séjour (testing, enregistrement, attestations, port du masque, tracing, ...).</p> <p><b>En cas d'annulation du séjour</b> de notre part pour raison sanitaire Covid-19, nous garantissons un remboursement intégral (100%) des PAF (acomptes et soldes) déjà payées au moment de l'annulation.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Photos de scrap</b>              | Toutes les photos de pages montagne de scrap de notre animatrice reprises dans le présent descriptif ne sont qu'illustratives.<br>Ce ne sont donc pas les pages qui seront proposées lors des ateliers.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## Contacts

**Eric Michiels** de **SPORNAT** asbl

*Ambassadeur Benelux Green Vallée d'Aoste*

*Guide Accompagnateur en Randonnée C.F.A.R.*

*Membre Union Professionnelle des Métiers de la Montagne*

*Moniteur Instructeur Marche Nordique OTOP®*

0475/379.409 – [rando@spornat.com](mailto:rando@spornat.com)

**Christine Delattre** de **SPORNAT** asbl

*Guide Nature C.N.B. - Herboriste - Apicultrice*

**Cécile Daelman**

*Animatrice Azza*

0474/476.239 – [ceciledaelman@gmail.com](mailto:ceciledaelman@gmail.com)

