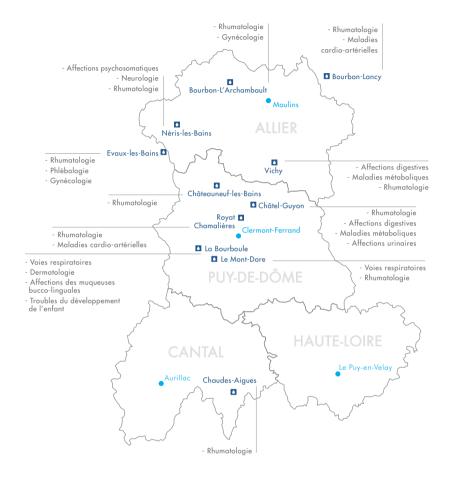


thermale 5

PRÈS de chez vous



association, Thermauvergne, qui œuvre depuis plus de 30 ans pour la promotion des activités thermales, à savoir : la cure thermale de 3 semaines, les programmes complémentaires, les cures libres et les séjours santé.

Le territoire de l'Auvergne Thermale s'étend sur les départements

de la Saône-et-Loire, l'Allier, le Puy-de-Dôme, le Cantal et la Creuse.



L'Auvergne Thermale en chiffres, c'est:

régions départements

STATIONS THERMALES

2 ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES

55 000

sur la saison 2016 (en haus de 4% par rapport à 2015)

85 000

CLIENTS POUR TOUTES LES AUTRES CURES (BIEN-ÊTRE, SÉJOURS SANTÉ, **REMISE EN FORME - HORS THERMOLUDIQUES)**

300 000

thermoludiques

1000

emplois directs générés par l'activité thermale + 8 000 emplois indirects et induits

Supplément de Version Fémina Centre-France du 23 avril 2017 Directrice de publication : Mª Édith Caillard Dossier réalisé avec la collaboration de Thermauvergne Rédaction : Myriam Olléon

Rédaction : Myriam Olleon Créatina graphique et maquette : Valérie Guers et Nicolas Santos Studio Centre France Publicité Crédit photos : Marielsa Niels /Auvergne Thermale - iStock Impression : Mordacq Publicité régionale : Centre France Publicité 45, rue du Clos Four, BP 90124 - 63020 Clermont-Ferrand Cedex 2 - 0.4 73 17 30 10





CURE THERMALE Rhumatologie Séquelles ostéo-articulaires eSPAce SIOULE

04 73 86 67 49 etablissement-thermal@orange.fr





SAISON 2017

Le plein de nouveautés dans les stations de l'Auvergne Thermale

CÔTÉ ALLIER...

Orientations thérapeutiques : Rhumatologie / Gynécologie $\sqrt{\text{Les Thermes proposent une nouvelle cure « Alaodystrophie»}}$. Son objectif est de lutter contre les douleurs et réduire les troubles articulaires engendrés par cette maladie osseuse.

 \checkmark L'établissement thermal ouvre également un Studio Fitness pour permettre aux curistes de bénéficier d'un nouvel espace dédié à la pratique sportive.

Saison thermale 2017: du 16 mars au 18 novembre Contact: 04 70 67 07 88 - www.chainethermale.fr





Néris-les-Bains

Orientations thérapeutiques : Affections psychosomatiques / Neurologie / Rhumatologie

√ Aux Thermes, la nouveauté la plus importante est la mise en place du programme PACS, programme d'éducation thérapeutique en milieu thermal pour les femmes en rémission complète d'un cancer du sein. Il s'agit d'un programme unique en France autour des troubles psychosomatiques.

√ Le Spa thermal Les Nériades offre, auant à lui, une nouvelle gamme innovante de soins «Gemology» visage et corps qui fait la part belle à l'énergie des pierres, riches en oligo-éléments. Un clin d'œil à la géologie locale!

Saison thermale 2017: du 6 avril au 18 novembre Contact: 04 70 03 10 39 - www.thermes-neris.com

Orientations thérapeutiques : Affections digestives et métaboliques / Rhumatologie

 $\sqrt{\text{Pour la saison 2017, les}}$ Thermes de Vichy mettent l'accent sur deux programmes d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) : «Thermaligne» pour les troubles métaboliques ou excès de poids et «BariaThermes» destiné à la post-chirurgie bariatrique (obésité).

√ Le Vichy Célestins Thermal Spa inaugure un nouveau programme «running» pour tous niveaux et propose une nouvelle cure diabète (de type 2) sur 4 jours.

Saison thermale 2017 : du 23 janvier au 23 décembre Contact: 0 800 30 00 63 (numéro vert) www.destinationvichy.com



CÔTÉ PUY-DE-DÔME...



♦ Châteauneuf-les-Bains

Orientation thérapeutique : Rhumatologie

√ Les Thermes font peau neuve et mise sur le bien-être en intégrant un nouveau Spa, «l'eSPAce Sioule», avec deux jacuzzis extérieurs sur le toit-terrasse, hammam, douches et salle de détente.

Saison thermale 2017: du 8 mai au 21 octobre Contact: 04 73 86 67 49 - www.thermes-chateauneuf.com

♦ Châtel-Guyon

Orientations thérapeutiques : Rhumatologie / Affections digestives et métaboliques /Affections urinaires

√ Station européenne de l'intestin, Châtel-Guyon bénéficie de la double orientation RH / AD qui permet d'agir sur deux pans d'une maladie chronique rhumatismale présentant des troubles digestifs associés. Les programmes spécifiques d'accompagnement thématiques («Colopathie fonctionnelle et M.I.C.I.», «Fibromyalgie») ont été encore enrichis cette année et les séjours santé («Bien-être digestif», «Rhumatologie») revisités.

Saison thermale 2017: du 20 mars au 4 novembre Contact: 04 73 86 00 08 - www.thermesdechatel-guyon.fr







♦ La Bourboule

Orientations thérapeutiques : Voies respiratoires / Dermatologie / Affections des muqueuses bucco-linguales / Troubles du développement de l'enfant

 $\sqrt{\text{Les curistes pourront expérimenter de nouveaux séjours}}$ personnalisés «Pleine santé» : «l'arrête de fumer, je retrouve mon souffle»; «Pour une peau apaisée et sublimée» et «RespiraZen» comprenant des soins thermaux, des atéliers santé et des activités sportives et de relaxation.

 \sqrt{A} découvrir en station : la nouvelle gamme de cosmétiques à l'eau thermale de La Bourboule, riche en oligo-éléments et actifs naturels.

Royal-Chamalières

/ Maladies cardio-artérielles

les différents soins de la cure.

Orientations thérapeutiques : Rhumatologie

les Thermes de Royat-Chamalières lance une nouvelle semaine

Les autres semaines santé («Arthrose de la colonne vertébrale»,

«Arthrose des mains», «Phénomène de Raynaud» et «Artérite»)

de deux soins auotidiens supplémentaires et d'un atelier santé.

santé «Fibromyalgie» qui vient renforcer l'offre existante.

voient leurs formules renforcées par l'adjonction possible

√ Pour la première fois, les Thermes ouvriront régulièrement de 17h à 19h à l'occasion de «Soirées Mieux-Être»

Saison thermale 2017: du 13 mars au 28 octobre

Contact: 04 73 29 51 51 - www.thermes-de-royat.com

afin de faire découvrir à tous ce qui le souhaitent

√ Toujours à la pointe des traitements,

Saison thermale 2017 : du 6 février au 4 novembre Contact: 0473812100-www.grandsthermes-bourboule.com

♦ Le Mont-Dore

Orientations thérapeutiques : Voies Respiratoires / Rhumatologie

√ La station capitalise sur ses nouveaux séjours personnalisés «Pleine Santé» («Gonarthrose», «Lombalgie», «Rhumato & Rando») en complément de la cure thermale conventionnée de 18 jours.

Saison thermale 2017: du 5 avril au 9 novembre Contact: 04 73 65 05 10 - www.chainethermale.fr

CÔTÉ CANTAL...

Orientation thérapeutique : Rhumatologie

√ Le centre thermal Caleden et ses 200 m² d'espace thermoludique inaugure de nouveaux séjours sur le confort articulaire et la décontraction musculaire. Autre nouveauté : un programme Santé-Sport intitulé «Mon Objectif» qui s'adresse aux sportifs aguerris comme aux amateurs.

√ Les personnes en perte d'autonomie motrice pourront. quant à elles, suivrent le programme «5 piliers pour l'autonomie».

Contact: 04 71 23 51 06 - www.caleden.com



Saison thermale 2017 : du 6 mars au 25 novembre

CÔTÉ CREUSE...



Evaux-les-Bains

Orientations thérapeutiques : Rhumatologie / Phlébologie / Gynécologie

√ En lien avec l'orientation thérapeutique «Phlébologie» de la station, un nouveau forfait «Jambes Tonic» d'une durée de 6 jours fait son apparition dans cette station thermale dont les Thermes sont à la pointe de la modernité.

Saison thermale 2017: du 20 mars au 11 novembre Contact: 05 55 65 50 01 - www.evauxthermes.com

CÔTÉ SAÔNE-ET-LOIRE...

Bourbon-Lancy

Rhumatologie / Maladies cardio-artérielles

√ En complément des soins thermaux et de ses équipements de pointe qui ont fait sa réputation, l'établissement thermal propose cette année de nouveaux soins comme «la douche spéciale artérite» ou «la douche pénétrante».

√ Précurseur avec un programme «Prévention Santé» développé depuis près de 10 ans, il enrichit également son programme d'ateliers avec de nouvelles activités de rééducation : gymnastique douce, stretching, renforcement musculaire.

> √ Le spa thermal Celtô fête ses 10 ans en 2017, avec de nombreuses animations prévues.

Saison thermale 2017: du 29 mars au 10 novembre Contact: 03 85 89 18 34 - www.thermes-bourbon-lancy.fr











JE CONSULTE MON MÉDECIN

Pour être prise en charge, votre cure doit faire l'objet d'une prescription médicale de votre médecin traitant, d'un spécialiste ou d'un chirurgien-dentiste pour les affections de bouche.

Votre médecin vous remettra un questionnaire de prise en charge indiquant notamment l'affection dont vous souffrez et la station thermale choisie.



Toutes les stations thermales ne soignent pas les mêmes pathologies. Le lieu de la cure dépend de l'affection à traiter.





JE RÉSERVE MON HÉBERGEMENT

La plupart des stations thermales proposent des hébergements de plusieurs types :

- L'hôtel, dont certains disposent d'accès directs aux thermes, d'équipements ludiques, et proposent la demi-pension ou la pension complète,
- Les résidences ou maisons meublées, gîtes ruraux, villages de vacances ou campings.
 Rapprochez-vous des centres thermaux et des offices de tourisme pour obtenir la liste des hébergements.



Thermhôtel, le groupement d'hôteliers indépendants et de tradition implantés dans les stations thermales d'Auvergne, propose des forfaits «hébergement 3 semaines» ainsi que des séjours tout compris incluant l'hébergement dans des hôtels de qualité et des soins aux thermes. Plus d'infos sur www.thermhotel.com





JE FAIS MA DEMANDE DE PRISE EN CHARGE

Une fois le questionnaire complété, retournez-le à votre Caisse d'assurance maladie, accompagné de votre déclaration de ressources. Sous 15 jours, vous recevrez en retour un document qui atteste que votre cure est prise en charge, valable pour l'année civile en cours, sauf si elle est accordée en fin d'année. Dans ce cas, vous pourrez effectuer votre cure au début de l'année suivante.



Pour donner lieu à un remboursement, votre cure doit obligatoirement être prescrite pour une durée de 18 jours.







JE PRENDS RENDEZ-VOUS AVEC LE MÉDECIN THERMAL

A la réception du courrier de confirmation de vos dates de cure, prenez rendez-vous avec un médecin thermal de la station. C'est lui qui déterminera votre traitement et qui assurera votre suivi médical pendant la cure.



A l'issue de la cure, le médecin thermal envoie un compte rendu à votre médecin traitant.







JE CONTACTE L'ÉTABLISSEMENT THERMAL

Dès que vous serez en possession de l'accord de prise en charge, contactez au plus vite la station thermale en l'informant de vos dates de cure et des horaires de soins souhaités (en moyenne une cure comprends 4 à 6 soins quotidiens). Vous devrez remplir une fiche de réservation accompagnée d'un chèque d'acompte pour que votre réservation soit confirmée.



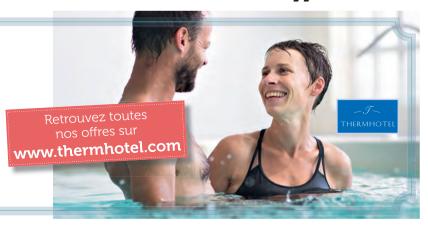
Lorsque deux stations proposent les mêmes soins, le remboursement éventuel des frais de transport sera calculé sur la distance qui sépare votre domicile de la station la plus proche.

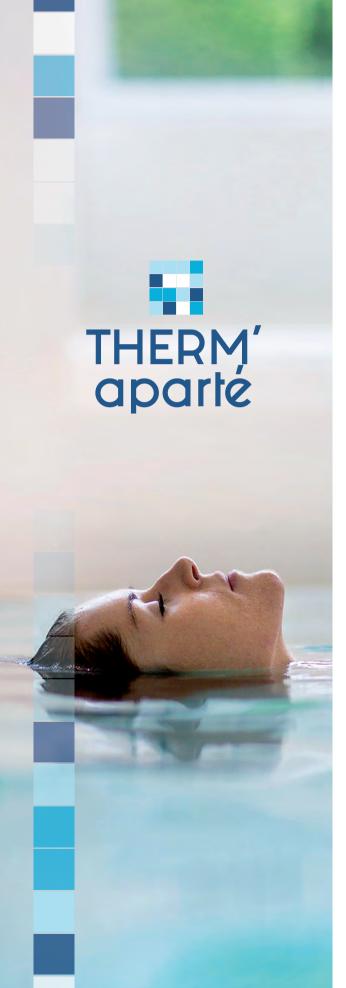
Remise en forme et bien-être au cœur du Massif central

THERMHÔTEL Bien-être et bons hôtels



Tarifs préférentiels pour votre cure de 3 semaines







Docteur Patrick Roux

La cure permet de rentrer dans un cercle vertueux.

Les médecins pratiquant une activité thermale sont environ 840 en France, dont 35 % sont des spécialistes et 65 % des généralistes. Mais en quoi consiste exactement la médecine thermale ? Pour nous éclairer, nous avons rencontré le docteur Patrick Roux, médecin thermal à Royat-Chamalières.

Pourquoi avez-vous choisi d'exercer la médecine thermale ? J'exerce en tant que médecin thermal depuis 1995. Cette orientation découle de l'envie de pratiquer une thérapeutique naturelle et sans effets secondaires. La thérapeutique thermale est une médecine préventive, prédictive, participative et personnalisée.

Quel est votre rôle en tant que médecin thermal? Le médecin thermal suit ses patients durant les trois semaines de cures. Dans un premier temps, il vérifie l'absence de contre-indications. Il prescrit ensuite les soins thermaux antalgiques et relaxants (application de boue thermale, bain de gaz thermal, etc.) et surveille leur bon déroulement. Le médecin thermal joue également un rôle primordial dans l'éducation thérapeutique ciblée sur la pathologie du patient. Nous accompagnons les curistes en leur prodiguant notamment des conseils hygiéno-diététiques. L'atout de la médecine thermale repose sur sa prise en charge multidisciplinaire globale.

Quelles sont les vertus thérapeutiques de l'eau thermale de Royat-Chamalières ?

Principalement issue de la source Eugénie, l'eau carbogazeuse de Royat est très riche en aaz et extrêmement minéralisée. Elle possède des propriétés démontrées dans l'activation de la microcirculation, l'augmentation de l'oxygénation, l'apport nutritionnel et l'élimination des toxines. Puissant vasodilatateur, le gaz carbonique pur est utilisé tant pour l'amélioration de la circulation sanguine périphérique et que pour son effet antalgique.

Les Thermes de Royat-Chamalières proposent deux orientations thérapeutiques :

- les maladies cardio-arterielles, avec spécialisation dans le traitement de l'artérite et du syndrome de Raynaud qui touche plus de 10 % de la population,
- la rhumatologie qui prend une place de plus en plus prépondérante, notamment avec l'augmentation de la rhizarthrose (maladie articulaire du pouce) qui atteint 1 femme sur 6 à partir de la cinquantaine.
- Quelles sont les principales contre-indications ? Les cancers en évolution, les poussées inflammatoires de maladies rhumatismales, les infections et, d'une façon générale, tous les états de santé instables.
- Quels résultats peut-on attendre d'une cure thermale? Dans la plupart des cas, les patients sont atteints de maladies chroniques. L'objectif est de faire en sorte qu'ils ne soient plus handicapés par leur maladie. Les trois semaines de soins ont pour but de diminuer la symptomatologie douloureuse, de réduire la prise d'anti-inflammatoire et d'antalgique. Et donc d'améliorer, à fortiori, la qualité de vie.
- Des sessions d'éducation thérapeutique du patient (ETP) ont été mises en place dans de nombreuses stations. Quel est l'objectif de cette démarche novatrice ? Le thermalisme ne se contente pas du service médical rendu. Il englobe également la prévention et l'éducation à la santé. Dans cette optique, les Thermes de Royat-Chamalières, à l'instar de la plupart des établissement thermaux, enrichissent chaque année leur offre avec des activités complémentaires d'éducation à la santé via différents ateliers sophrologie, musicologie, méditation, hypnose, etc. Au-delà de leur intérêt sur le plan psychologique, ces ateliers ont pour vocation d'inciter les patients à se prendre en charge, à devenir les acteurs de leur santé dans une démarche volontariste.
- Participez-vous aux études et recherches en médecine thermale ? 'intègre régulièrement des études multicentriques, managées par l'AFRETH (Association française pour la recherche thermale) et conduites par le CHU de Clermont-Ferrand. Ces études sont principalement consacrées aux troubles musculo-squelettiques. En 2009, j'ai participé à une étude préliminaire «conducteur âgé», un sujet qui fait débat compte tenu du vieillissement de la population. Cette thérapeutique vise à améliorer les fonctions cognitives en utilisant le gaz carbonique contenu dans l'eau thermale. Cette étude prometteuse a été présentée au ISMH (International Society Medical Hydrology & Climatology) en 2010.
- Quels conseils donneriez-vous pour optimiser sa cure, pendant et après le séjour thermal? S'investir dans la prise en charge de sa pathologie, mettre en pratique l'éducation thérapeutique acquise en cure et poursuivre les ateliers une fois de retour à la maison. Il faut «compter sur soi». La cure permet de rentrer dans un cercle vertueux.



Quels bienfaits vous apporte t-elle?

Marie-France

Sandrine: Depuis ma première cure l'année dernière, je n'ai pas eu besoin de faire une seule séance de kiné et j'ai arrêté les médicaments. Les douleurs au dos, même si elles sont encore présentes, sont devenues supportables. Je suis «bluffée» par les résultats, alors que j'étais plutôt sceptique!

Marie-France: Je ressens une amélioration progressive de mon état de santé général au cours des 6 mois post-cure. Je gagne en mobilité, confort et énergie.

Jean: Mon corps a été extrêmement sollicité par mon métier de professeur de tennis et j'ai développé une polyarthrose. Dès le premier jour de cure, les effets sont immédiats sur ma colonne vertébrale. Après cinq années de thermalisme, les douleurs articulaires se sont nettement calmées.

PAROLES DE CURISTES

Immersion dans les thermes de Royat-Chamalières, à la rencontre de Sandrine (47 ans, Lempdes), Marie-France (74 ans, Billom) et Jean (64 ans, Clermont-Ferrand), trois curistes en rhumatologie.

Depuis combien de temps effectuez-vous une cure en rhumatologie ?



Jean



Sandrine: Je débute ma deuxième année de cure à Royat-Chamalières.

Marie-France: Après avoir été fidèle pendant 12 ans aux thermes de Vichy, me voilà cette année ici en «rhumato» car j'accompagne mon mari qui effectue sa première cure en phlébologie.

Jean: C'est ma sixième année en rhumatologie.

Quels sont les soins prodigués ? Sandrine, Marie-France et Jean :

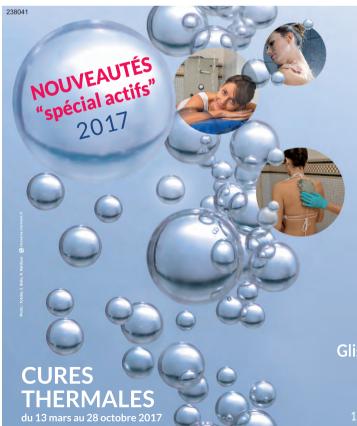
Ce sont des soins d'hydrothérapie et de carboxythérapie : douche pénétrante, illutation (bain de boue), piscine de mobilisation, bain et injection de gaz thermal...

Pendant nos trois semaines de cure, nous pratiquons en moyenne trois à quatre soins par jours. Ils débutent à 9 h pour se terminer en fin de matinée.

Votre avis sur l'établissement thermal de Royat-Chamalières ?

Marie-France et Jean : Les thermes de Royat-Chamalières offrent des plateaux techniques de soins diversifiés de haute qualité. Le cadre est agréable, tout comme l'ensemble du personnel, très professionnel.

Sandrine: Je partage cet avis. En tant que maman, je regrette juste qu'aucune structure d'accueil ne soit prévue pour la garde des enfants pendant nos soins.





Maladies Cardio-Artérielles et Rhumatologie

Les soirées Découverte thermale

4 soins dispensés entre 17 h et 19 h * pour bien terminer la journée.

Les Nocturnes thermales

du 29 mai au 17 juin entre 17 h et 20 h *

Glissez une cure thermale dans votre emploi du temps.

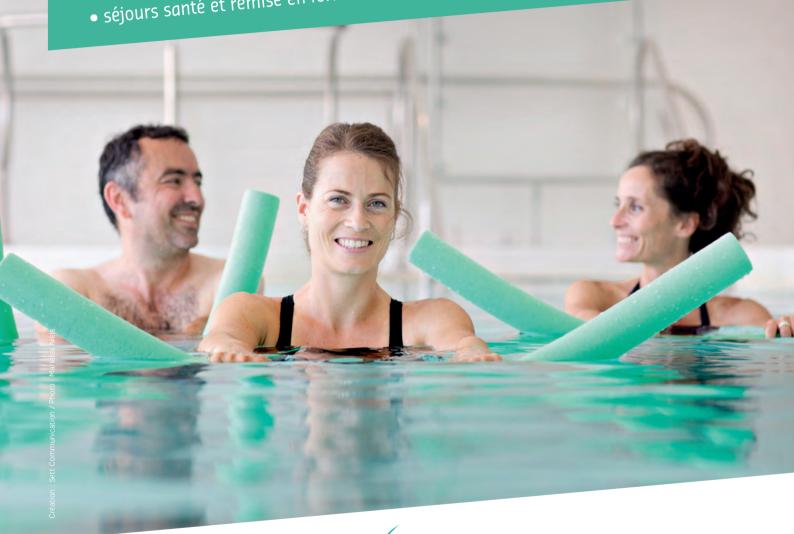
* voir conditions sur:

www.thermes-de-royat.com

1 place Allard - CS 20053 Royat - 63408 Chamalières cedex - 04 73 29 51 51

UNE OFFRE THERMALE COMPLÈTE ET VARIÉE

- cures 18 jours médicalisées
- programmes et ateliers complémentaires
- cures libres de 6, 9, 12 jours
- séjours santé et remise en forme avec hébergement





Terre de Santé

www.auvergne-thermale.com

tél.: 04 73 34 72 80