



LE GUIDE AUVERGNE THERMALE

CURE THERMALE ET SÉJOUR SANTÉ



AUVERGNE
NOUVEAU MONDE



AUVERGNE THERMALE

www.auvergne-thermale.com

édition 2012

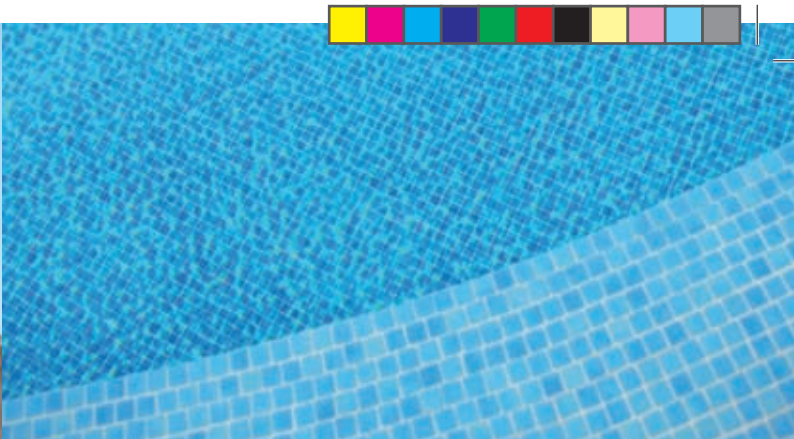


ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES

pour lesquelles une prise en charge
par la Sécurité Sociale peut être accordée

		Rhumatologie	Voies respiratoires	Dermatologie	Affections digestives Maladies métaboliques	Gynécologie	Phlébologie	Affections des muqueuses Bucco-linguales	Affections urinaires Maladies métaboliques	Maladies psychosomatiques	Maladies cardio-artérielles	Troubles du développement chez l'enfant	Neurologie
	Abréviations des orientations thérapeutiques	RH	VR	DER	AD	GYN	PHL	AMB	AU	PSY	MCA	TDE	NEU
Bourbon-Lancy	Pages 10 à 12	■									■		
Bourbon-l'Archambault	Pages 13 à 15	■			■								
La Bourboule	Pages 16 à 18		■	■				■			■		
Châteauneuf-les-Bains	Pages 19 à 20	■											
Châtel-Guyon	Pages 21 à 23	■			■				■				
Chaudes-Aigues	Pages 24 à 26	■											
Evaux-les-Bains	Pages 27 à 29	■				■	■						
Le Mont-Dore	Pages 30 à 32	■	■										
Néris-les-Bains	Pages 33 à 35	■								■			■
Royat Chamalières	Pages 36 à 38	■									■		
Vichy	Pages 39 à 42	■			■								

www.auvergne-thermale.com



EDITO



Le thermalisme en Auvergne, en France et en Europe connaît actuellement un véritable regain d'intérêt.

En Auvergne, la saison 2011 a été bonne. Les efforts de longue date des Communes et des Etablissements Thermaux ont ainsi été récompensés. Des efforts qui portent chaque année sur l'amélioration de l'offre, la qualité des soins pour un meilleur confort des curistes et une exigence sanitaire des établissements thermaux de plus en plus reconnus.

Des établissements thermaux qui se sont aujourd'hui lancés dans la démarche de certification AQUACERT. En effet, la convention nationale thermale impose depuis 2007, aux établissements thermaux, la mise en place d'une démarche d'assurance qualité.

Pour répondre à cette obligation le CNETH* a élaboré un Guide de bonnes pratiques pour organiser la gestion sanitaire des établissements, notamment les produits de soins utilisés (eau thermale, boues, gaz, vapeurs). Pour valider officiellement cette

démarche, un référentiel de Certification spécifique au thermalisme "AQUACERT HACCP THERMALISME" a été construit en 2010, s'appuyant sur la méthode reconnue de sécurité sanitaire HACCP et les standards de qualité de type ISO. Ce référentiel a reçu la validation des autorités de tutelle et des associations de consommateurs.

A l'échelle nationale, grâce aux bons résultats des études démontrant le Service Médical Rendu par le Thermalisme mené par l'AFRETH**, la crédibilité de la médecine thermale se renforce de plus en plus.

Ces bons résultats sont particulièrement importants car ils sont un argument essentiel, en cette année 2012, au moment où les acteurs du thermalisme ont à renégocier la convention thermale qui lie les organismes d'Assurance Maladie et les établissements thermaux.

Aujourd'hui un nouveau défi attend le thermalisme, celui de l'éducation thérapeutique à la santé.

En effet, les stations thermales ont un rôle à jouer en accompagnant leur patient par des actions de prévention et d'éducation. De nombreuses stations proposent déjà des actions d'information à la santé qui se traduisent par des conférences ou des ateliers. L'enjeu est de mettre en place de véritables programmes d'Education Thérapeutique du patient tels que prévues par la loi pour obtenir une certification auprès de la Haute Autorité de santé et des Agences Régionales de Santé (ARS).

Au niveau européen aussi les choses bougent. Le Parlement européen vient de reconnaître que le thermalisme est une

activité porteuse d'avenir pour l'Europe. Il s'agit désormais, compte tenu de l'existence de plusieurs réglementations européennes, d'examiner la possibilité de présenter une proposition législative unique sur le thermalisme pour organiser et réglementer ce secteur.

C'est dans ce cadre européen que certaines stations thermales se sont déjà mises en réseau au sein de l'EHTTA***. Cette association, que j'ai l'honneur de présider, rassemble déjà 26 stations dans 11 pays différents. L'objectif étant notamment de faire reconnaître les spécificités des stations thermales auprès des instances de l'Union Européenne.

Le thermalisme a su s'organiser ces dernières années pour faire travailler ensemble tous les acteurs de ce secteur et se donner ainsi les moyens d'avoir des perspectives d'avenir. Je remercie l'ensemble des exploitants et des élus de ce travail déjà effectué et les invite à continuer dans cette voie.

Christian Corne
Président de Thermauvergne
Président de la Fédération Thermale
et Climatique Française

* **CNETH** : Conseil National des Exploitants
Thermaux - www.france-thermale.org

** **AFRETH** : Association Française pour
la Recherche Thermale - www.afreth.org

*** **EHTTA** : European Historical
Thermal Towns Association - www.ehtta.eu

Banque images Thermauvergne, J. Damase, les Thermes de Bourbon-Lancy, Bourbon-l'Archambault, Evaux-les-Bains (Sylvain Thirion), Néris-les-Bains, Caleden (S. Pawlak), Royat - Chamalières, PhoVair pour les pages 1 de couv, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 19, 27, 33, 35, 39 © Corbis pour les pages 7, 21, 23, 39, 40.

Création - Mise en page : Sett Communication - Aude Lévis - Suivi de production : Monique Boutron - Pierre Jal - Thermauvergne - Imprimerie : Graphi-Imprimeur- Dépôt légal 1^{er} trimestre 2012

Les informations mentionnées dans ce document sont données à titre indicatif et ne consti-

tuent en aucun cas à un engagement contractuel. Thermauvergne dégage toute responsabilité à ce titre. Brochure réalisée avec le concours financier des Conseils généraux du Puy-de-Dôme, de l'Allier, du Cantal, de la Creuse et du Conseil régional d'Auvergne.

BIEN PRÉPARER SA CURE

PRISE EN CHARGE DES CURES THERMALES EN 2012

Assurés sociaux et ayants droit (Régime général)

4

PRESCRIPTION DE LA CURE

A - Vous et votre médecin traitant

→ Un médecin (généralement le médecin traitant) choisit la station thermale la mieux adaptée au traitement de votre pathologie parmi 12 orientations thérapeutiques autorisant ce type de traitement (composition des eaux, traitement proposé...).

Lorsque la cure est prescrite pour 2 affections, la station thermale doit être conventionnée dans chacune des orientations thérapeutiques.

Dans les cas d'affections de la bouche, la prescription peut être faite par un chirurgien-dentiste.

Cette prescription est indispensable pour pouvoir bénéficier de la prise en charge d'une cure traditionnelle de dix-huit jours.

Les séjours santé de moins de dix-huit jours ainsi que les séjours de bien-être ne peuvent en aucun cas faire l'objet d'un remboursement par l'Assurance Maladie.

→ Ce médecin complète le formulaire de demande de prise en charge administrative qui

- Certifie l'existence de la pathologie,
- Précise l'orientation thérapeutique pour laquelle la cure est demandée et la station choisie (qui doivent

figurer sur la liste des stations et orientations agréées),

- Précise éventuellement, la nécessité d'une hospitalisation ou un placement en maison d'enfants.

Ce formulaire est fourni par la caisse d'affiliation ou téléchargeable sur le site internet www.ameli.fr > Rubrique Services en ligne pour les assurés > Formulaire > Choix cure thermale > Questionnaire de prise en charge,

B - Vous et votre Caisse d'Assurance Maladie

L'assuré remplit les rubriques de ce formulaire qui le concerne, et adresse la demande de prise en charge et le formulaire de "déclaration de ressources" à sa caisse d'affiliation, qui lui retournera un accord de prise en charge (dès l'instant que les conditions administratives sont réunies - cotisations à jour, etc.)

A noter que l'avis du médecin conseil de la Caisse d'Assurance Maladie est indispensable pour les cures :

- avec hospitalisation (sauf séjours en maisons d'enfants),
- à l'étranger (cas exceptionnel),
- liées à un accident du travail ou à une maladie professionnelle.

L'assuré reçoit la réponse de sa caisse d'affiliation :

C'est OUI : la Caisse d'affiliation adresse un accord de prise en charge administrative composée de 2 ou 3 volets :

- volet 1 destiné au médecin thermal lequel indiquera ses honoraires médicaux en fin de cure,
- volet 2 destiné à l'établissement thermal lequel indiquera son forfait thermal en fin de cure,
- et éventuellement, sous certaines conditions de ressources,

volet 3 pour les frais de voyage et les frais de séjour.

C'est NON : si la prise en charge est refusée, un recours gracieux peut être présenté à la Caisse d'Affiliation, dans les conditions indiquées sur la notification de rejet adressée.

Les prises en charge sont valables pour l'année civile en cours. Si elles sont délivrées au cours du quatrième trimestre, elles restent valables jusqu'à la fin du premier trimestre de l'année suivante. Si elles sont délivrées en décembre, elles restent valables pendant toute l'année suivante.

Important : aucun texte ne limite le nombre de cures thermales donnant lieu à une prise en charge dans le temps. Cependant, pour la même orientation thérapeutique, une seule cure par an sera accordée.

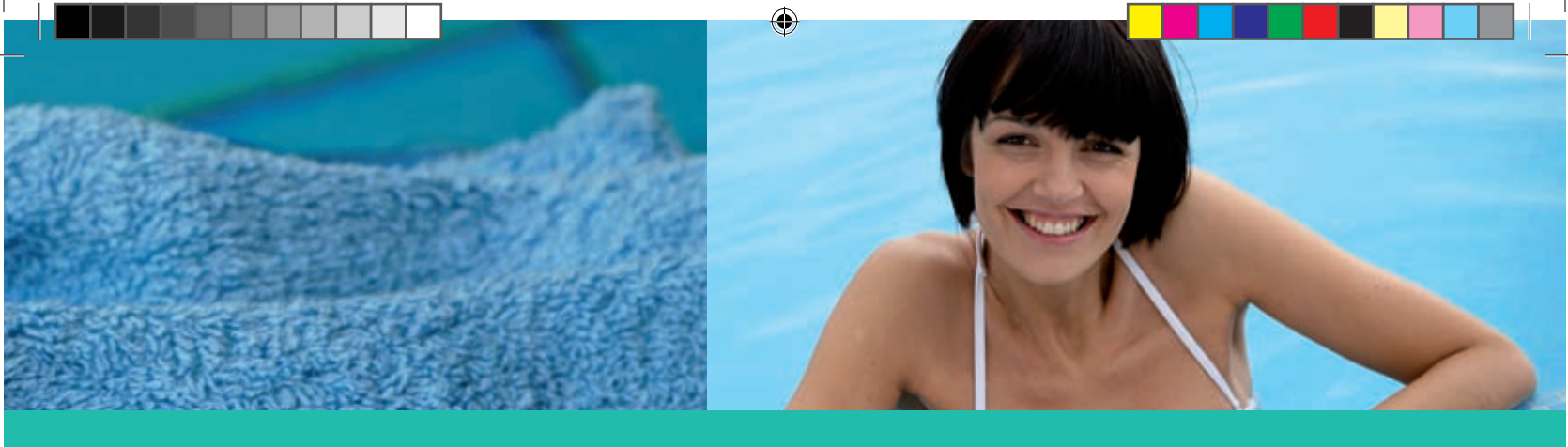
MODALITES DE PRISE EN CHARGE

Tous les établissements thermaux appliquent le tiers-payant, dispensant ainsi l'assurance de l'avance des frais de traitement :

→ Pour les assurés pris en charge à 100 %, aucune avance de frais n'est donc demandée ;

→ Pour les assurés pris en charge au taux habituel (65 %), seul le ticket modérateur (différence entre les frais réels et le montant du remboursement sécurité sociale) doit être acquitté.

Attention ! tout assuré se rendant sur son lieu de cure sans être en possession de sa prise en charge ne pourra bénéficier du tiers-payant et devra avancer la totalité des frais de traitement (dans ce cas, il s'adressera à sa caisse d'affiliation pour en obtenir le remboursement).



PLAFOND DE RESSOURCES

Le plafond s'applique aux ressources de toute nature (revenus, pensions alimentaires, prestations familiales, frais professionnels inclus dans le salaire), perçues du 1^{er} janvier au 31 décembre 2011 par l'assuré, son conjoint, ses enfants, ainsi que les ascendants ou autres ayants droit à charge de l'assuré).

En dessous de ce plafond (voir tableau ci-dessous), l'assuré peut bénéficier des prestations supplémentaires (transport + hébergement, c'est-à-dire le **volet 3** de la prise en charge).

Ces prestations sont accordées sans conditions de ressources aux personnes bénéficiant du régime accident du travail, maladie professionnelle ou Affection de Longue Durée (pour l'indication qui justifie la cure thermale), qui seront, dans ce cas, remboursées à 100 % de la base de remboursement sécurité sociale (forfait de 150,01 € pour l'hébergement ou billet SNCF pour le transport).

Par contre, le plafond de ressources reste applicable aux personnes en invalidité.

L'hospitalisation prescrite par le médecin traitant et reconnue justifiée

(hôpital thermal ou maison d'enfants) permet la prise en charge de la cure sur la base des prix de journée déterminés par convention conclue avec la Caisse Régionale d'Assurance Maladie.

Bien entendu, les mutuelles peuvent prendre en charge une partie des sommes restant à la charge du curiste, selon les options souscrites. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre mutuelle complémentaire.

Enfin, les honoraires de surveillance médicale ainsi que les prestations supplémentaires (transport + hébergement) sont remboursés par la caisse d'affiliation du curiste sur présentation des justificatifs correspondants.

TAUX DE PRISE EN CHARGE (Régime général)

Exemples donnés sur plafond 2010

Prestations	Montant	Taux de remboursement		Plafond de ressources (revenus maximum pour bénéficier des prestations supplémentaires de l'Assurance Maladie)
		Maladie	<ul style="list-style-type: none"> • Maladie 100 % • Accident du travail • Invalidité 	
Prestations Légales				
Honoraires Médicaux (volet 1)	Base de remboursement Sécu. Soc. Forfait de 74 €	70 % (1)	100 %	Pas de plafond de ressources
Traitement thermal (volet 2)	Tarifs forfaitaires fixés par Convention entre l'établissement et la CNAMTS[2]	65 % (1)	100 %	Pas de plafond de ressources
Pratiques Médicales Complémentaires	A la séance	70 % (1)	100 %	Pas de plafond de ressources
Prestations Supplémentaires				
Frais de Séjour (volet 3)	Base de remboursement Sécu. Soc : Forfait de 150,01 €	65 %	100 %	Plafond de ressources applicable Assuré seul 14 664,38 € Majoration de 50 % par personne à charge 7 332,19 € Ex. : assuré marié, sans enfants 21 996,56 € Ex. assuré marié, 1 enfant 29 328,75 € Ce plafond ne s'applique pas lorsque l'indication de la cure est en relation avec une Affection de Longue Durée, un accident du travail, une maladie professionnelle.
Frais de déplacement** (volet 3)	Base : tarif SNCF 2 ^e classe, aller-retour	65 %	100 %	
Indemnités journalières (arrêt de travail)	Montant des indemnités journalières accordées en cas de maladie	En fonction de l'assuré : la durée maximum, 21 jours de cure + 1 jour aller + 1 jour retour est réduite de 3 jours par application du "délai de carence"		Plafond de ressources applicable Assuré seul 35 352 € Majoration de 50 % par personne à charge 17 676 € Ex. : assuré marié, sans enfants 53 028 € Ex. : assuré marié, 1 enfant 70 704 €

*Le plafond s'applique aux ressources de toute nature, perçues du 01/01/2011 au 31/12/2011 par l'assuré, son conjoint et autres ayants droit à charge de l'assuré

** Peut être étendu à la personne accompagnante

si sa présence est nécessaire en raison de l'état de santé ou du jeune âge du curiste

(1) - Les personnes relevant du régime Alsace-Lorraine bénéficient d'un taux de prise en charge de 90 %

(2)- Toute dépense ou supplément excédant ces tarifs forfaitaires conventionnels restent à la charge du curiste.

QU'EST-CE QU'UNE CURE THERMALE ?

Traitement médical naturel, la cure thermale offre une prise en charge globale. La thérapeutique thermale fait partie des médecines complémentaires. Elle est prescrite, le plus souvent, en complément des traitements classiques. Ainsi le thermalisme se révèle efficace face aux maladies chroniques, articulaires, dermatologiques, respiratoires, métaboliques ou inflammatoires...

6

Les cures sont particulièrement indiquées en cas d'échec thérapeutique, d'intolérance médicamenteuse ou de refus de traitements chimiques par le patient. Par ailleurs on soulignera le caractère préventif et d'éducation thérapeutique des cures tant au niveau des récidives qu'au niveau des conséquences secondaires de certaines maladies.

3 SEMAINES DE SOINS POUR UN TRAITEMENT GLOBAL

Une cure thermale est généralement prescrite en alternative aux médicaments, même si elle peut également l'être en complément de traitements "classiques". 3 semaines de soins sont nécessaires pour bénéficier pleinement des effets du traitement dont les soins thermaux (bains, douches, massages...) en constituent l'essentiel.

Les consultations avec les médecins de cure participent à la sensibilisation et la prévention pour permettre au curiste d'apprendre à mieux vivre avec sa maladie. La médecine thermale concentre ainsi, avant tout, ses attentions sur la personne, c'est là sa différence avec la médication.

UNE RÉPONSE EFFICACE FACE AUX MALADIES CHRONIQUES

Face aux maladies chroniques, la prise en charge thermale est un gage de soulagement, d'amélioration de la qualité de vie et d'évolution des comportements physiques et hygiéno-diététiques. Du temps pédagogique et sanitaire qui est loin d'être perdu dans la prise en charge des patients atteints de rhumatismes, de pathologies dermatologiques, respiratoires ou circulatoires et autres maladies chroniques. A noter qu'une cure se pratique toujours à distance d'une phase aiguë.

La cure peut être répétée plusieurs années de suite pour ralentir, prévenir le développement de la pathologie, consolider l'amélioration du traitement.

NOUVEAU

Pré-réservez votre cure thermale par internet sur www.auvergne-thermale.com

LES 12 ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES

AGRÉÉES PAR LA SÉCURITÉ SOCIALE

□ RHUMATOLOGIE - RH

• Arthrose

Elle touche toutes les articulations : poignets, doigts, chevilles, orteils, genoux, hanche et la colonne vertébrale, des cervicales aux lombaires.

• Rhumatismes inflammatoires :

Arthrite, Polyarthrite rhumatoïde, Spondylarthrite ankylosante, Infections bactériennes ou virales (arthrites septiques) ou la goutte.

• Douleurs articulaires :

Tendinite et douleurs chroniques (épaule et omoplate, poignet, coude, pouce, bras, genoux, hanche, talon, cheville, etc).

• Orthopédie :

Séquelles de traumatisme (sportive, accident sur la voie publique, professionnelle, domestique...) et suites post-opératoires dont l'Algoneurodystrophie ou Algodystrophie Scoliose

• Douleurs :

Fibromyalgie ou Syndrome polyalgique diffus, Algoneurodystrophie ou Algodystrophie, Névralgies diverses (intercostales, d'Arnold, cervico-braciales, du trijumeau, du pied, etc).

• Lombalgies chroniques





☐ VOIES RESPIRATOIRES - VR

Enfants, Adultes et 3^e âge

- **Les Affections des voies respiratoires supérieures et de l'oreille moyenne (ORL) :**
 - Rhinites allergiques pérannuelles ou saisonnières (rhume des foins, obstruction nasale, éternuements, rhinorrhée), Rhino-conjonctivite allergique,
 - Rhinite, Rhino-sinusites,
 - Rhino-pharyngites, Angines et pharyngites chroniques,
 - Trachéite spasmodique,
 - Otites séreuses ou aiguës à répétition,
 - Catarrhes tubaires,
 - Laryngites chroniques,
 - Angines à répétition, Amygdalite cryptique chronique, suite post-opératoire des amygdales,
 - Polypose nasosinusienne, Sinusite chronique,
 - Perte de l'odorat.

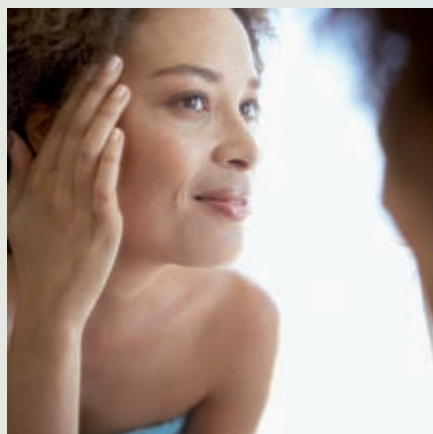


- **Les Affections des voies respiratoires basses :**
 - Asthme de l'enfant, de l'adulte et du 3^e âge, et ses équivalents respiratoires, allergiques ou non,
 - Allergies broncho-pulmonaires,
 - Bronchiolite du nourrisson,
 - Bronchites chroniques à répétition, bronchite asthmatiforme,
 - BPCO (Broncho-pneumopathie chronique obstructive) liée au tabac, polluants atmosphériques ou professionnels,
 - Dilatations des bronches,
 - Trachéites spasmodiques,
 - Emphysème,
 - Infections pulmonaires, pneumonie.

☐ DERMATOLOGIE - DER

Adultes et Enfants

- Acné Cicatrices, Couperose, Dermite atopique du nourrisson, Dermite diverses (séborrhéique),
- Dyshidrose, Eczéma de l'enfant ou de l'adulte, Ichtyose, Impétigo, Lichen, Mal perforant plantaire,
- Prurits, Psoriasis, Séquelles de brûlures thermiques ou chimiques, Syndrome dermo-respiratoire (asthme et eczéma).



☐ AFFECTIONS DES MUQUEUSES BUCCO-LINGUALES - AMB

- Affections des gencives (parodontopathies et péri-implantites), Bouches sèches (xérostomies, hyposialies), Inflammation de la bouche et de la langue, Aphtes buccaux, Intolérance aux prothèses fixes ou mobiles, Affections de la muqueuse (leucokératoses), Chéilites, Candidoses, Perlèches
- Glossodynies, Stomatodynies, Mauvaise haleine (Halitose), Lichens plans buccaux.

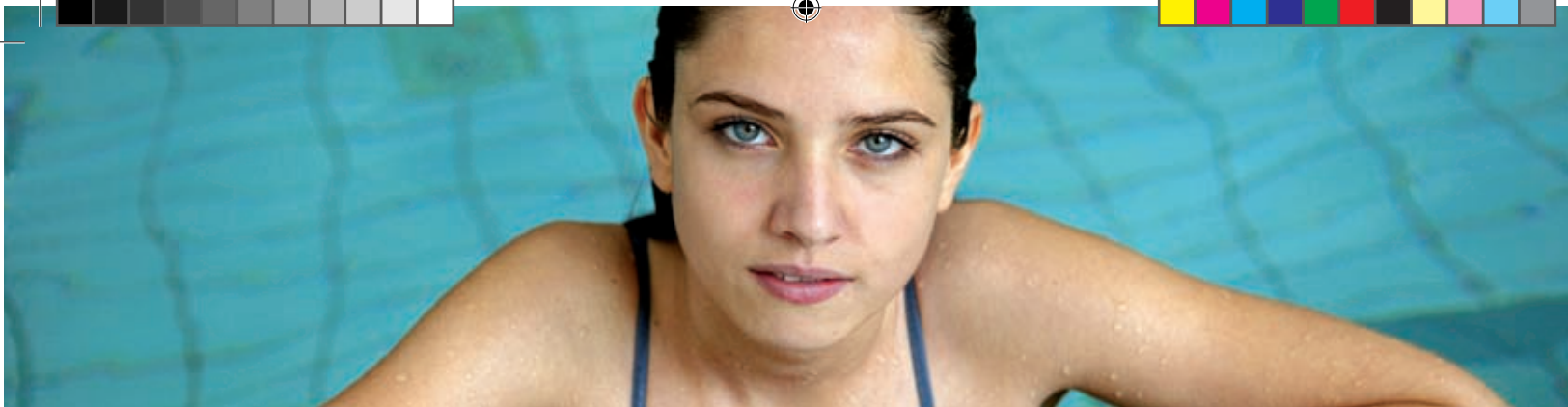
☐ TROUBLES DU DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT - TDE

- Troubles du sommeil, Retard Statur pondéral, Enurésie.

☐ AFFECTIONS DE L'APPAREIL DIGESTIF et MALADIES METABOLIQUES - AD

- **Les Affections de l'appareil digestif :**
 - **Œsophage :** Reflux gastro-œsophagien, Achalasie, Séquelles cancer œsophage, Séquelles d'ingestion produits toxiques, Diverticule œsophagien, œsophagite infectieuse.
 - **Troubles de l'Estomac :** Gastrite, Ulcère de l'estomac et Ulcère du duodénum, Séquelles cancer de l'estomac, Effets indésirables éventuels après chirurgie de l'estomac, Pathologies de l'estomac pouvant être induites par des médicaments.
 - **Troubles de l'Intestin grêle :** Diarrhée aiguë, Syndrome de malabsorption, Colites inflammatoires (Maladie de Crohn, RCH), Diverticule, Parasitose.
 - **Troubles du colon, gros intestin et rectum :** Troubles fonctionnels intestinaux, Diarrhée chronique par accélération du transit, Constipation, Rectocolique hémorragique, Diverticulose colique, Hémorroïdes, Fissure anale.
 - **Troubles du Foie et des Voies Biliaires :** Ictère ou jaunisse, Insuffisance hépatocellulaire, Séquelles d'hépatite (lithiase), Séquelles de chirurgie digestive, Pathologies digestives d'origine allergique, Troubles parasitaires, Hépatite médicamenteuse.
 - **Maladies du Pancréas :** Séquelles pancréatite chroniques ou aiguës ;
 - **Séquelles après urgences digestives :** Hémorragie digestive, Occlusion intestinale, Péritonite, Appendicite, Infection des voies biliaires, Accidents digestifs médicamenteux, Traumatismes.

- **Les Maladies métaboliques :**
 - Surcharge pondérale allant jusqu'à l'obésité de l'adulte et de l'enfant avec ou sans complication métabolique,
 - Surpoids associé à des troubles métaboliques (diabète hyperlipidémie)



- Diabète non insulino-dépendant pouvant être traité par le seul régime,
- Cholestérol,
- Acide urique ainsi que la goutte (hors phase aiguë),
- Hypertension artérielle



8

☐ GYNECOLOGIE - GYN

- Séquelles d'affections inflammatoires, de métrite ou de salpingo-ovarite chronique,
- Douleurs pelviennes (dysménorrhée, dyspareunie),
- Vaginites et Cervicites récidivantes (infectieuses, parasitaires ou mycosiques),
- Certains cas de stérilité et d'aménorrhée, Troubles endocriniens,
- Troubles congestifs et neurotoniques de la ménopause.

☐ PHLEBOLOGIE - PHL

- Varices et leurs complications : Pesanteur, Jambes lourdes, Crampes nocturnes, Acrocyanose, Engelures, Ulcères variqueux, Post-stripping,
- Séquelles de phlébites et de périphlébites, Œdème, Hypo-sclérodermite inflammatoire, Ulcère de jambe post-phlébite

☐ AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRE et MALADIES METABOLIQUES AU

- **Maladies de l'appareil urinaire**
Néphropathies et pyélonéphrites chroniques, Inflammations de la prostate, Infections urinaires récidivantes, Insuffisance rénale modérée.
- **Maladies métaboliques**
- Surcharge pondérale allant jusqu'à l'obésité de l'adulte et de l'enfant avec ou sans complication métabolique,
- Surpoids associé à des troubles métaboliques (diabète hyperlipidémie),
- Diabète non insulino-dépendant pouvant être traité par le seul régime,
- Cholestérol,
- Acide urique ainsi que la goutte (hors phase aiguë),
- Hypertension artérielle.

☐ AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES - PSY

- Syndromes dépressifs : névrotique, endogène ou organique
- Anxiété, Asthénie, Somatisation, Troubles du sommeil



☐ NEUROLOGIE - NEU

- Troubles sensitifs des neuropathies périphériques,
- Troubles moteurs centraux, pyramidaux et extrapyramidaux,
- Hémiplégie vasculaire (à condition que le patient possède une certaine autonomie pouvant faciliter la réadaptation motrice),
- Poliomyélite, Maladie de Parkinson, Sclérose en plaque, Douleurs musculaires et neurologiques, Affections neuro-orthopédiques,
- Troubles pédopsychiatrique d'origine nerveuse (enfants stressés, agités, instables).

☐ MALADIES CARDIO-ARTERIELLES MCA

- Artériopathies oblitérantes des membres inférieurs,
- Suite de traitement chirurgical : pontage, dilatation artérielle,
- Maladie de Raynaud (mains, orteils...),
- Artérite digitale,
- Hypertension artérielle,
- Angine de poitrine,
- Séquelles d'infarctus.



LES CURES LIBRES

Cures de 6 à 12 jours

DES CURES ADAPTÉES

Les stations thermales de l'Auvergne Thermale vous proposent une offre de cures libres qui peuvent s'adapter en fonction de votre état de santé et du temps dont vous disposez.

Ces cures libres ne sont pas soumises à la prescription de votre médecin traitant et ne font donc pas l'objet d'une prise en charge par l'Assurance Maladie. Elles sont encadrées médicalement et correspondent aux différentes orientations thérapeutiques pour lesquelles chaque station thermale est agréée.



Vous pouvez ainsi effectuer, si vous le souhaitez, une cure thermale de trois semaines libre en prenant contact directement avec l'établissement thermal de votre choix.

Si vous ne disposez pas de trois semaines, mais que vous souhaitez

tout de même profiter des bienfaits des soins thermaux, de nombreux forfaits vous sont proposés par les établissements thermaux de l'Auvergne Thermale sur des durées variables de 6, 9 ou 12 jours.

UNE DÉMARCHÉ DE PRÉVENTION

Ces cures thermales sont particulièrement indiquées dans une démarche de prévention santé afin d'éviter que des petits problèmes de santé ne se transforment en maladie chronique.

La prévention est une manière d'empêcher l'apparition de certaines pathologies d'éviter leurs complications ou de freiner les effets du vieillissement. Une cure thermale libre se présente comme une proposition adaptée à cette approche santé.

Les stations thermales sont installées dans des lieux privilégiés bénéficiant d'un climat sain avec un air pur et qui permettent de profiter des bienfaits de l'eau thermale. Par ailleurs, le séjour thermal permet un éloignement



avec le quotidien assurant une vraie rupture bénéfique à la santé. Enfin, le personnel qualifié, l'élaboration de programmes dédiés et la prise en charge globale des curistes concourent à cette approche préventive.

DES PROPOSITIONS DE SÉJOURS SANTÉ AVEC HÉBERGEMENT

Dans la majorité des stations de l'Auvergne Thermale, des Séjours Santé, comprenant les soins dispensés par l'établissement thermal et votre hébergement en hôtel, vous sont proposés.



Vous pouvez découvrir toutes ces propositions dans ce guide et pré-réservez votre Séjour Santé directement sur internet par le biais du site www.auvergne-thermale.com

BOURBON-LANCY

A trois heures de Paris et deux heures de Lyon, aux confins de la Bourgogne du Sud, de la Nièvre et de l'Allier, la petite ville de Bourbon-Lancy entraîne ses visiteurs dans un univers historique mêlant agréablement les styles et les époques. Du quartier médiéval aux châteaux du dix-huitième siècle, tout est ici prétexte à voyager dans le temps... à moins que vous ne préfériez une balade en bord de Loire ou dans les superbes forêts alentours. A taille humaine et dotés d'équipements thermaux de pointe grâce à des investissements de qualité toujours plus importants, les thermes de Bourbon-Lancy vous accueillent dans une ambiance familiale, conviviale et chaleureuse, où chacun se sent ici un peu "comme à la maison".

LOISIRS ANIMATIONS

- **Biennale de l'Eté des Portraits :** les années paires de mi-juillet à mi-septembre, la ville de Bourbon-Lancy devient le centre européen des portraits de photographie : expositions gratuites dans les rues de la ville, animations variées en lien avec l'univers de la photographie.
- **Centre de Bien-Etre Celtô :** espace thermoludique, soins de bien-être à l'eau thermale, soins esthétiques, aquagym, aquabike...



- **Casino de Bourbon-Lancy :** machines à sous, jeux traditionnels (jeu de la boule, black-jack), dîners dansants, animations musicales, représentations théâtrales, soirées à thème...
- **Découverte du centre ville et du quartier médiéval**
- **Nombreuses possibilités d'excursions sur les sites touristiques alentours :** Château de St-Aubin-sur-Loire, Temple des mille bouddhas à La Boulaye, Route des châteaux de Bourgogne du Sud, sites et circuit des églises romanes du Charolais-Brionnais, Centre archéologique de Bibracte, Paray-le-Monial, Centre National du Costume de Scène de Moulins...

Renseignements à l'Office de Tourisme
tél. : 03 85 89 18 27

- **Sites de Pêche :** plan d'eau du Breuil, Loire (2^e catégorie), Somme (2^e catégorie), Pêche à la mouche aux étangs de Givallois.

ACCÈS

Route :

- depuis Paris : A6 puis A77 (sortie n°36)
- depuis Lyon : A6 puis RN 79 (sortie n°26)
- depuis Clermont-Ferrand : A71 (sortie n°11) puis contournement de Moulins (sortie n°46)

Train :

Gare de Moulins (liaison et horaires sur demande à l'Office de Tourisme), Gare de Gilly-sur-Loire / Bourbon-Lancy, Gare de Le Creusot TGV

Avion :

Aéroports de Dijon, Lyon St-Exupéry et Clermont-Ferrand / Auvergne

INFOS PRATIQUES

Situation : à l'extrémité sud-ouest du département de Bourgogne du Sud, à 3h de Paris, 2h de Lyon, Dijon, Bourges et Clermont-Fd, 30 min de Moulins-sur-Allier.

Climat : tempéré

Altitude : 240 m



ACTUALITÉS 2012 :

4 SÉJOURS SPÉCIFIQUES FIBROMYALGIE

Soins thermaux spécifiques, rééducation en piscine et en salle, relaxation, groupes de discussion, prise en charge de la douleur ...

4 dates à retenir pour 2012 :

- Du Lundi 7 mai au Samedi 26 mai
- Du Mercredi 30 mai au Mardi 19 juin
- Du Mercredi 20 juin au Mardi 10 juillet
- Du Jeudi 12 juillet au Mercredi 1^{er} août

LE PROGRAMME D'ÉDUCATION À LA SANTÉ ET À L'HYGIÈNE DE VIE

Conférences variées, ateliers pratiques et ludiques sur la mémoire, la sécurité routière, l'équilibre, la nutrition, les compléments alimentaires et la fibromyalgie.

CONFÉRENCE SUR LE DÉPISTAGE DES CANCERS

afin de sensibiliser sur l'intérêt de détecter ces maladies au plus tôt.

MARCHE NORDIQUE

Activité sportive accompagnée d'un moniteur.



LE COULOIR DE LA MARCHE pour le printemps prochain !

Le nouvel équipement, inclus dans le forfait thermal MCA, est recommandé pour son effet vasodilatateur artériel. Associant la marche à contre-courant et un massage permanent des membres inférieurs par des flux d'eau à pression variable, le couloir de marche sera un outil efficace pour une rééducation dynamique vasculaire.



LA CURE MÉDICALISÉE

• Une eau efficace pour le traitement des pathologies RH et MCA

Dotée d'une eau hyperthermale aux propriétés sédatives, décontracturantes et antalgiques sur les douleurs rhumatismales, Bourbon-Lancy propose une cure RH traitant les rhumatismes chroniques et dégénératifs (arthrose...). Les propriétés vasodilatatrices de cette eau au niveau du système cardio-vasculaire permettent également à la station de traiter les Maladies Cardio-Artérielles telles que l'hypertension, l'artérite ou encore les séquelles d'infarctus du myocarde à travers une cure MCA ou encore une cure de double orientation RH/MCA. Par ailleurs fortement chargée en Lithium, excellent régulateur d'humeur, l'eau thermale de Bourbon-Lancy soulage efficacement l'angoisse, le stress et l'anxiété, parallèlement au traitement RH et/ou MCA.



• Les soins de la cure RH

Les soins proposés à Bourbon-Lancy sont administrés par voie externe. La cure RH est ainsi constituée de soins tels que : le bain avec aérobain qui procure une décontraction musculaire généralisée avec effet sédatif, la douche pulvérisée croisée, particulièrement indiquée pour les malades atteints de polyarthrose diffuse, la piscine à jets qui procure un effet décontracturant au niveau de la colonne vertébrale, ainsi que des applications de boue, des massages sous l'eau thermale, des séances de piscine de mobilisation (rééducation axiale et périphérique), de la douche au jet (décontraction des masses musculaires), de la douche colonne (traitement très localisé des trois étages rachidiens), des étuves générales et locales (amélioration de la souplesse articulaire)...

• Les soins de la cure MCA

Dans le cadre de la cure MCA, les soins visent à stimuler la circulation sanguine. On retrouve ainsi le bain avec aérobain qui, du fait du bouillonnement d'air libérant une partie des gaz contenus dans l'eau thermale, a un effet de stimulation à la fois du muscle cardiaque et des parois artérielles, les bains locaux (bras, jambes) dont l'effet de massage des mini-jets provoque une vasodilatation distale des membres inférieurs et supérieurs, particulièrement recherchée dans le cas de la Maladie de Raynaud ou encore l'artérite des membres inférieurs, les massages sous l'eau thermale qui contribuent à la relance de la vascularisation.



LES THERMES

Construit à l'emplacement même des thermes romains, l'actuel établissement thermal de Bourbon-Lancy date du début du XIX^e siècle, tout comme le Grand Hôtel attenant. Agrandi plusieurs fois par la suite et doté d'équipements thermaux de pointe grâce à des investissements de qualité toujours plus importants, l'établissement thermal vous accueille, dans une ambiance conviviale et chaleureuse où chacun se sent un peu "comme à la maison".



BOURBON-LANCY

RH

Rhumatologie

MCA

Maladies Cardio-Artérielles

Unique station thermale de Bourgogne à proposer la cure thermale MCA, Bourbon-Lancy est indiquée pour le traitement de l'hypertension artérielle, l'artérite ou encore des séquelles d'infarctus du myocarde. Disposant également de l'orientation RH, elle offre la possibilité d'effectuer une cure RH/MCA pour un traitement conjoint d'une pathologie rhumatismale (arthrose...) et cardio-artérielle.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux : chlorurées sodiques, bicarbonatées mixtes, peu minéralisées (1,70g / litre) avec traces d'oligo-éléments (Li, Fe, Mn...) et fort dégagement gazeux (azote, gaz carbonique, gaz rares...)

Température : 58°C (hyperthermales)

RENSEIGNEMENTS

• Etablissement thermal de Bourbon-Lancy

→ Ouverture du 4 avril au 25 octobre 2012

Place d'Aligre
71140 BOURBON-LANCY
tél. : 03 85 89 18 84
e-mail : contact@stbl.fr
www.thermes-bourbon-lancy.com

• Office de Tourisme et du Thermalisme de Bourbon-Lancy

Place d'Aligre
71140 BOURBON-LANCY
tél. : 03 85 89 18 27
fax : 03 85 89 28 38
e-mail : bourbon.tourisme@wanadoo.fr
www.bourbon-lancy.com

11



LES CURES LIBRES

FORFAIT MAL DE DOS ET ANTI-STRESS

6 jours

Afin de vous permettre de profiter des vertus antalgiques et déstressantes de son eau thermale pour retrouver un assouplissement musculaire et une mobilité articulaire, la station de Bourbon-Lancy a mis en place le Forfait Mal de Dos et Anti-Stress, composé de 4 soins par jour :

- Douche au jet,
- Modelage sous affusion d'eau thermale ou douche sous immersion en piscine,
- Bain bouillonnant,
- Piscine de mobilisation.

Tarif : 227,50 €



Un certificat de non contre-indication à la pratique des soins thermaux est nécessaire pour réaliser le Forfait Mal de Dos et Anti-Stress.

Ce forfait n'est pas pris en charge par l'Assurance Maladie.

FORFAIT JAMBES LÉGÈRES

6 jours

Afin de combattre cette sensation de jambes lourdes, de stimuler la circulation et retrouver des jambes toniques, la station thermale de Bourbon-Lancy a mis en place le Forfait Jambes Légères, composé de 4 soins par jour :

- Douche au jet spécifique,
- Modelage sous affusion d'eau thermale ou douche sous immersion en piscine,
- Bain hydroxéur,
- Aquagym en piscine thermale;

Tarif : 227,50 €



Un certificat de non contre-indication à la pratique des soins thermaux est nécessaire pour réaliser le Forfait Jambes Légères.

Ce forfait n'est pas pris en charge par l'Assurance Maladie

HEBERGEMENT

• HÔTEL THERMHÔTEL

- Le Grand Hôtel ***
tél. : 03 85 89 08 87



• FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines.

Hébergements en demi-pension à partir de 913,50 € par personne.

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en demi-pension

FORFAIT MAL DE DOS ET ANTI-STRESS : à partir de 619,50 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

FORFAIT JAMBES LÉGÈRES : à partir de 619,50 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RESERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

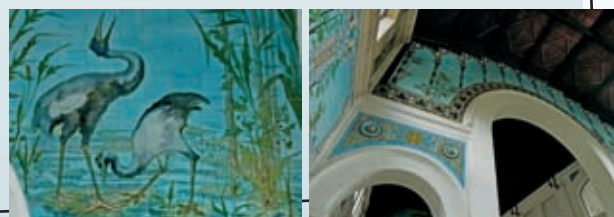
LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'Hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 03 85 89 18 27.



BOURBON-L'ARCHAMBAULT

Berceau des Bourbons, lieu de villégiature et de soins des Grands de la Cour à l'époque de Louis XIV, Bourbon-l'Archambault recèle de nombreux vestiges et fait partie des cités pittoresques qui allient tourisme et thermalisme. Située à trois heures de Paris, la cité bourbonnaise vous invite à dérouler le fil de l'histoire et à profiter des vertus de ses eaux.



LOISIRS ANIMATIONS

- **Découverte de la cité.** Visites commentées de la vieille ville (à pied et en calèche), de la forteresse médiévale des ducs.



- **Animations du casino.** piano bar "L'Excalibar", cinéma, spectacles, concerts...
Nombreux jeux (75 machines à sous, boule, black jack...) et animations ponctuelles.
- **80 km de randonnées balisées.** De multiples circuits fléchés sont l'occasion de parcourir à pied ou à VTT les alentours de la station.



- **Bourbon-l'Archambault, c'est aussi :**
 - un spectacle son et lumière au pied de la forteresse en juillet et en août,
 - tennis, piscine d'été, billard français, et 8 pools, tir à l'arc, pétanque, boule lyonnaise, swin-golf...

Renseignements à l'Office de Tourisme
tél. : 04 70 67 09 79

ACCÈS

Route :

A71 Paris-Clermont-Ferrand :
sortie Saint-Amand-Montrond
A71 Clermont-Ferrand - Paris : sortie
Montmarault
A77 Paris-Nevers puis N7 :
sortie Saint-Pierre-le-Moûtier

Train :

Gare de Moulins (22 km), desserte par
car et lignes déclenchées à la demande

Avion :

Aéroport de Clermont-Ferrand /
Auvergne : 04 73 62 71 00

INFOS PRATIQUES

Situation : au cœur de l'Allier, à 22 km
de Moulins, 50 km de Montluçon, 60 km
de Saint-Amand-Montrond, 50 km de
Nevers

Climat : tempéré et sédatif

Altitude : 250 m



LE BERCEAU DES BOURBONS

La forteresse médiévale de Bourbon-l'Archambault, berceau de la dynastie des Bourbons, est l'un des plus importants vestiges de l'époque féodale en France. Ancienne résidence des Sires Archambaud de Bourbon, ce château qui compta jusqu'à quinze grosses tours, servit essentiellement de défense militaire, alors que les ducs et leur cour s'installaient à Moulins.

Après le XVI^e siècle, le château fut abandonné. Confisqué à la Révolution, il fut vendu comme bien national en 1794, devenant alors la carrière la plus prospère de tout le pays.



En 1832, Achille Allier, poète local, sauva de la destruction les trois tours du nord et la salle qui les précède, seuls témoignages actuels, avec la tour Qui Qu'en Grogne, de la toute puissance de cette forteresse qualifiée "d'imprenable" en son temps.



13



LA CURE MÉDICALISÉE

- Une eau d'une composition particulière

Bourbon-l'Archambault possède une eau hyperthermale à 55°C, chlorurée sodique, dont les vertus thérapeutiques sont connues depuis l'Antiquité. L'association d'oligo-éléments, de sels minéraux, de micro-organismes et de gaz rares s'est constituée lentement dans les couches profondes de la terre au voisinage du socle volcanique du Massif central. L'eau thermale ainsi chargée se libère de ses éléments actifs qui sont absorbés par l'épiderme, le derme et, de là, imprègnent tout l'organisme par la voie sanguine.

- Cures de simple ou double orientation en Rhumatologie et Gynécologie

Les eaux de Bourbon-l'Archambault permettent de traiter efficacement : les affections rhumatismales inflammatoires (arthrites) et dégénératives (arthroses), les névralgies (cervico-brachiales, cruralgies, lombosciatiques), les paralysies (séquelles d'hémiplégies, paraplégies, poliomyélites) et les affections gynécologiques (hypofonctionnement ovarien, infections chroniques...). La cure peut s'effectuer en simple orientation (rhumatologie ou gynécologie) ou en double orientation (traitement conjoint des deux types d'affection).

- Des soins de qualité

Ayant entrepris une grande phase de modernisation depuis l'intersaison 2008-2009, les thermes de Bourbon-l'Archambault disposent d'une toute nouvelle piscine de mobilisation agrémentée de jets sous-marins à forte pression (trombes). Parmi les autres nouveautés, on peut citer la rénovation de cabines de massages ainsi que le réaménagement des espaces consacrés aux étuves et bains locaux. Parmi les autres soins de la cure, on trouve également : les douches (sous-marine, pénétrante et générale, sous immersion), les hydromassages, le vaporarium, les aérobains ou encore les massages sous l'eau.



- Une action démontrée

Des expériences menées dans les laboratoires d'hydrologie de plusieurs facultés ont démontré que ces soins permettaient le passage sous forme d'ions de composants de l'eau thermale au travers de la peau, et ensuite leur transfert dans le sang.

LES THERMES

Erigés en 1885, les thermes de Bourbon-l'Archambault, bien que sans cesse modernisés, ont su garder toute la beauté de leur architecture initiale, faite de voûtes lumineuses, plafond à caissons de bois ouvragé et panneaux céramiques richement décorés. Ici, la nymphe des sources et les oiseaux de paradis veillent sur votre bien-être...



Les Thermes de Bourbon-l'Archambault proposent une formule résidence :

Mobil-homes "Les Hauts du Parc"

Dans un parc ombragé, au cœur du camping municipal, 20 Mobil Homes vous attendent. Des appartements confortables avec une grande terrasse, une ou deux chambres, une cuisine entièrement équipée et une pièce de vie agréable.

Pour votre confort : TV, point Wifi payant, terrasse, linge fourni, parking.

Tarifs : Consulter les thermes

A l'unité - Forfait Cure minimum 3 nuits

RH

Rhumatologie

GYN

Gynécologie

Bourbon-l'Archambault propose des cures thermales traitant les affections rhumatismales chroniques et dégénératives grâce à ses eaux hyperthermales aux propriétés anti-inflammatoires. Elle est en outre une station de choix pour traiter les infections chroniques liées à la gynécologie.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux : Chlorurées Sodiques Polymétalliques

Température : 55°C (hyperthermales)

RENSEIGNEMENTS

- **Thermes de Bourbon-l'Archambault**
→ Ouverture du 15 mars au 10 novembre 2012

Place des Thermes
03160 Bourbon-l'Archambault
tél. : 04 70 67 07 88
fax : 04 70 67 17 27
e-mail : bourbonlarchambault@chainethermale.fr

- **Groupe Chaîne Thermale du Soleil**

32 avenue de l'Opéra
75002 Paris
tél. : 01 44 71 37 37
fax : 01 44 71 37 18
N° Vert : 0800 05 05 32
internet : www.chainethermale.fr

- **Office de Tourisme**

1 place de l'Hôtel de Ville
03160 Bourbon-l'Archambault
tél. : 04 70 67 09 79
fax : 04 70 67 15 20
e-mail : otbourbon@free.fr
internet : www.ot-bourbon.com



LES CURES LIBRES

Programmes de soins

Pour tous ceux que leur emploi du temps mobilise, santé et vie active ne sont plus incompatibles. Les Thermes de Bourbon-l'Archambault déclinent aujourd'hui pour vous, les mini-cures, véritables "concentrés de cure thermale". Adaptées à vos attentes et vos impératifs personnels, elles sont proposées selon des formules de 1 (en Thermes Découvertes), 6 et 12 jours.

Ces mini-cures ne sont pas prises en charge par les organismes sociaux.



THERMES DÉCOUVERTES :

Pour découvrir les bienfaits de soins thermaux, un programme de 4 soins quotidiens à choisir parmi les soins suivants :

Mobilisation en piscine – bain avec aérobain – bain hydromassant – cataplasme de kaolin* – douche au jet – douche de forte pression sous immersion en piscine – douche pénétrante hydromassante – vaporarium. Ce forfait est modulable de 1 à 5 jours de soins.

Tarif : 4 soins RH = 55 €

* À partir de 3 jours.

MINI-CURE SUR MESURE :

4 soins quotidiens en Rhumatologie ou Gynécologie prescrits sur mesure par le médecin thermal, parmi les soins suivants :

Mobilisation en piscine – bain avec aérobain – bain hydromassant – cataplasmes de kaolin – douche au jet – douche de forte pression sous immersion en piscine – douche pénétrante hydromassante – vaporarium.

• **Mini-cure de 6 jours :** Tarif à partir de 294 €

• **Mini-cure de 12 jours :** Tarif à partir de 588 €

MINI-CURE MAL DE DOS

4 soins quotidiens parmi les soins suivants :

Mobilisation en piscine thermale – bain avec aérobain – bain hydromassant – cataplasmes de kaolin – douche au jet – douche de forte pression sous immersion en piscine – douche pénétrante hydromassante – vaporarium.

• Mini-cure de 6 jours

+ 6 séances de Lit hydromassant (séance de 10 min),

+ 3 séances de Thermagym : séance de gymnastique (30 min) en piscine thermale dirigée par un kinésithérapeute, suivie de jets de forte pression (10 min), en après-midi.

Tarif 6 jours : à partir de 414 €

• Mini-cure de 12 jours

+ 12 séances de Lit hydromassant (séance de 10 min),

+ 6 séances de Thermagym : séance de gymnastique (30 min) en piscine thermale dirigée par un kinésithérapeute, suivie de jets de forte pression (10 min), en après-midi.

Tarif 12 jours : à partir de 816 €

NOUVEAUTÉ

MINI-CURE JAMBES LÉGÈRES PLUS

Présentation et programme des soins à consulter auprès des Thermes.

• Mini-cure de 6 jours

• Mini-cure de 12 jours

Tarif à partir de 414 €

AUTRES FORFAITS DISPONIBLES SUR DEMANDE AUX THERMES AU 04 70 67 07 88

AQUA DÉCOUVERTE :

6 jours et plus : 4 soins thermaux par jour.

Tarif :

330 € pour les 6 jours de soins, puis 55 € par jour supplémentaire

AQUA SÉRÉNITÉ :

6 jours et plus : 4 soins thermaux par jour.

Tarif :

450 € pour les 6 jours de soins, puis 55 € par jour supplémentaire

AQUA DÉLICES :

6 jours et plus : 4 soins thermaux par jour

Tarif :

570 € pour les 6 jours de soins, puis 55 € par jour supplémentaire

HEBERGEMENT

• HÔTEL THERMHÔTEL

- Grand Hôtel Montespan-Tallerand ***
tél. : 04 70 67 00 24

• FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines

Hébergement en pension complète à partir de 1 554 € par personne

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en pension complète

AQUA DÉCOUVERTE :

à partir de 848 € par personne
6 jours / 7 nuits

AQUA SÉRÉNITE :

à partir de 968 € par personne
6 jours / 7 nuits

AQUA DÉLICES :

à partir de 1088 € par personne
6 jours / 7 nuits

MINI-CURE SUR MESURE :

à partir de 812 € par personne
6 jours / 7 nuits

MINI-CURE MAL DE DOS :

à partir de 932 € par personne
6 jours / 7 nuits

MINI-CURE JAMBES LÉGÈRES PLUS

à partir de 932 € par personne
6 jours / 7 nuits

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RÉSERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 04 70 67 09 79.

15



LA BOURBOULE

Située à 850 m d'altitude, au cœur du Massif du Sancy et du Parc naturel régional des volcans d'Auvergne, La Bourboule vous accueille au sein d'un site naturel et préservé. Destination privilégiée des petits et des grands, cette "Station Insolite" labellisée "Famille Plus Nature", "Station Verte de Vacances" et "Ville fleurie 3 fleurs" vous offre une bouffée d'air pur en pleine nature et en toutes saisons.



LOISIRS ANIMATIONS

- **De nombreux festivals et manifestations.** Festivals, fêtes à thèmes, animations et manifestations ponctuelles (spectacles pour adultes et enfants, conférences, diaporamas, concerts, animations de rue, brocantes et antiquités...) sont programmés tout au long de l'année à La Bourboule pour le plus grand plaisir de tous, avec entre autres :
 - Festival Sancy Snow Jazz en février,
 - Festival de cinéma jeune public en juin (Plein la Bobine),
 - Festival Sancy outdoor en juillet,
 - Fête de l'été et de la musique,
 - Grand prix de peintures et sculptures,
 - Week-end vélo en août (cyclotourisme et VTT),
 - Semaine Jeune Public (Famille +),
 - Horizons, rencontres Art nature.

Pour en savoir plus :
www.myspace.com/labourbouleprog
www.ville-labourboule.com

- **La Bourboule, c'est aussi :**
 - Centre aquatique : bassins sportif, balnéo, petite enfance, polyvalent...
 - Médiathèque, cinéma, discothèque casino (boule, machine à sous).
 - **En hiver**, randonnées en ski de fond et en raquettes dans l'Espace nordique Sancy, marche nordique, possibilité de cours de ski de fond.
 - **En été**, randonnées, VTT...
 - **NOUVEAU** Espace Sancy VTT Secteur La Bourboule / Le Mont-Dore / La Tour d'Auvergne : 9 circuits de difficultés variées - 74 km.
 - **Le Parc Fenestre.** Au cœur de la station, ce parc de 12 ha comprend : toboggans, jeux, manèges, parcours d'orientation, mini-golf, petit train, télécabine de Charlannes, centre de loisirs, halte-garderie...
 - **L'espace géologique** (expositions, sorties sur le terrain...)
 - **Visites diverses**, musées, nombreuses activités sportives, randonnées pédestres, VTT, centre équestre, tennis, remise en forme, excursions...
 - **Visites théâtre animées**, visites de la ville.

- **Navettes en bus** vers Le Mont-Dore / Sancy pendant les vacances scolaires d'hiver et en saison d'été vers Murat-le-Quaire / Le Mont-Dore / Sancy.

Renseignements à l'Office de Tourisme
tél. : 04 73 65 57 71

ACCÈS

Route :

- A71 : Paris, Orléans, Bourges, Clermont-Ferrand puis D2089, (Sortie 25)
- A72 : Lyon, Saint-Etienne, Clermont-Ferrand, puis D2089 (dir. La Bourboule - Le Mont-Dore)
- A75 : Montpellier, Saint-Flour, Issoire, Clermont-Fd, puis D2089 (dir. La Bourboule - Le Mont-Dore)
- A89 et D2089 : Bordeaux, Brive, Ussel, (Sortie 25)
- A10 : Orléans, Châteauroux, Limoges, Sortie 45, (D120 puis A89)

Train :

Gare SNCF à La Bourboule :
08 36 35 35 35
(Taxis à l'arrivée des trains)

Avion :

Aéroport de Clermont-Ferrand / Auvergne : 04 73 62 71 00

INFOS PRATIQUES

Situation : dans le Puy-de-Dôme, au cœur du Massif du Sancy, à 55 km de Clermont-Ferrand.

Climat : Moyenne montagne

Altitude : 850 - 1150 m



LES "PLUS" DES GRANDS THERMES

L'ÉCOLE DE L'ASTHME

Créée en 1996, elle vient d'être récemment agréée **Centre d'Éducation thérapeutique par l'Agence Régionale de Santé**. Un accompagnement des curistes y est proposé car la prévention et l'éducation pour la santé contribuent pleinement à la réussite de la cure. Ainsi, les ateliers thérapeutiques destinés aux enfants, adolescents et adultes leur permettent de mieux comprendre leur maladie et ses mécanismes, prévenir ou gérer la crise, connaître l'usage et l'intérêt des médicaments, reprendre une activité physique. Les ateliers thérapeutiques sont proposés par le médecin mais la démarche reste personnelle.

LES ATELIERS D'ÉDUCATION À LA SANTÉ

Ils abordent différents sujets tels que les allergies respiratoires et cutanées, l'obésité, le tabac et dans un objectif de Prévention participent pleinement aux effets bénéfiques du séjour.

L'ATELIER ENVIRONNEMENT

Des ateliers sont animés par une conseillère médicale en environnement intérieur pour apprendre à mieux gérer les problèmes de la vie quotidienne et à améliorer la qualité de vie.

TABLES RONDES ET CONFÉRENCES

Les thèmes abordés (allergies respiratoires et cutanées, facteurs de risque, infections respiratoires, diététique, activités physiques et sportives...) sont traités selon les besoins, dans un objectif d'information et de prévention.

Pour tout renseignement et inscription, s'adresser à l'École de l'Asthme
Tél. : 06 68 02 18 21

www.cetp-asthme63.org

Possibilité de s'inscrire pendant la saison à l'accueil des Grands Thermes.



LA CURE MÉDICALISÉE

UN TRAITEMENT PARTICULIÈREMENT EFFICACE

Pour les orientations Voies Respiratoires et Dermatologie, le traitement thermal de La Bourboule est une thérapeutique globale et efficace des affections allergiques et non allergiques, grâce à la spécificité de ses eaux thermo-minérales, aux techniques utilisées et à un environnement climatique et éducatif favorable.

LE TRAITEMENT THERMAL A EN EFFET :

- **Une action anti-inflammatoire** qui lutte contre les radicaux libres et diminue les marqueurs d'inflammation constatés après la cure,
- **Une action anti-infectieuse**, par le biais de la diminution de l'inflammation qui favorise l'infection, mais aussi de façon directe par stimulation de l'immunité,
- **Une action anti-allergique**, là encore par diminution de l'inflammation.



LA CURE POST-CANCER : DERMATOLOGIE

L'après cancer peut parfois se révéler un moment difficile à vivre pour le patient qui s'est battu avec ténacité contre la maladie.

Il peut donc ressentir le besoin de se retrouver dans un cadre protecteur permettant à la fois d'améliorer sa qualité de vie et regagner l'estime de soi. C'est dans cette optique que les Grands Thermes de La Bourboule initient un projet novateur en Auvergne en proposant une "cure post-cancer dermatologie".

L'offre se compose :

- De la cure thermique "Dermatologie" de 18 jours (4 soins par jour, le matin) prise en charge par la Sécurité Sociale,
- Complétée d'un pack au choix les après-midi, non pris en charge par la Sécurité Sociale.

- **Pack EQUILIBRE (3 semaines) : 199 €**
- **Pack HARMONIE (3 semaines) : 250 €**
- **Pack PLENITUDE (3 semaines) : 350 €**

Pour connaître le programme des soins des Packs, se renseigner auprès des Grands Thermes de La Bourboule au 04 73 81 21 41.

LES GRANDS THERMES

Ils reçoivent chaque année plusieurs milliers de curistes, enfants, adolescents et adultes, et se distinguent par la quiétude des différents espaces de ce magnifique bâtiment et par des investissements de qualité visant à l'améliorer de l'accueil des curistes.

A ce titre, récemment l'espace Balnéo du Service Enfants accompagnés a bénéficié de travaux de restructuration et d'embellissement pour l'adapter aux nouvelles normes et le rendre plus confortable.

Dans le même esprit, la procédure de certification instaurée aux Grands Thermes, garantit le respect de toutes les règles édictées par le cahier des charges en matière de sécurité, protocoles d'hygiène grâce à une rigoureuse traçabilité de toutes les actions menées.

Enfin, les enquêtes de satisfactions réalisées auprès des curistes font apparaître la très bonne perception de la prestation du service thermal, ainsi qu'une réelle efficacité thérapeutique.



→ EXCLUSIVITÉS DES GRANDS THERMES :

- Des horaires libres
- L'espace Confort
- Pour les enfants : atelier de badigeonnage
- Pour les curistes en orientation "Dermatologie" : atelier de maquillage
- La Carte Pass individuelle ou familiale qui donne droit pendant 3 semaines à des animations de qualité afin de rendre le séjour des curistes le plus agréable possible (Yoga, Qi gong, Relaxation, Ateliers conférences, Aromathérapie, Réfléxologie, Contes...).

LA BOURBOULE

VR

Voies Respiratoires

DER

Dermatologie

TDE

Troubles du Développement de l'Enfant

AMB

Affections des Muqueuses Bucco-linguales

Les Grands Thermes sont spécialisés dans le traitement de l'asthme, des allergies respiratoires, de l'eczéma et du psoriasis. Ses eaux renforcent les défenses immunitaires et protègent les cellules.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

- **Eaux** : bicarbonatées chlorurées sodiques - riches en oligo-éléments
- **Température** : Source Perrière 58°C

RENSEIGNEMENTS

- **Grands Thermes de La Bourboule**
→ Ouverture du 6 février au 6 octobre 2012

76 Boulevard G. Clemenceau
B.P. 85 - 63150 La Bourboule
tél. : 04 73 81 21 00 - fax : 04 73 65 54 09
e-mail : bourboule.grandsthermes@wanadoo.fr
internet : www.grandsthermes-bourboule.com

- **Service Animation**
tél. : 04 73 81 31 03 ou 04 73 81 31 04
www.myspace.com/labourbouleprog

- **Office de Tourisme de La Bourboule**
Place de la République
63150 La Bourboule
tél. : 04 73 65 57 71
fax : 04 73 65 50 21
e-mail : bt.bourboule@sancy.com
internet : www.sancy.com

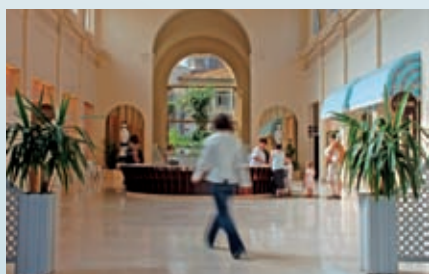
LES CURES LIBRES

MINI-CURE DE REMISE EN SANTÉ

Les Grands Thermes déclinent leur savoir faire thermal à travers des mini-cure de Remise en Santé choisies parmi les 23 pratiques du forfait thermal de 18 jours. Ces soins prodigués à l'Espace Confort sont une réponse adaptée et efficace lorsqu'on ne dispose pas de 3 semaines à consacrer à une cure "traditionnelle".

Les tarifs ci-dessous ne comprennent pas le coût de la visite médicale, payable directement au médecin thermal et non remboursable par la Sécurité Sociale. Cette visite préalable est nécessaire au choix et à la prescription de vos soins par le médecin thermal.

20 % de réduction aux accompagnants de curistes pour toute mini cure 6 ou 12 jours.



DERMATOLOGIE

Tarif d'un forfait de 4 soins quotidiens personnalisés (tarifs hors frais médicaux)

Tarif :

- 6 jours de soins + cure de boisson : 199 €
- 12 jours de soins + cure de boisson : 395 €

VOIES RESPIRATOIRES

Tarif d'un forfait de 6 soins quotidiens personnalisés (tarif hors frais médicaux)

Tarif :

- 6 jours de soins + cure de boisson : 205 €
- 12 jours de soins + cure de boisson : 410 €

En plus des forfaits Dermatologie ou Voies Respiratoires, des pratiques médicales complémentaires (douche filiforme, douche pharyngienne, Proëtz...) peuvent être rajoutées. Leurs tarifs ne sont pas inclus dans le prix de nos forfaits.

AFFECTIONS DES MUQUEUSES BUCCO-LINGUALES

Tarif d'un forfait de 3 soins quotidiens personnalisés (tarif hors frais médicaux)

Tarif :

- 6 jours de soins + cure de boisson : 50 €
- 12 jours de soins + cure de boisson : 90 €

INITIATION THERMALE

Pour découvrir l'univers thermal, venez tester nos formules spécifiques :

- Mieux respirer (VR)
- Bien dans sa peau (DER)

Tarif :

- 4 à 6 soins / jour entre 1 et 4 jours 40 € / jour

AUTRES ACTIVITÉS

MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

TUI NA (massage énergétique), acupuncture, plantes, QI GONG (exercices physiques).

Contact Florence sur RDV

au 06 29 33 71 98
e-mail : flofor.63@gmail.com

RÉFLEXOLOGIE ET AROMATHÉRAPIE

Réflexologie plantaire, palmaire, du dos et du visage et conseils en aromathérapie

Contacts : Aurore ou Kevin sur RDV

du mardi au samedi au 06 64 88 84 23
e-mail : risserk@hotmail.com

NATUROPATHIE

La naturopathie est une approche thérapeutique qui vise à équilibrer le fonctionnement de l'organisme, à maintenir, retrouver et optimiser la santé par des moyens jugés naturels : équilibre alimentaire, hygiène de vie, physiothérapie, technique de gestion du stress...

Contact Michel DUCROS sur RDV

au 06 20 31 77 87
e-mail : mducros63@orange.fr

SOPHROLOGIE

La sophrologie inventée par Alfonso Caycedo est un ensemble de techniques et de méthodes visant la conquête ou le renfort d'un équilibre.

L'apprentissage de la technique et un entraînement régulier par l'application des exercices spécifiques contribuent à améliorer son quotidien, gérer son stress, retrouver le sommeil, préparer aux interventions médicales...

Elle peut être pratiquée en groupe ou en séance individuelle.

Elle est un moyen de développement personnel.

Praticien Michel DUCROS sur RDV

Contact aux Grands Thermes
au 04 73 81 21 00
e-mail : bourboule.grandsthermes@wanadoo.fr

HEBERGEMENT

• HÔTELS THERMHÔTEL

- Hôtel Le Parc des Fées ***
tél. : 04 73 81 01 77
- Hôtel Restaurant Le Régina ***
tél. : 04 73 81 09 22
- Hôtel de l'Aviation ***
tél. : 04 73 81 32 32
- Hôtel Le Charlet **
tél. : 04 73 81 33 00

• FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines.

Hébergement en demi-pension à partir de 966 € par personne.

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en demi-pension

DERMATOLOGIE :

à partir de 563 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

AFFECTIONS DES MUQUEUSES

BUCCO-LINGUALES :

à partir de 414 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

VOIES RESPIRATOIRES :

à partir de 569 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RÉSERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 04 73 65 57 71



CHÂTEAUNEUF-LES-BAINS

Aux confins de l'Auvergne et du Bourbonnais, à l'abri des bruits et des pollutions citadines, Châteauneuf-les-Bains est un petit village de 400 habitants niché au fond d'une vallée souriante. Station thermale du Rhumatisme et de la Forme, Châteauneuf-les-Bains allie, en toute harmonie, thermalisme moderne et authentique retour à la nature !

Votre corps vous fait souffrir et vous n'avez pas trois semaines à consacrer à votre santé ! Alors optez pour les semaines thermales "rhumatologie", véritables forfaits anti-douleur étudiés pour prévenir et soulager douleurs articulaires et autres rhumatismes.

LOISIRS ANIMATIONS

- De nombreuses promenades et randonnées.

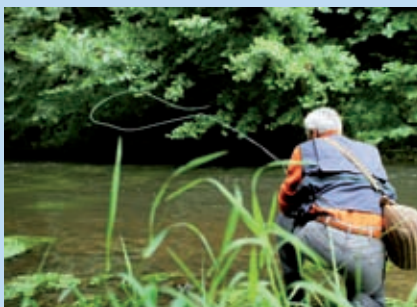
Châteauneuf-les-Bains est une petite station verte tranquille où calme ne rime pas avec ennui, tant les alentours regorgent de possibilités d'excursions. Du viaduc des Fades aux gorges de Chouvigny, en passant par les superbes lacs de montagne, le plus difficile est de choisir...



- Une base de loisirs canoë-kayak, VTT, équitation...

- Le paradis des pêcheurs à la mouche.

La Sioule, rivière poissonneuse 1^{ère} catégorie, offre ses méandres sinueux aux amoureux de la pêche. Pêche à la mouche (Parcours No-Kill).



- Baignade et canotage dans les nombreux plans d'eau (naturels ou artificiels)

- Et aussi : animations et fêtes de pays à Châteauneuf et aux alentours ; et sur place expositions, prêt de livres, accès internet, programme de sorties accompagnées...

Renseignements à Office de Tourisme :
04 73 86 67 86 ou 04 73 85 80 94

ACCÈS

Route :

A71 - Autoroute Paris / Clermont-Ferrand, puis A89 sortie Manzat (n° 27), puis Châteauneuf-les-Bains

Train :

Depuis la gare de Riom - Châtel-Guyon. Dessertes en cars jusqu'à la gare de Saint-Gervais / Châteauneuf-les-Bains Rens. TER : 0 891 67 00 68

Avion :

Aéroport de Clermont-Ferrand / Auvergne : 04 73 62 71 00

INFOS PRATIQUES

Situation : dans le Puy-de-Dôme, à 38 km de Bordeaux, 200 km de Lyon, 45 km de Clermont-Ferrand et 35 km de Riom.

Climat : tempéré et sédatif

Altitude : 390 m

A LA DÉCOUVERTE DES SOURCES

Châteauneuf-les-Bains est dotée d'environ 22 sources localisées dans un rayon de 3 km et composées de sources froides (dont 2 sont utilisées pour l'em-bouteillage) et de sources chaudes (dont 2 alimentent les Thermes). Le parcours pédestre "Au fil de l'Eau" vous permet de découvrir certaines de ces sources, ainsi que les bords de la Sioule, charmante rivière qui a sculpté le paysage. Ce circuit, grâce au descriptif disponible au bureau d'accueil, vous permet de connaître l'histoire de la station, mais d'autres circuits vous sont également proposés car ce lieu enchanteur invite à la promenade.



LA CURE MÉDICALISÉE

• Des eaux aux vertus sédatives et antalgiques

Les eaux bicarbonatées sodiques et fortement gazeuses de la source des Grands Bains Tempérés sont réputées pour avoir une action sédative et antalgique sur l'appareil locomoteur. C'est grâce à ces eaux et à leurs vertus thérapeutiques particulières que la cure thermale de Châteauneuf-les-Bains permet de soulager efficacement et durablement les douleurs rhumatismales.

• La spécialité de Châteauneuf : le traitement des affections rhumatismales

Spécialisée dans le traitement de la rhumatologie et des traumatismes ostéo-articulaires, la station propose une cure médicalisée de 18 jours pour soigner les rhumatismes inflammatoires (polyarthrites chroniques évolutives, spondylarthrite ankylosante, arthrites), les rhumatismes dégénératifs (arthroses de la hanche, du genou, du dos et des lombaires), les rhumatismes abarticulaires (séquelles de tendinites et de périarthrites, syndrome algoneurodistrophique, troubles statiques du rachis, scoliozes, dorsalgies diverses) et certaines névralgies (séquelles de lombo-sciatiques, de cruralgies et de névralgies cervico-brachiales, syndromes trophostatiques post-ménopausiques).

• Un panel de soins complet

Le traitement, à base de douches générales, de bains avec douches en immersion, de cataplasmes de boues en application locale multiple, comprend également des étuves (générales ou locales), des massages sous eau thermale (sous réserve de la présence de kinésithérapeute), ainsi que des séances en piscine de mobilisation.

LES THERMES

Loin de l'architecture d'avant-guerre et des fantaisies maçonnées dans les années folles, l'établissement thermal de Châteauneuf-les-Bains est à l'image de la station : "nature". En effet, les Thermes se tiennent à l'écart, en contrebas des falaises, comme s'ils étaient amarrés à la Sioule, le paradis des pêcheurs à la mouche.

Nichée dans un superbe cirque naturel, la station offre ainsi un cadre préservé et encore un peu sauvage aux amoureux de la nature.

Dépaysement, tranquillité et sérénité...

telle est l'atmosphère idéale pour traiter les affections rhumatismales, la spécialité de Châteauneuf-les-Bains.

LA CURE LIBRE

SEMAINES THERMALES "RHUMATOLOGIE"

6 jours :

Ces forfaits sont composés de 4 soins par jour parmi les soins thermaux "rhumatologie" de la station : cure de boisson, bain avec douche en immersion, douche générale au jet, douche générale, étuve locale et générale, massage sous l'eau (sous réserve de la présence de kinésithérapeute), piscine de mobilisation, cataplasme en application locale.

Tarif :

- 6 jours de soins, sans kinésithérapie : 255 €
- 6 jours de soins, avec 6 piscines de mobilisation : 255 €
- 6 jours de soins, avec 6 massages sous l'eau : 315 €
- 6 jours de soins, avec 3 piscines de mobilisation et 3 massages sous l'eau : 290 €

Prix de la visite médicale obligatoire auprès d'un médecin thermal de la station non inclus. Arrhes de garantie de réservation : 75 €/pers., 100 € pour un couple. Frais en cas d'annulation : 35 €. Ces forfaits ne sont pas pris en charge par l'Assurance Maladie.

HEBERGEMENT

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme des Combrailles : 04 73 85 80 94 ; du Bureau d'accueil de Châteauneuf-les-Bains : 04 73 86 67 86

PRÉ-RESERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale, pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

RH

Rhumatologie

Située à une cinquantaine de kilomètres de Clermont-Fd, la station thermale de Châteauneuf-les-Bains, lieu de villégiature rêvé des amoureux de la nature, utilise les effets anti-inflammatoires et antalgiques de ses eaux ainsi que les propriétés vasodilatatrices du gaz carbonique pour apaiser et soigner les douleurs rhumatismales.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux : bicarbonatées sodiques, carbogazeuses

Température : 35°C (mésothermales)

RENSEIGNEMENTS

• Thermes de Châteauneuf-les-Bains

→ Ouverture du 21 mai au 6 octobre 2012

63390 Châteauneuf-les-Bains

tél. : 04 73 86 67 49

fax : 04 73 86 40 39

e-mail : chateauneuf@valvital.fr

internet : www.valvital.fr

• Office de Tourisme des Combrailles

Place Raymond Gauvin

63390 Saint-Gervais-d'Auvergne

tél. : 04 73 85 80 94

e-mail : contact@tourisme-combrailles.fr

internet : www.tourisme-combrailles.fr

- Bureau d'accueil

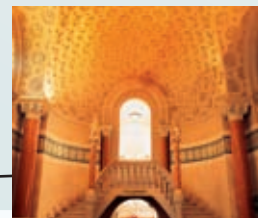
de Châteauneuf-les-Bains

tél. : 04 73 86 67 86



CHÂTEL-GUYON

D'air, d'eau, de terre et de feu, Châtel-Guyon vous ouvre les portes des volcans d'Auvergne et vous invite à découvrir les charmes d'une station touristique et thermale à l'architecture flamboyante.



LOISIRS ANIMATIONS

• Fêtes et loisirs

Organisés pour vous tout au long de la saison thermale. Renseignements et programme des festivités à votre disposition à l'Office de Tourisme.

• Festival du Jazz à danser

"Jazz aux Sources" du 24 au 28 mai 2012.

• Les Estivales du Parc

Concerts gratuits en plein air les samedis en juillet et août.



• **Concerts Classiques** de la saison estivale.

• Expositions au Centre de la Mouniaude

Exposition canine nationale, exposition de minéraux, artistes d'Auvergne et artisanat (exposition dans le Parc thermal)...

• Visites

- Vulcania, Parc européen du volcanisme.
- Maison de la Pierre : scénographie sur le travail de la pierre de Volvic.
- Chalet d'accueil des Eaux de Volvic.
- Chasse au Trésor, au Château de Chazeron.
- Train panoramique du Puy de Dôme.

Renseignements à l'Office de Tourisme
tél. : 04 73 86 01 17



ACCÈS

Route :

Autoroutes jusqu'à Riom - Châtel-Guyon en provenance de Paris, Nice, Marseille, Montpellier, Perpignan, Genève, Lyon, Saint-Etienne, Bordeaux, Toulouse.

Train :

Gare de Riom - Châtel-Guyon à 5 km

Avion :

Aéroport de Clermont-Ferrand / Auvergne : 04 73 62 71 00

INFOS PRATIQUES

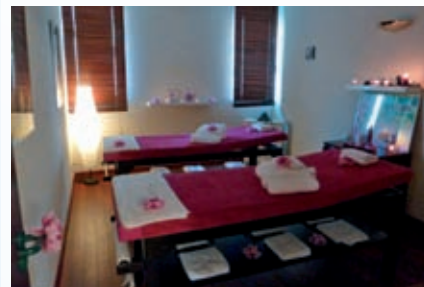
Situation : dans le Puy-de-Dôme, au cœur du Pays de Volvic, à 15 km de Clermont-Ferrand et à 30 min de Vulcania

Climat : tonique et tempéré

Altitude : 430 m



LE SPA ADRIANA KAREMBEU



Ouvert toute l'année 7j/7, à l'orée du Parc Thermal de Châtel-Guyon, le Spa Adriana Karembeu vous guidera dans votre recherche de bien-être et de relaxation.

Vous y découvrirez divers soins et rituels ainsi que des formules répondants à toutes vos envies dans un cadre glamour et convivial.

Venez profiter d'un moment de détente exceptionnel et laissez vous porter par le bien-être pour une heure, un jour ou une semaine...

Prenez le temps de vous détendre en évoluant dans les différents espaces de notre Spa : soins esthétiques, balnéothérapie, massothérapie, aquagym et aquabike, hammam, sauna et salle de musculation.



Le Spa Adriana Karembeu

7 bis rue d'Angleterre
63140 Châtel-Guyon
04 73 86 12 22
spa.chatelguyon@akd.fr



LA CURE MÉDICALISÉE

• **Les vertus des eaux de Châtel-Guyon** particulièrement riches en sels minéraux et oligo-éléments (magnésium, silicium...) ont de nombreux effets thérapeutiques : régulation de la motricité colique, effet antispasmodique et anti-inflammatoire, cicatrisation de la muqueuse colique, normalisation de la flore intestinale, effet myorelaxant et anti-stress, effet anti-inflammatoire sur les articulations.



22



• Orientations thérapeutiques

La station propose des cures médicalisées de trois semaines pouvant faire l'objet d'une prise en charge ou des cures libres de 6, 9, 12 jours traitant :

- les troubles de l'appareil digestif

- **Colites** : colite diverticulaire, colite post médicamenteuse (antibiotiques, laxatifs...), colite post-parasitaire (amibiase...), colite post-microbienne,
- **M.I.C.I** : [Rectocolite hémorragique, maladie de Crohn,]
- **Troubles fonctionnels intestinaux** : colopathie fonctionnelle, diverticulose colique, troubles du transit (constipation, diarrhée, alternance des deux).

- Les troubles de l'appareil urinaire :

- **Cystites,**
- **Vaginites récidivantes** à germes intestinaux,

- **Rhumatologie** : Arthrose dans toutes ses localisations. Lombalgies chroniques. Rhumatismes inflammatoires stables : polyarthrite, rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante, rhumatisme psoriasique. Tendinopathies chroniques. Séquelles douloureuses post opératoires ou post-traumatiques, algo-neuro-dystrophies, Fibromyalgie,

- **Maladies métaboliques**

LES SOINS THERMAUX

Soins spécifiques digestifs : entéroclyses (goutte à goutte intestinal), douches intestinales, cataplasmes d'argile abdominaux, douches au jet abdominales, bains avec douche sous-marine, massages sous l'eau, irrigations vaginales, pulvérisations anales.

Soins spécifiques rhumatologiques : bains de boue, cataplasmes d'argile, douches pénétrantes, massages sous l'eau, manudouches - pédidouches.

Soins généraux : bains de vapeur, aérobains et bains avec douche en immersion, douches générales au jet.



LES THERMES

- Les Thermes Henry (Standard).
- Les Thermes du Splendid (Hors Classe).



Châtel-Guyon propose également des cures double orientation, permettant de traiter conjointement deux types d'affections : AD AU+RH et RH+AD AU.

AD

Appareil Digestif
Maladies Métaboliques

RH

Rhumatologie

AU

Maladies Métaboliques
Appareil Urinaire

Située aux portes des volcans d'Auvergne, la station thermale de Châtel-Guyon utilise les vertus thérapeutiques de ses eaux, dues notamment à leur composition élevée en Magnésium, pour soigner les maladies des appareils digestif et urinaire, les affections rhumatismales, ainsi que les maladies métaboliques.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux : bicarbonatées - calciques, riches en oligo-éléments (Li, Zn, Mn, Se) et en Silicium. Uniques par leur importante teneur en Magnésium.

Température : 18°C à 37°C

RENSEIGNEMENTS

• Établissements Thermaux

BP 51 - 63140 Châtel-Guyon
tél. : 04 73 86 00 08 - fax : 04 73 86 09 30
e-mail : contact@thermesdechatel-guyon.fr
internet : www.thermesdechatel.fr

- **Thermes Henry** (Standard) **et Thermes du Splendid** (Hors Classe)
→ Ouverture du 2 Avril au 27 Octobre 2012

• Le Spa Adriana Karembeu

7 bis, rue d'Angleterre
63140 Châtel-Guyon
tél. : 04 73 86 12 22 - fax : 04 73 67 02 86
e-mail : spa.chatelguyon@akd.fr
internet : www.akd.fr

• Office de Tourisme

Avenue de l'Europe
63140 Châtel-Guyon
tél. : 04 73 86 01 17 - fax : 04 73 86 27 03
e-mail : ot.chatelguyon@wanadoo.fr
internet : www.ot-chatel-guyon.com

LES CURES LIBRES

Vous ne pouvez pas suivre une cure complète de 18 jours ? Vous pouvez alors opter pour une cure de plus courte durée, sans prise en charge par la Sécurité Sociale.

SÉJOUR DÉTOX :

6 jours : 4 soins thermaux par jour + la cure de boisson.

Par jour :

- 1 douche abdominale ou un massage abdominal sous l'eau,
- 1 douche intestinale ou une entérocluse,
- 1 bain (BDI, aérobain, douche sous marine),
- 1 cataplasme d'argile abdominal.

Compris dans ce forfait :

- 1 programme diététique,
- 1 séance de stretching par jour,
- 2 séances de yoga ou tai-chi ou sophrologie par séjour.

Tarifs :

- Thermes Henry (standard) : 377 € les 6 jours
- Thermes du Splendid (hors classe) : supplément de 120 € par séjour.



SÉJOUR ANTI-STRESS :

6 jours : 4 soins thermaux par jour + la cure de boisson.

Par jour :

- 1 bain (BDI, aérobain, douche sous marine),
- 1 douche locale au jet ou générale au jet ou douche pénétrante,
- 1 cataplasme unique ou multiple ou bain de boue,
- 1 bain de vapeur ou douche générale.

Compris dans ce forfait :

- 1 séance de stretching par jour,
- 2 séances de tai-chi ou yoga ou sophrologie par séjour.

Tarif :

- Thermes Henry (standard) : 254 € les 6 jours.
- Thermes du Splendid (Hors Classe) : supplément de 120 € par séjour.

SÉJOUR CONFORT DU DOS :

6 jours : 5 soins thermaux par jour + la cure de boisson.

Par jour :

- 1 massage dorso-lombaire sous l'eau,
- 1 bain (BDI, aérobain, douche sous marine),
- 1 douche locale au jet ou générale au jet ou douche pénétrante,
- 1 cataplasme dorso-lombaire multiple ou bain de boue,
- 1 bain de vapeur ou douche générale.

Compris dans ce forfait :

- 1 séance de stretching par jour,
- 2 séances de yoga ou tai-chi ou sophrologie par séjour.

Tarifs :

- Thermes Henry (standard) : 399 € les 6 jours.
- Thermes du Splendid (hors classe) : supplément de 120 € par séjour.



Pour tous les séjours, une visite médicale est obligatoire en début de séjour pour un certificat de non contre indication.

HEBERGEMENT

• HÔTELS THERMHÔTEL

- Hôtel Bellevue***
tél. : 04 73 86 07 62
- Splendid Hôtel***
tél. : 04 73 86 04 80
- Le Castel Régina**
tél. : 04 73 86 00 15

• FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines

Hébergement en demi-pension à partir de 1 260 € par personne

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en demi-pension

SÉJOUR DÉTOX :

à partir de 797 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

SÉJOUR ANTI-STRESS :

à partir de 630 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

SÉJOUR CONFORT DU DOS :

à partir de 760 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RESERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 04 73 86 01 17



CHAUDES-AIGUES

Championne d'Europe dans la catégorie des sources chaudes, cette fille de l'Aubrac vous ouvrira les portes d'une nature authentique dans une atmosphère méridionale. Bienvenue à Chaudes-Aigues... où les sources ont de la ressource.

Chaudes-Aigues, la plus méridionale des stations d'Auvergne, est placée sous le signe de la chaleur. Ses eaux thermales, les plus chaudes d'Europe, jaillissent en effet à 82°C. L'action antalgique et myorelaxante de ses eaux est parfaite pour le traitement des rhumatismes.



LOISIRS ANIMATIONS

- **Centre thermoludique** (jacuzzi, lits à bulles, geysers, sauna, hammam, bassin de musique subaquatique sur le toit terrasse) intégré au centre thermal Caleden
- **Le Château du Couffour, restaurant gastronomique de Serge Vieira**, Boccuse d'Or 2005, 1 étoile au Michelin en 2010, un espoir pour la deuxième.
- **Géothermia - Musée européen de la Géothermie et du Thermalisme** - Unique en France
- **Randonnées pédestres** - une quarantaine de circuits balisés de randonnées pédestres à parcourir en toute saison. Topo guide en vente à l'Office de Tourisme et à la Maison de la Presse. Diverses animations à la demi-journée sont proposées en saison par l'Office de Tourisme. Vous aurez ainsi la possibilité de découvrir une région unique, du plateau de l'Aubrac aux Gorges du Bès ou de La Truyère en passant par Chaudes-Aigues et la source du Par (82°C).
- **Chaudes-Aigues, c'est aussi :**
 - la découverte d'une ville insolite, circuit "de par en par"
 - le jardin d'agrément avec jeux pour les enfants et un mini-golf avec sites touristiques emblématiques du Cantal
 - le Casino
 - le Cinéma "La Source"
 - la médiathèque municipale
 - la piscine découverte, le tennis...
 - des activités d'eaux vives et de pleine nature (pêche, canyoning, VTT, escalade)
 - le trail hivernal, le 4 mars 2012
 - le Grand Parcours, le 9 juin 2012
 - les marchés de bienvenue du mercredi en saison, le marché artisanal du mois d'août.
 - la fête patronale le 1^{er} week-end d'août
 - le concert annuel de la chorale "Le souffle du par" en avril
 - des animations diverses
 - un grand choix de restaurants pour découvrir la gastronomie locale

Renseignements à l'Office de Tourisme
Ouvert toute l'année
29 av. Pierre Vialard
15110 Chaudes-Aigues
tél. : 04 71 23 52 75
e-mail : info.chaudes-aigues@wanadoo.fr
internet : www.chaudesaigues.com

Wifi gratuit et en libre accès autour de l'Office de Tourisme et de la Maison des Services.

Accès gratuit et en libre service à la salle informatique de la Maison des Services contiguë à l'Office de Tourisme.



GÉOTHERMIA

Chaudes-Aigues vous propose de découvrir les mystères de la géothermie dans son Musée Européen de la Géothermie et du Thermalisme, un musée unique en France.

La géothermie est le terme employé pour désigner la chaleur qui provient de la terre, une énergie que l'homme a utilisé bien avant le charbon et le pétrole et dont les manifestations les plus spectaculaires sont les geysers, les sources chaudes...

Si vous voulez en savoir plus sur l'origine de la source naturelle la plus chaude d'Europe (82°C), une visite à Géothermia s'impose.



ACCÈS

Route :

Autoroute A75
(Clermont-Ferrand - Montpellier), en venant de Clermont-Ferrand :
Sortie Saint-Flour Nord (Sortie 28), en venant de Montpellier :
sortie Saint-Chély-d'Apcher (Sortie 34).

Train : Gare de Saint-Flour (30 km)
Liaisons Chaudes-Aigues - Saint-Flour - Chaudes-Aigues (tous les jours, sauf dimanche et jours fériés) assurées par le car "Trans-Planèze Aubrac".
tél. : 04 71 23 52 47

Avion :

Aéroport d'Aurillac (100 km)
04 71 63 56 98
Aéroport Clermont-Ferrand / Auvergne (130 km) - 04 73 62 71 00
Aéroport de Rodez (90 km)
05 65 76 02 00

INFOS PRATIQUES

Situation : Porte nord de l'Aubrac, à 30 km de Saint-Flour et de Laguiole

Climat : Tonique et vivifiant

Altitude : 750 m - Moyenne montagne

24



LA CURE MÉDICALISÉE

• **Les eaux les plus chaudes d'Europe**
Chaudes-Aigues, la plus méridionale des stations d'Auvergne, est placée sous le signe de la chaleur. Ses eaux thermales, les plus chaudes d'Europe, jaillissent à 82°C et sont utilisées tout au long de l'année.

• **Une cure spécialisée en rhumatologie**
Grâce à la température exceptionnelle de ses eaux et à leur composition chlorurée sodique et riche en oligo-éléments, le centre Caleden propose une cure thermale soignant les rhumatismes et les séquelles traumatiques ou post-opératoires. La cure de Chaudes-Aigues traite en effet l'arthrose sous toutes ses formes, les lombalgies et cervicalgies chroniques, les périarthrites et les tendinites, les rhumatismes inflammatoires, le syndrome polyalgique diffus et les séquelles de traumatismes.

• **Les soins**
La cure comprend des bains (général, bouillonnant), étuves, cabines de sudation, douches (au jet ou en pluie), rééducation en piscine d'eau thermale, applications de boue, massages sous l'eau thermale et vapeurs dirigées.



• **Ambiance méridionale**
Petite station conviviale du Cantal, Chaudes-Aigues allie pittoresque et distraction. Ses petites ruelles escarpées vous plongent dans l'ambiance d'un village du sud de la France où beauté rime avec convivialité. Un lieu de cure idéal pour traiter les affections rhumatismales.

LES THERMES



• **Un établissement rénové**
Récompensé par la certification Aquacert en avril 2011 pour la gestion de qualité des Thermes, l'établissement dispose de zones de soins flambant neuves et regroupées sur un seul et même étage, dans le but de vous proposer une meilleure organisation et des nouveautés, comme les séjours médicalisés et les séjours de remise en forme thermale et les séjours de bien-être.

Le nouvel établissement est aussi dédié au thermoludisme et au bien-être. Celui-ci, situé juste au-dessus du centre thermal, offre au public, dans un espace de plus de 1 000 m², des jeux d'eau, tels que des jacuzzis, un hammam, un sauna, des lits à bulles, un bassin de musique subaquatique...



• **Des hébergements intégrés à Caleden**
L'hôtel du Ban** vous propose ses prestations en chambre + petit déjeuner. Forfait hébergement longue durée spécial curistes.
La nouvelle Résidence du Par*** intégrée au centre Caleden vous propose également ses studios et appartements 2 à 8 personnes. Forfait hébergement longue durée spécial curistes.

Tarif réduit au Centre Thermoludique et gratuité de la salle de sport pour les clients de l'hôtel et de la résidence.

Championne d'Europe dans la catégorie des sources chaudes grâce à la Source du Par dont la température à l'émergence est de 82°C, la plus méridionale des stations d'Auvergne profite de l'action antalgique et myorelaxante de ses eaux pour faire le bonheur des rhumatisants.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux : chlorurées sodiques, présence d'oligo-éléments
Température : 82°C à l'émergence
Hyperthermales - les plus chaudes d'Europe

RENSEIGNEMENTS

• **Complexe Caleden**

Etablissement thermal et remise en forme

→ Ouverture du 2 avril au 24 novembre 2012

Spa esthétique, thermauludique

→ Ouverture du 11 février au 25 novembre 2012, et vacances de Noël 2012.

Hôtel du Ban**

→ Ouverture du 11 février au 25 novembre 2012, et vacances de Noël 2012.

27 avenue Georges Pompidou
BP 21
15110 Chaudes-Aigues
tél. : 04 71 23 51 06
fax : 04 71 23 58 46
e-mail : info@caleden.com
internet : www.caleden.com

• **Office de Tourisme**

29 avenue Pierre Vialard
15110 Chaudes-Aigues
tél. : 04 71 23 52 75
info.chaudesaigues@wanadoo.fr
www.chaudesaigues.com



LES CURES LIBRES

Pour les personnes ne disposant pas des trois semaines nécessaires au suivi d'une cure "traditionnelle", le centre thermal Caleden vous propose des cures médicalisées libres, non prises en charge par la Sécurité Sociale, telles que le forfait Souplesse, module de 6, 9 ou de 12 jours pour retrouver confort et mobilité au niveau des articulations.



FORFAIT SOUPLESSE

6, 9 ou 12 jours

Vous souhaitez prévenir l'arrivée de douleurs rhumatismales ou retrouver confort et mobilité au niveau articulaire ? Alors le forfait Souplesse est fait pour vous ! D'une durée de 6, 9 ou 12 jours selon la formule choisie, ce forfait, véritable cure de prévention des affections rhumatismales et articulaires, comprend 5 soins thermaux par jour (piscine, application de boue, bain bouillonnant, douche au jet et remodelage sous affusion d'eau thermale).

Tarifs :

- Module de 6 jours : 384 €
- Module de 9 jours : 539 €
- Module de 12 jours : 679 €



Les honoraires de la visite médicale sont à rajouter au prix des forfaits.
Ces forfaits ne sont pas pris en charge par l'Assurance Maladie.

AUTRES FORFAITS DE REMISE EN SANTÉ DISPONIBLES SUR LE SITE INTERNET WWW.CALEDEN.COM OU SUR DEMANDE.

HEBERGEMENT

• HÔTELS THERMHÔTEL

- Résidence Le Castel ***
tél. : 04 71 20 49 25



- Résidence du Par ***
tél. : 04 71 20 49 25



- Hôtel du Ban **
tél. : 04 71 23 51 06



• FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines

Hébergement en chambre et petit déjeuner à partir de 439 € par personne

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en chambre et petit-déjeuner.

FORFAIT SOUPLESSE 6 JOURS :
à partir de 556,50 € par personne
(6 jours de soins et 7 nuits)

FORFAIT SOUPLESSE 9 JOURS :
à partir de 785,50 € par personne
(9 jours de soins et 10 nuits)

FORFAIT SOUPLESSE 12 JOURS :
à partir de 1 024 € par personne
(12 jours de soins et 14 nuits)

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RESERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'Hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 04 71 23 52 75



EVAUX-LES-BAINS

Au carrefour de l'Auvergne et du Limousin, les thermes d'Evaux-les-Bains sont nichés dans un écrin de verdure, propice au repos. Parmi le plus moderne de France, l'établissement ouvert en 2001, propose des soins curatifs et préventifs, placés sous le signe de la convivialité. L'efficacité de son eau thermale est reconnue dans 3 indications : Phlébologie, Rhumatologie et Gynécologie. Pour vos séjours "remise en forme" ou détente "à la carte", laissez-vous tenter, vous reviendrez...



LOISIRS ANIMATIONS

• Cette station conviviale offre de nombreux divertissements : un Casino, un cinéma, une piscine, un mini-golf, un spa thermal... et une multitude d'animations rythment, du 26 mars au 3 novembre, la saison thermale : conférences, sorties découvertes des produits du terroir, excursions, concerts, expositions. Sa situation géographique, aux frontières du Limousin et de l'Auvergne, multiplie les possibilités de promenades : découvrez son patrimoine avec l'église romane St-Pierre Saint-Paul, l'Abbatiale de Chambon-sur-Voueize, les célèbres Tapisseries d'Aubusson en Creuse, la cité médiévale de Montluçon dans l'Allier, la Chaîne des Puy et Vulcania dans le Puy-de-Dôme... Evaux-les-Bains, un séjour naturellement authentique !



• Manifestations

- Fête nationale (animation musicale et feu d'artifice).
- Virad'A des voitures de collections (week-end de l'Ascension), Festival Rock et Motos (juillet), Braderie-brocante (15 août), Festival Banda'Flors (août), Fête du Pain, du Vin et des Fromages (2^e Dimanche de septembre), Les Chemins de St-Marien (mi-octobre).

• Sports

Chemins de randonnées pédestres et VTT, tennis, pétanque, natation, sauna, salle de musculation, pêche.

Renseignements à l'Office de Tourisme
tél. : 05 55 65 50 90

• Bien-être - Evahona Spa

Le centre de bien-être Evahona vous propose des soins de beauté et relaxants : sauna, hammam, jacuzzi, modelages, esthétique... Une escale détente où tous vos sens seront en éveil !

Infos et réservations : 05 55 65 89 48



LE THERMALISME D'EVAUX, D'HIER À AUJOURD'HUI

L'origine du thermalisme évahonien remonte à l'époque gallo-romaine, lorsque les légionnaires fourbus de fatigue et perclus de rhumatismes venaient à Evaunum se baigner dans ses eaux chaudes pour y soulager leurs maux. Précurseurs, les Romains avaient en effet déjà inventé le thermalisme et la remise en forme. Hélas, la cité tomba ensuite dans l'oubli durant des siècles.

• **Le renouveau de la cité.** Puis elle renaquit de ses cendres en 1833, avec la construction de l'établissement thermal et du Grand Hôtel. La station connut alors une certaine notoriété. Georges Sand elle-même n'hésita pas à vanter ses mérites et même à rapporter la légende des Fades (des Fées, en auvergnat) qui seraient à l'origine des sources chaudes.

• **Evaux-les-Bains dispose d'un établissement thermal récent**, mis en service en 2001, équipé d'appareils de soins, d'un couloir de marche et d'une piscine intérieure permettant aux curistes de bénéficier de soins d'hydrothérapie très efficaces, notamment dans le traitement de l'association Rhumatologie et Phlébologie.

ACCÈS

Route :

Autoroute A71 Paris / Clermont-Fd (sortie Montluçon, 25 km) ou Clermont-Fd / Paris (sortie Montmarault, 50 km) ou RN 145 Route Centre Europe Atlantique (sortie Evaux-les-Bains).

T.E.R. :

Evaux-les-Bains est desservie par la ligne SNCF Paris-Ussel. Correspondance Montluçon / Evaux-les-Bains par navette SNCF. La proximité de Montluçon permet un accès rapide depuis Lyon ou Bordeaux.

INFOS PRATIQUES

Situation : à l'extrémité nord-est du département de la Creuse, près des départements du Puy-de-Dôme et de l'Allier

Climat : Sain et tempéré

Altitude : 469 m



LA CURE MÉDICALISÉE

• Phlébologie - Rhumatologie Gynécologie

Notre station défend la cure traditionnelle médicalisée grâce à l'efficacité de son eau thermale, reconnue depuis longtemps dans les 2 indications associées : Phlébologie et Rhumatologie. Plus de 80 % de nos curistes viennent d'ailleurs pour cette double indication, que peu d'établissements possèdent.

La Gynécologie est la troisième indication suivie au sein de nos Thermes neufs, équipés d'installations techniques permettant de profiter des soins curatifs ou préventifs.

La fréquentation en hausse constante conforte la confiance qu'EvauX-les-Bains a placé dans le maintien, voire dans le développement de la cure traditionnelle et modernisée de 18 jours.



• La spécificité d'EvauX : le traitement conjoint de l'arthrose et de l'insuffisance veineuse.

Si la station possède trois orientations thérapeutiques, à savoir Rhumatologie, Phlébologie et Gynécologie, sa grande spécificité est la cure à double orientation en Rhumatologie et Phlébologie, procurant une réelle amélioration aux personnes souffrant d'arthrose et d'insuffisance veineuse.

• Les soins

L'établissement thermal vous propose des soins variés, réalisés grâce à des équipements modernes et de qualité : bains (général, avec douche en immersion, hydroxéur, aérobain), douches (à forte pression, sous-marine), massages sous l'eau, étuves, applications locales et cataplasmes, couloir de marche à contre-courant, piscine de mobilisation, irrigations vaginales en gynécologie.



• Les vertus des eaux d'EvauX

La température de l'eau est de l'ordre de 60°C au griffon et les gaz thermaux qu'elle contient entraînent une ionisation importante de l'atmosphère entourant le centre thermal et favorisent ainsi la détente et le sommeil. Ces eaux sulfatées sodiques ont également des effets décontractants et anti-inflammatoires, et exercent une action sédative sur les douleurs rhumatismales.



LES THERMES

• Agréable et lumineux, le bâtiment récent s'étend sur une surface de 1 000 m². Tous les soins se déroulent au sein de ce nouvel établissement, équipé des derniers appareils de soins.

• Pour votre confort, 400 m² ont également été rénovés au sein de l'ancien établissement thermal.

Ces investissements placent notre station thermale parmi les plus modernes de France.

Un hébergement intégré

Relié par ascenseur à l'établissement thermal et au centre de bien-être Evahona, le Grand Hôtel Thermal** vous accueille pendant votre séjour en pension complète ou demi-pension. Profitez de ce cadre agréable pour vous reposer et vous restaurer !

Un nouveau lieu dédié au bien-être : Evahona

Situé dans les anciens thermes, cet espace offre au public un sauna, un hammam, un spa, une douche sous affusion, de la balnéothérapie et divers soins du corps (modelages, gommages, épilations...).

PHL

Phlébologie

RH

Rhumatologie

GYN

Gynécologie

Unique station de l'Auvergne Thermale à posséder l'orientation Phlébologie, EvauX-les-Bains est l'une des très rares stations françaises à proposer une cure à double orientation Phlébologie / Rhumatologie traitant conjointement arthrose et insuffisance veineuse.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux

Sulfatées sodiques faiblement minéralisées

Température

60°C au griffon - traitements de 27 à 39°C.

RENSEIGNEMENTS

• Centre de cure thermale

→ Ouverture du 26 mars au 3 novembre 2012

23110 EvauX-les-Bains

tél. : 05 55 65 50 01

fax : 05 55 65 59 16

e-mail :

evauX.thermes.hotel@wanadoo.fr

internet : evauXthermes.com

• Centre de bien-être Evahona

23110 EvauX-les-Bains

tél. : 05 55 65 89 48

internet : evauXthermes.com

• Office de Tourisme

Place Serge Cléret

23110 EvauX-les-Bains

tél. : 05 55 65 50 90

fax : 05 55 65 50 44

Découvrez sur notre site internet :

www.ot-evauXlesbains.fr

la visite virtuelle de notre station.

e-mail : ot@dot-evauXlesbains.fr



LES CURES LIBRES

L'établissement thermal d'Evaux-les-Bains propose des cures médicalisées libres, non remboursées par la Sécurité Sociale. Possibilité d'effectuer des soins à la carte. Ces cures s'adressent aux personnes ne disposant pas des trois semaines nécessaires au suivi d'une cure "traditionnelle".

FORFAIT JAMBES "LOURDES" :

3 soins par jour sur 6 jours

Jambes lourdes, troubles circulatoires, fatigue, chaleur... Pour combattre ces maux, et retrouver des jambes légères, pleines de vitalité, Evaux-les-Bains propose un forfait comprenant 3 soins quotidiens sur 6 jours, spécifiques à la phlébologie.

Composition du forfait :

- 6 hydromassages,
- 6 couloirs de marche,
- 6 aérobains locaux.

Tarif :

226 € les 6 jours de soins



LES SOINS DU DOS :

3 soins par jour sur 6 jours

Trajets en voiture, tâches ménagères, courses... sollicitent quotidiennement notre dos.

Pour combattre "la maladie du siècle", le forfait développé permet de prendre enfin le temps de soigner votre dos et de vous décontracter.

Composition du forfait :

- 6 hydromassages,
- 3 cataplasmes de 3 applications locales,
- 3 douches locales,
- 3 étuves locales dos,
- 3 piscines de mobilisation.

Tarif :

268 € les 6 jours de soins

LA SEMAINE THERMALE :

3 soins par jour sur 6 jours

Le séjour idéal pour celles et ceux qui souhaitent découvrir le thermalisme !

Composition du forfait :

- 6 hydromassages,
- 3 massages sous l'eau de 20 minutes,
- 3 cataplasmes de 3 applications locales,
- 3 douches générales au jet,
- 3 piscines de mobilisation.

Tarif :

384 € les 6 jours de soins

Une visite médicale auprès d'un médecin thermal de la station est nécessaire à la pratique des soins thermaux (honoraires non compris dans les tarifs mentionnés ci-dessus).

Ces forfaits ne sont pas pris en charge par l'Assurance Maladie.



HEBERGEMENT

• HÔTEL THERMHÔTEL

- Grand Hôtel Thermal **
tél. : 05 55 82 46 00



• FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines

Hébergement en demi-pension à partir de 1617 € par personne

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en demi-pension.

FORFAIT JAMBES "LOURDES" :

à partir de 765 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits).

LES SOINS DU DOS :

à partir de 807 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits).

LA SEMAINE THERMALE :

à partir de 923 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits).

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RESERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 05 55 65 50 90





LE MONT-DORE

Pour une échappée thermique aux sources de la santé, le Mont-Dore vous accueille au cœur d'une nature généreuse et préservée...



LOISIRS ANIMATIONS

- **Le téléphérique du puy de Sancy**, au départ du Mont-Dore, permet un accès facile au point culminant du Massif central (1886 m).
- **Funiculaire du Capucin**
- **Randonnées au départ du Salon du Capucin.** Située à 1 300 m d'altitude, cette clairière aménagée (restaurant, salon de thé, jeux pour enfants...) est le point de départ de nombreuses randonnées.
- **Virées du Sancy :** Circuits théâtralisés par des guides acteurs.
- **La virée Bains et Potins :** Emmenés par Joséphine de la Renardière, Léonie ou M^{lle} Berthier, vous en apprendrez de belles sur le quotidien d'un curiste à la grande époque de la station thermale.
- **Une virée qui coule de Source :** Randonnée balade aux sources de la Dordogne en compagnie de Madame Paradis ou notre illustre voyageur. Au fil de l'eau, vous découvrirez la Dordogne et ses habitants, qu'ils soient humains, animaux ou végétaux, avec quelques travaux pratiques !

Et aussi :

- VTT, cyclotourisme, équitation, pêche, patinoire, luge d'été, bowling, billard, boulodrome, parapente, escalade, golf, cinéma, concerts, bridge, casino...
- Parc Mont-Dore Aventures, parc aventures dans les arbres.
- **Le Club Sancy.** Vous êtes en séjour dans l'une des communes du Massif du Sancy et vous souhaitez devenir gratuitement membre du Club Sancy : demandez à votre hébergeur de vous parrainer. Il suffit qu'il remplisse avec vous un bulletin d'inscription. Ensuite, rendez visite à l'un des Offices de Tourisme du Sancy pour obtenir votre chèque avantages, qui fera de vous un visiteur privilégié du Massif du Sancy. Les professionnels qui vous accompagnent pendant votre séjour se sont unis pour l'enrichir et mieux répondre à vos attentes.

Vous recevrez ensuite tout au long de l'année des informations en avant-première, des offres promotionnelles, des rendez-vous d'animations.

Retrouvez le Club Sancy sur www.sancy.com

- **Pratique :** Navette thermale gratuite réservée le matin aux curistes.

ACCÈS

Route :

à 50 km de Clermont-Ferrand
Liaisons autoroutières : A71 : Paris, Orléans, Bourges, Clermont-Ferrand
A72 : Lyon, Saint-Étienne, Clermont-Ferrand
A75 : Montpellier, Clermont-Ferrand
A89 : Bordeaux, Brive, Ussel, Clermont-Ferrand

Train :

Gare au Mont-Dore : Le Mont-Dore
Clermont-Ferrand - Paris / Paris
Clermont-Ferrand - Le Mont-Dore

Avion :

Aéroport de Clermont-Ferrand / Auvergne : 04 73 62 71 00

INFOS PRATIQUES

Situation : dans le Puy-de-Dôme au cœur du Parc des Volcans et au pied du Puy de Sancy, à 50 km de Clermont-Ferrand

Climat : Tonique et vivifiant

Altitude : 1050 m



CURE THERMALE

L'intérêt du Mont-Dore dans le traitement des allergies respiratoires vient de sa situation géographique et de la qualité de ses eaux. L'eau thermale, l'une des plus riches en silice d'Europe, renforce les muqueuses respiratoires qui font barrière à la pénétration des allergènes.



Blotti à 1050 m, au milieu des forêts, Le Mont-Dore ne connaît pas la pollution atmosphérique. L'air y est pur, la saison pollinique courte et peu agressive. Les poussières de maison sont pauvres en acariens, rares à cette altitude. D'autre part, un séjour de trois semaines en climat de moyenne montagne a un effet réducteur sur le stress. Tous ces facteurs optimisent les bienfaits de la cure au Mont-Dore.



30



LA CURE MÉDICALISÉE

• Voies respiratoires : des cures pour adultes et enfants

Dispensés sous forme de soins thermaux, les eaux et les gaz des huit sources du Mont-Dore sont bénéfiques aux adultes comme aux enfants souffrant des voies respiratoires.

• Un accueil adapté au jeune public

La station bénéficie du label "Famille Plus Montagne", animations enfants au sein des Thermes.



• L'orientation "Voies Respiratoires" :

La cure du Mont-Dore est indiquée pour traiter les affections broncho-pulmonaires (asthme, allergies, bronchite chronique...) et les affections ORL (allergies ORL, rhinites et rhino-sinusites...). Le traitement comprend alors irrigation nasale et pharyngée, humage, pulvérisation, aérosol, douche pharyngée, douche nasale gazeuse, méthode de Proëtz, inhalation collective, aérosol collectif, bain, douche générale au jet, douche de vapeur, rééducation respiratoire.

• Le gaz thermal pour traiter les rhumatismes, une spécificité du Mont-Dore !

Très efficaces pour lutter contre l'asthme et les allergies, les eaux du Mont-Dore sont également parfaites pour traiter les affections rhumatismales.

Pour soulager durablement vos douleurs, la station vous propose aussi un traitement très efficace à base d'injections de gaz thermal, les autres soins étant notamment : bain avec douche en immersion, bain avec douche sous-marine, douche au jet, douche locale ou affusion, douche de vapeur mobile, étuves, piscine de mobilisation, douche sous-immersion en piscine, les cataplasmes de kaolin, la douche pénétrante.

• La cure à double orientation : Voies Respiratoires + Rhumatologie

Les Thermes vous proposent des cures à double orientation permettant, selon votre cas, de traiter une affection rhumatologique en indication principale et une affection respiratoire en traitement annexe (RH-VR), ou l'inverse (VR-RH).

LES THERMES



Edifié entre 1817 et 1823 sur l'emplacement même des Thermes romains, le bâtiment des Thermes est de style architectural néobyzantin.

Ces Thermes sont classés Monuments Historiques et sont restés identiques depuis deux siècles, hormis les structures aménagées pour répondre aux techniques de soins les plus modernes.

D'une beauté rare, ils renferment des peintures et des mosaïques polychromes, des frontons, des architraves, ainsi que des vestiges gallo-romains mis au jour lors de la construction de l'établissement thermal.



Pendant votre séjour :

- des ateliers complémentaires à la cure, animés par des professionnels
- des modelages, massages pour des moments de détente.
- des animations au sein des Thermes.

LE MONT-DORE

VR

Voies Respiratoires

RH

Rhumatologie

Située en plein cœur du Massif du Sancy et bénéficiant d'eaux minérales stimulant l'immunité de chaque individu de manière locale et générale, la station thermale du Mont-Dore propose des cures de simple et double orientation dans les indications "Voies Respiratoires" et "Rhumatologie".

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux

Chlorobicarbonatées sodiques, riches en silice, carbo-gazeuses

Température

38°C à 44°C

RENSEIGNEMENTS

• Thermes du Mont-Dore

→ Ouverture du 12 avril au 27 octobre 2012

1 place du Panthéon
BP 40 - 63240 Le Mont-Dore
tél. : 04 73 65 05 10
fax : 04 73 65 09 37
e-mail : lemontdore@chainethermale.fr
internet : www.chainethermale.fr

• Groupe Chaîne Thermale du Soleil

32 avenue de l'Opéra
75002 Paris
tél. : 01 44 71 37 37
fax : 01 44 71 37 18
N°Vert : 0 800 05 05 32

• Office de Tourisme du Mont-Dore

Avenue de la Libération
63240 Le Mont-Dore
tél. : 04 73 65 20 21
fax : 04 73 65 05 71
e-mail : bt.mont-dore@sancy.com
internet : www.sancy.com

LES CURES LIBRES

PROGRAMMES DE SOINS

Pour tous ceux que leur emploi du temps mobilise, santé et vie active ne sont plus incompatibles. Les Thermes du Mont-Dore déclinent aujourd'hui pour vous, les mini-cures, véritables "concentrés de cure thermale". Adaptées à vos attentes et vos impératifs personnels, elles sont proposées selon des formules de 1 journée (en Thermes Découverte), 6 et 12 jours. Ces mini-cures ne sont pas prises en charge par les organismes sociaux.

THERMES DÉCOUVERTES

de 1 à 5 jours

Pour bénéficier d'une cure efficace et adaptée à vos besoins santé :

4 soins quotidiens en Rhumatologie ou 6 en Voies Respiratoires à choisir parmi les soins suivants : (selon l'orientation choisie)

Douche au jet, douche pénétrante hydro-massante, bain avec douche sous-marine, étuve, douche de vapeur, aérosol sonore, aérosol ou inhalation collective, irrigation nasale, pulvérisation, douche nasale gazeuse, bain avec aérobain, douche de vapeur, douche générale au jet, bain avec douche en immersion, humage, aérosol individuel, bain nasal, gargarisme, piscine de mobilisation, douche sous immersion en piscine.

Tarif : Ce forfait est modulable de 1 à 5 jours de soins 4 soins RH ou 6 soins VR = 55 €

MINI-CURE SUR MESURE sur 6 ou 12 jours de soins

Pour bénéficier d'un programme aussi efficace que la cure traditionnelle, un programme de :

4 soins quotidiens en Rhumatologie ou 6 soins quotidiens en Voies Respiratoires prescrit sur mesure par le médecin thermal parmi les soins suivants : (selon l'orientation choisie)

Douche au jet, douche pénétrante hydro-massante, bain avec douche sous-marine, étuve, douche de vapeur, cataplasmes de boue thermale, aérosol sonore, aérosol ou inhalation collective, irrigation nasale, pulvérisation, douche nasale gazeuse, bain avec aérobain, douche de vapeur, douche générale au jet, bain avec douche en immersion, cataplasme de boue thermale, aérosol ou inhalation collective, piscine de mobilisation, douche sous immersion en piscine, injection de gaz thermaux.

Le prix de la consultation médicale n'est pas inclus dans le tarif de la mini-cure.

• Mini-cure de 6 jours :

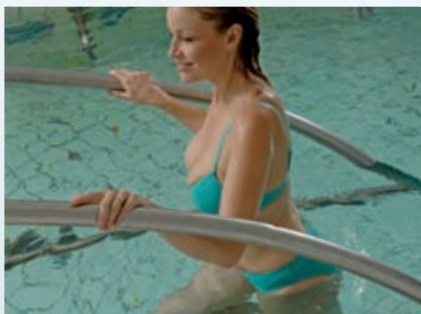
4 soins quotidiens en RH soit 24 soins ou 6 soins quotidiens en VR soit 36 soins

Tarif : à partir de 294 €

• Mini-cure de 12 jours :

4 soins quotidiens en RH soit 48 soins ou 6 soins quotidiens en VR soit 72 soins

Tarif : à partir de 588 €



MINI-CURE MAL DE DOS sur 6 ou 12 jours de soins

Développée avec le concours de médecins, de kinésithérapeutes et d'agents diplômés, ce programme de soins propose une approche multidisciplinaire de votre lombalgie.

Il vous permet de diminuer les douleurs liées aux contractures musculaires et de retrouver de l'autonomie et de la souplesse. En complément des soins, un kinésithérapeute vous donne les clés pour acquérir les bonnes postures, renforcer les muscles du dos et adopter une hygiène de vie appropriée.

4 soins quotidiens en Rhumatologie prescrits sur mesure par le médecin thermal parmi les soins suivants :

Douche au jet, douche pénétrante hydro-massante, douche de vapeur, bain avec douche en immersion, cataplasmes de boue thermale, aérosol ou inhalation collective, piscine de mobilisation, douche sous immersion en piscine, injection de gaz thermaux.

• Mini-cure de 6 jours :

4 soins quotidiens en RH soit 24 soins + 6 séances de table hydromassante programme spécifique dos (10 min) + 1 massage réalisé par un kinésithérapeute (30 min)

Tarif : 441 €

• Mini-cure de 12 jours :

4 soins quotidiens en RH soit 48 soins + 12 séances de table hydromassante programme spécifique dos (10 min) + 1 massage réalisé par un kinésithérapeute (30 min)

Tarif : 882 €

Le prix de la consultation médicale n'est pas inclus dans le tarif de la mini-cure.

HEBERGEMENT

• HÔTELS THERMHÔTEL

- Hôtel Le Gran Carlina ***H
tél. : 04 73 21 67 14

- Le Grand Hôtel *H
tél. : 04 73 65 02 64

- Hôtel du Parc **
tél. : 04 73 65 02 92

- Hôtel Le Puy Ferrand **
tél. : 04 73 65 18 99

• FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines

Hébergement en demi-pension à partir de 892 € par personne

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en demi-pension

FORFAIT SUR MESURE sur 6 jours :

640,50 € par personne
6 jours de soins / 7 nuits

FORFAIT MAL DE DOS sur 6 jours :

787,50 € par personne
6 jours de soins / 7 nuits

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RESERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

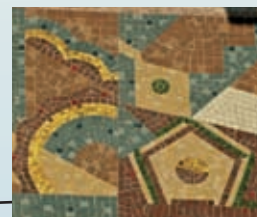
LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme **sur simple demande au 04 73 65 20 21**



NÉRIS-LES-BAINS

Située au carrefour de quatre régions historiques : le Bourbonnais, l'Auvergne, le Berry et le Limousin, la station thermale de Nérís-les-Bains, grâce à ses nombreux parcs fleuris et à son climat doux et tempéré, vous accueille dans une oasis dont l'origine remonte à l'époque gallo-romaine.




LOISIRS ANIMATIONS

• Patrimoine architectural

Le riche patrimoine de la station permet de voyager de la période gallo-romaine à la Belle Epoque. Des visites guidées de la ville, du Théâtre ainsi que des Thermes sont proposées. La Maison du Patrimoine présente vestiges et objets de la période gallo-romaine issus des fouilles archéologiques locales.

• Patrimoine naturel

Ville fleurie 3 fleurs,  de l'arbre dans les différents points de la ville. La voie piétonne entre Nérís-les-Bains et Montluçon, le lac et les nombreux sentiers de randonnées balisées à pied ou à VTT sont également propices à la promenade.

• Animations

Un programme varié est proposé tout au long de la saison thermale d'avril à octobre : théâtre, concerts, conférences, bals, cinéma, randonnées accompagnées, expositions, excursions en autocar.

• Activités sportives

Golf 18 trous, piscine couverte, tennis, pêche, yoga, gymnastique, mini-golf, pétanque.

• Casino

Jeux (machines à sous, black jack, roulette anglaise), thés dansants, soirées dansantes, divers spectacles et concerts.

• Et aussi à découvrir dans les environs

La cité médiévale de Montluçon, la forêt de Tronçais, les gorges du Cher, les gorges de la Sioule, les vignobles de Saint-Pourçain, le Parc des Volcans...

Renseignements auprès de l'Office de Tourisme : 04 70 03 11 03

ACCÈS

Route :

Autoroute A71 - Paris / Clermont-Ferrand, sortie n°10 Bizeneuille, direction Commentry

Train :

Gare SNCF de Montluçon (7 km)
Trains directs Paris / Bordeaux / Lyon.

Correspondances Montluçon / Nérís-les-Bains par cars.

Avion :

Aéroport de Clermont-Ferrand / Auvergne : 04 73 62 71 00

INFOS PRATIQUES

Situation : au nord du Massif central, à l'ouest de l'Allier, à 7 km de Montluçon

Climat : tempéré et sédatif

Altitude : 350 m



L'EAU DE NÉRIS



Les eaux de Nérís-les-Bains sont issues d'un fond rocheux sur lequel elles se chargent en minéraux, oligo-éléments et en gaz. Dépassant les 50°C à l'émergence, elles sont oligométalliques, bicarbonatées et sulfatées sodiques faibles.

On trouve dans leurs composants des métaux et métalloïdes divers, tels que le calcium, le sodium, le magnésium, le lithium, le manganèse, le baryum, le fluor, le bore, l'iode, le fer, le plomb, le cuivre, le zinc, la silice, etc. Elles possèdent en outre un important dégagement gazeux au griffon (azote, gaz carbonique, hélium, argon, krypton et autres gaz rares).

La richesse de cette composition chimique, et notamment sa forte teneur en lithium, confère à l'eau de Nérís des vertus sédatives, antalgiques, équilibrantes et relaxantes, favorisant le traitement du stress, de l'anxiété et des affections psychosomatiques en général.



LA CURE MÉDICALISÉE

• **Néris-les-Bains, l'envie d'être bien**
Néris-les-Bains, l'une des plus anciennes stations thermales connues, est leader dans le traitement global des maladies d'origine nerveuse. En effet, seuls ses Thermes ont l'avantage de vous proposer les trois orientations : Affections psychosomatiques (syndromes dépressifs : névrotique, endogène ou organique, somatisation), Neurologie (troubles sensitifs des neuropathies périphériques, troubles moteurs centraux, pyramidaux et extra-pyramidaux) et Rhumatologie (tendinites, arthrose, arthrites et séquelles de traumatismes).



• **Double orientation**
L'un des atouts de Néris-les-Bains est de pouvoir associer deux de ses trois indications thérapeutiques lorsque votre médecin le juge nécessaire. Pour cela, il doit vous prescrire une cure de double orientation en précisant la nature de l'affection principale et celle de l'affection secondaire.

• **Néris-les-Bains, la Thermaceutique Naturelle**
Les Thermes de Néris-les-Bains ont créé des produits "Thermaceutiques" utilisant exclusivement des actifs issus de leur terre et de leur eau. Ainsi les conferves naturelles (algues de la classe des cyanophycées) poussant naturellement dans l'eau thermale, des argiles spécifiques, des extraits végétaux connus pour leurs vertus anti-inflammatoires et apaisantes (mélisse, saule, réglisse), viennent compléter les propriétés uniques de l'eau thermale déjà appréciée par tous. Ces produits, au nombre de huit, se déclinent sous différentes formes : une crème fluide visage, un baume relaxant, une crème "sérénox", un gel dermoneettoyant, des micronutriments, un masque "sérémask" et un tonique "Sé-

réno" pour compléter et prolonger les bienfaits de la cure thermale tout au long de l'année. Cette thermaceutique est en vente à la boutique de l'établissement, mais aussi par correspondance (tarifs de 10 à 25 euros). Une véritable tradition de terroirs riches en ressources naturelles.

LES THERMES

Les Thermes actuels qui datent du XIX^e siècle, sont construits sur l'emplacement qu'occupaient les Thermes antiques, et le bâtiment principal édifié de 1818 à 1858 est classé Monuments Historiques. Entièrement modernisés en 1999, ils répondent parfaitement aux normes sanitaires en vigueur et apportent toujours plus de confort aux curistes. Un plateau technique très complet avec un service d'application de boue thermale s'articule autour de la piscine de mobilisation ultra-moderne éclairée par un dôme de verre.



Cet ensemble homogène, ingénieusement étudié, conforte Néris-les-Bains dans sa place de leader dans le traitement global des maladies d'origine nerveuse.

RH

Rhumatologie

PSY

Affections Psychosomatiques

NEU

Neurologie

Unique station d'Auvergne à posséder les orientations "Affections Psychosomatiques" et "Neurologie", Néris-les-Bains est l'une des très rares stations françaises à proposer des cures de double orientation Psy/Neu et Neu/Psy, et bien évidemment Rh/Psy et Rh/Neu grâce à son eau qui apaise, soulage et relaxe, calmant simultanément arthrose et arthrites.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux : Riches en oligo-éléments (Li, Fe, Mn, Cu et Mg). Chargées en gaz dissous (azote, hélium, argon)
Température : 53°C (hyperthermales)

RENSEIGNEMENTS

• **Thermes de Néris-les-Bains**
→ Ouverture du 2 avril au 3 novembre 2012 pour la Cure Thermale et du 2 avril au 10 novembre 2012 pour la Remise en Santé

6 place des Thermes
03310 Néris-les-Bains
tél. : 04 70 03 10 39
fax : 04 70 03 78 55
e-mail : info@thermes-neris.com
internet : www.thermes-neris.com

• **Maison du tourisme**
Carrefour des Arènes
03310 Néris-les-Bains
tél. : 04 70 03 11 03
fax : 04 70 09 05 29
e-mail : ot.neris@wanadoo.fr
internet : www.ville-neris-les-bains.fr



LES CURES LIBRES

En plus des cures traditionnelles, Nériss-les-Bains propose une gamme de séjours courts "Anti-stress" ou "Soins du dos" à compléter avec des formules à la carte.

Toute une gamme de soins de détente et de relaxation (modelages aux pierres chaudes, californien, à quatre mains ou de bien-être s'ajoutent à la sophrologie, la pédicure ou bien encore Shiatsu, et aux séances énergétiques.



LA SEMAINE "ANTI-STRESS"

6 jours : 2 soins par jour

Ce programme de 6 jours comprend 2 soins quotidiens, à savoir un bain "Hydro-Détente" et un modelage "Détente-Tonic". Tous deux réalisés à partir de l'eau thermale de Nériss-les-Bains, riche en lithium, ces soins sont spécialement étudiés pour évacuer le stress.

Ainsi, le bain "Hydro-Détente" procure à la fois un effet sédatif, équilibrant, tonique et décontractant, tandis que le modelage "Détente-Tonic", soin réalisé par une esthéticienne D.E., permet de calmer l'hyperexcitabilité nerveuse et d'obtenir un effet tonique en fin de soin. Accès libre à la piscine tout au long du séjour.

Tarif :

340 € pour 6 jours de soins.

LA SEMAINE "SOINS DU DOS"

6 jours : 3 soins par jour

Réalisée sur 6 jours, la Semaine "Soins du Dos" comprend 6 bains "Hydro-Relax", 6 modelages "Relax-Tonic", ainsi que 3 étuves cervico-lombaires, soin exclusif à Nériss-les-Bains, et 3 enveloppements de boue thermale.

Tout comme le bain "Hydro-Détente", l'"Hydro-Relax" procure un effet sédatif, équilibrant, tonique et décontractant, à la différence près que son programme est spécialement étudié pour soulager le mal de dos.

Les modelages "Relax-Tonic", réalisés par une esthéticienne D.E., permettent de libérer les tensions tout en procurant un effet tonique en fin de soin.

Enfin, les étuves cervico-lombaires, aux effets antalgiques et décontractants, complètent ce programme, en parallèle des applications de boue thermale à 43°C au niveau des zones douloureuses. Accès libre à la piscine tout au long du séjour.

Tarif :

340 € pour 6 jours de soins.



Un certificat médical est nécessaire à la pratique des prestations proposées dans ces forfaits.

Les honoraires de la visite médicale ne sont pas compris dans les tarifs mentionnés ci-dessus.

HEBERGEMENT

• **HÔTELS THERMHÔTEL**

- Mona Lisa ***
tél. : 04 70 08 79 80
- Le Centre et Proxima **
tél. : 04 70 03 10 74
- Léopold et Albert 1^{er} **
tél. : 04 70 03 10 21
- Parc des Rivalles ***
tél. : 04 70 03 10 50

• **FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES**

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines

Hébergement en demi-pension à partir de 795 € par personne

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• **SÉJOUR SANTÉ THERMHÔTEL**

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en pension complète

SÉJOUR ANTI-STRESS :

à partir de 694 € par personne (6 jours de soins / 6 nuits)

SÉJOUR SOINS DU DOS :

à partir de 694 € par personne (6 jours de soins / 6 nuits)

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RÉSERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 04 70 03 11 03

35



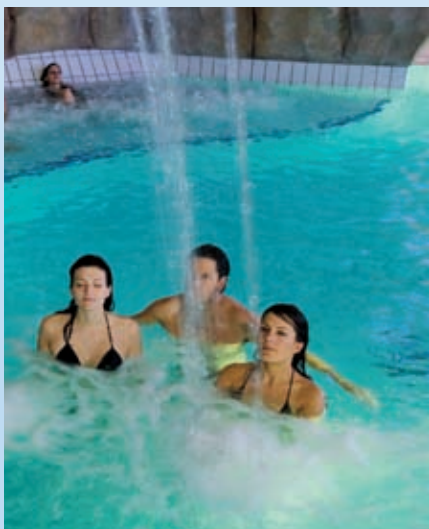
ROYAT - CHAMALIÈRES

À 10 min de la station thermale, le célèbre puy de Dôme, culminant à 1465 m vous offrira un superbe panorama et un spectacle grandiose sur toute la chaîne des Puy. Le train à crémaillère sera en fonctionnement à partir de juin 2012 - accès piéton uniquement par le chemin des muletiers - durée : 1h.

En plein cœur du Parc Naturel Régional des volcans d'Auvergne, vous aurez la possibilité de découvrir des paysages magnifiques en empruntant les nombreux sentiers balisés (randonnées à pied ou à VTT). Vous pourrez aussi survoler les volcans en mongolfière ou encore pratiquer l'équitation ou le golf et pourquoi pas vous initier à la pêche aux abords de nos rivières.

LOISIRS ANIMATIONS

- **Le Centre Thermoludique, Royatonic au cœur du parc thermal**, vous profiterez toute l'année de bassins intérieurs et extérieurs chauffés, de bains parfumés revitalisants, du geyser, des cascades, du jacuzzi... dans une ambiance de lave en fusion.



- **Vulcania**, Parc européen du Volcanisme. A 15 minutes de Royat - Chamalières, le Parc européen du Volcanisme vous propose une exploration vivante du monde des volcans, des sciences de la terre et de l'univers.
- **A 10 minutes de Clermont-Ferrand**. Sans même avoir besoin de prendre votre voiture, grâce aux bus et tramway, vous profiterez des infrastructures de la capitale régionale : cinémas, musées, galeries d'art, quartiers historiques, centres commerciaux.
- **Festivités.**
 - Festival de pyromélogie (Juin)
 - Festival de musique lyrique Volcadiva (Juillet)
 - Fête de vendanges
 - Fête du livre (Octobre)

Un programme complet d'animations d'Avril à Octobre est à votre disposition à l'Office de Tourisme.

• Royat - Chamalières, c'est aussi...

- des excursions, sorties "découvertes" à thème en autocar, randonnées pédestres accompagnées, projections vidéo, concerts, théâtre, expositions de peinture, conférences...
- le Casino : boule, black-jack, roulette, poker, machines à sous, spectacles, dancing, thés dansants,
- le centre aquatique, centre thermoludique, tennis, golf, circuit automobile de Charade, parcours dans les arbres.

Renseignements à l'Office de Tourisme
tél. : 04 73 29 74 70



ACCÈS

Route :

A89 Bordeaux (380 km) - A72 Lyon (200 km)
A75 Montpellier (340 km)
A71 Paris (410 km)

Train :

Gare de Clermont-Fd. Une ligne de bus directe (ligne B) relie la gare de Clermont-Fd à la station thermale. Taxis. Gare de Royat - Chamalières.

Avion :

Aéroport de Clermont-Fd / Auvergne :
04 73 62 71 00

INFOS PRATIQUES

Situation : dans le Puy-de-Dôme, à la périphérie ouest de Clermont-Ferrand

Climat : Tempéré et sédatif

Altitude : 450 m

NOUVEAUTÉS 2012

FIBROMYALGIE, ARTHROSE, AMPLIFIEZ LES BÉNÉFICES DE VOTRE CURE THERMALE :

PROGRAMME

ROYAT AESCLEPIOS - 18 JOURS

Ce nouveau programme combine l'exclusivité thérapeutique de la cure thermale de Royat : la carbothérapie (utilisation du gaz thermal), la spécificité de certains traitements thermaux (douche pénétrante, piscine de mobilisation, bain avec douche sous marine) et des activités "Santé" (Relaxation, Sophrologie, Gymnastique douce, Atelier diététique).

Il se déroule sur la base de sessions de date à date tout au long de la saison thermale, dans le cadre d'une cure thermale (18 jours) prise en charge par l'Assurance Maladie mais comprend en plus un programme de soins thermaux complémentaire à la charge du curiste (Supplément de 99 € - Article 11-2 de la Convention Nationale Thermale).



Les traitements sont effectués dans un bâtiment thermal annexe spécialement aménagé pour ce nouveau programme à l'exception de certains soins, en particulier collectifs, réalisés aux Thermes.

Le programme **Royat Aesclepios Cures** a été conçu avec l'objectif de proposer une prise en charge globale de la pathologie tout en répondant à une exigence d'efficacité thérapeutique.



LA CURE MÉDICALISÉE

LA SPÉCIFICITÉ DE ROYAT :
LE GAZ THERMAL

Le gaz thermal de Royat - Chamalières est un très puissant vasodilatateur d'action localisée. Sa composition chimique est remarquable : elle correspond à du gaz carbonique très pur (99,4% d'anhydride carbonique).

Les curistes bénéficient ainsi de soins à base de gaz thermal et d'eaux carbogazeuses, tels que les bains locaux et généraux, les insufflations sous-cutanées de gaz thermal, un anneau de marche à contre-courant ou encore la mobilisation en piscine...

• Première station thermale en Europe pour le traitement de l'artérite (MCA)

Grâce à sa ressource spécifique en gaz thermal (CO₂), la cure de Royat - Chamalières est un traitement complémentaire incontournable dans le traitement de l'artérite.

Parmi les autres affections artérielles, Royat - Chamalières traite également le phénomène de Raynaud, primaire et secondaire (notamment pour la sclérodermie).

• Le traitement des rhumatismes (RH)

La cure de Royat - Chamalières permet de soulager les problèmes liés à l'arthrose quelles qu'en soient leurs localisations : colonne vertébrale, mains, poignes, genoux, hanches, mais aussi les séquelles de traumatismes et les tendinites. La cure est également bénéfique pour des patients atteints de fibromyalgie (syndrome douloureux chronique).



• Les bienfaits d'une cure thermale

Traitement naturel et sans effet secondaire, la cure thermale de Royat - Chamalières permet d'obtenir des résultats durables et apporte un soulagement incontestable :

- restauration des capacités de marche (augmentation du périmètre de marche),
- développement d'une circulation de suppléance,
- diminution de la douleur et de la durée des crises spastiques (amélioration de la qualité de vie) pour le phénomène de Raynaud,
- sédation de la douleur (effet antalgique du gaz thermal),
- amélioration de la mobilité des articulations,
- diminution notable de la consommation de médicaments.

LES THERMES

Première station française pour le traitement du double handicap (rhumatologie et maladies cardio-artérielles), Royat - Chamalières le doit très naturellement à la qualité de ses équipes médicales, à ses équipements de soins modernes et à ses investissements importants en matière de qualité et d'hygiène (couloir de marche, boue thermale à usage unique).

En 2012, une seconde piscine de mobilisation sera ouverte plus spécifiquement consacrée aux traitements des curistes atteints par des pathologies arthrosiques et fibromyalgiques.



Aux Thermes pendant votre cure :

- Des Ateliers "Santé" complémentaires à votre traitement thermal : Sophrologie, Diététique, Relaxation...
- Des Soins "Santé et Détente" : Modelages, Réflexologie plantaire, Drainage, Amma, ...
- Un Espace dédié à l'information "Santé",
- Un Programme de conférences médicales.

MCA

Maladies Cardio-Artérielles

RH

Rhumatologie

Unique station thermale d'Auvergne à proposer le traitement conjoint des rhumatismes (RH) et des maladies cardio-artérielles (MCA), Royat - Chamalières propose, grâce aux vertus vasodilatrices et antalgiques de son gaz thermal, un traitement particulièrement bien adapté aux personnes atteintes de ces deux pathologies.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

Eaux : Bicarbonatées chlorurées sodiques, fortement carbogazeuses

Température : 27°C à 32°C

Gaz thermal : CO₂ d'origine magmatique

Boue thermale : mélange minéro-organique d'argile et d'eau thermale

37



RENSEIGNEMENTS

• Thermes de Royat :

→ Ouverture du 30 mars au 3 novembre 2012

BP 53 - 63130 Royat
tél. : 04 73 29 51 51
fax : 04 73 29 51 50
internet : www.thermes-de-royat.com
www.co2-therapie.com

• Institut de Recherches Cardio-Vasculaires :

tél. : 04 73 35 80 11

• Office de Tourisme :

1 avenue Auguste Rouzaud
63130 Royat
tél. : 04 73 29 74 70
fax : 04 73 35 81 07
e-mail : info@dot-royat.com
internet :
www.royat-chamaliereestourisme.com

LES CURES LIBRES

LA REMISE EN SANTÉ THERMALE

Les Thermes proposent des formules de remise en santé thermale de durées variables : 6, 12, 18 jours. Elles comprennent un ou plusieurs soins quotidiens en fonction des désirs de la personne et en tenant compte de la prescription médicale.

Les formules cure libre ou remise en santé thermale ne sont pas prises en charge par l'Assurance Maladie.

SERVICE CLUB

Plus de confort pour une cure de remise en santé en toute sérénité

LA SEMAINE SANTÉ

6 jours de soins / 4 soins par jour

Les Thermes de Royat mettent à votre disposition l'ensemble de leurs techniques de soins pour vous faire profiter des bienfaits du thermalisme grâce à un programme personnalisé.

C'est au moment de la consultation médicale obligatoire, avant le début de votre "Semaine Santé", que le médecin thermal définira les soins qui vous sont le mieux adaptés parmi la gamme suivante : bain en eau thermale carbogazeuse, bain avec douche en immersion, aérobain, douche générale, douche locale, douche de vapeur thermale, applications de boue thermale, couloir de marche en eau thermale, piscine de mobilisation, injection sous-cutanée de gaz thermal, bain de gaz.

Tarif :

- Club Eugénie Confort : 240 €⁽¹⁾
- Club Eugénie Excellence : 285 €⁽²⁾



⁽¹⁾ Soins thermaux effectués en service Club Eugénie Confort à l'exception des injections de gaz (service classique et hors soins collectifs).

⁽²⁾ Ensemble des soins thermaux effectués en service Club Eugénie Excellence, hors soins collectifs.

L'INSTANT MIEUX-ÊTRE

1 matinée / 3 soins thermaux

Une formule unique pour découvrir les vertus bienfaitantes de l'eau thermale. Vous serez accueilli dans le cadre reposant du Service Club Eugénie des Thermes où vous profiterez d'un moment de détente absolue.

Le programme :

- 1 matinée / 3 soins thermaux
- douche générale au jet
- bain avec douche en immersion
- application de boue thermale

Tarif : 45 € par jour les 3 soins

→ A noter : Il vous est possible de multiplier par 2, 3, 4 ou 5 le nombre de journées. La visite médicale n'est pas obligatoire pour la formule Instant Mieux-Etre si celle-ci n'excède pas 5 jours de soins. Ce forfait n'est pas pris en charge par l'Assurance Maladie.

LE + DU SERVICE CLUB

Lieu unique et reposant. Peignoir et serviettes chaudes à l'arrivée. Accueil sur mesure. Prestations exclusives quotidiennes : journaux, boissons chaudes.

Une consultation auprès d'un médecin thermal de la station est obligatoire (honoraires non compris dans les tarifs Semaine Santé). Ces forfaits ne sont pas pris en charge par l'Assurance Maladie.



HEBERGEMENT

• HÔTEL THERMHÔTEL

- Hôtel Royal Saint-Mart ***
tél. : 04 73 35 80 01



• FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines

Hébergement en demi-pension à partir de 1 407 € par personne

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel en demi-pension

LA SEMAINE SANTÉ :

à partir de 709 € par personne (6 jours de soins / 7 nuits)

L'INSTANT MIEUX-ÊTRE :

à partir de 112 € par personne (1 jour de soins / 1 nuit)

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RESERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 04 73 29 74 70



VICHY

Cité culturelle et sportive, Vichy peut s'enorgueillir d'être la source intarissable de tous les plaisirs. La station propose une multitude d'activités pour répondre à toutes vos envies de loisirs et de détente pendant votre cure, dans le cadre verdoyant de ses 150 hectares de parcs, de jardins et d'espaces protégés.



LOISIRS ANIMATIONS

- **Vichy offre tous les atouts d'une station thermale de prestige et d'une cité culturelle et sportive à part entière**

- Sur la rive droite de l'Allier la ville, avec son activité culturelle : expositions, spectacles à l'Opéra, casinos...
- Sur la rive gauche, un vaste espace consacré aux sports : hippodrome, club de tennis, piscines, Centre omnisports, 2 Golfs 18 trous, et le Lac d'Allier (120 ha) pour la pratique des sports nautiques.



- **Vichy, c'est aussi de nombreux restaurants, brasseries, guinguettes et des commerces ouverts 7 jours/7.**



- **Votre séjour à Vichy est l'occasion de découvrir l'Auvergne :** sites archéologiques, châteaux et monuments, forêt de Tronçais (une des plus belles chênaies de France), Vulcania et le Parc Naturel des volcans... Une multitude d'activités qui occuperont à merveille votre temps libre...

Renseignements à l'Office de Tourisme
tél. : 04 70 98 71 94

ACCÈS

Route :

A71 : Paris - Vichy / A72 : Lyon - Vichy
A75 : Montpellier - Vichy
A89 : Bordeaux - Vichy

Train :

Gare SNCF de Vichy, Liaisons quotidiennes directes avec Paris (3h), Lyon (2h), Marseille, Bordeaux et Nantes.

Avion :

Aéroport de Clermont-Ferrand / Auvergne : 04 73 62 71 00

INFOS PRATIQUES

Situation : dans l'Allier, à 55 km de Clermont-Ferrand

Climat : Tempéré et sédatif

Altitude : 260 m



MAIGRIR À VICHY

Une nouvelle approche pour la prise en charge globale de la surcharge pondérale.

Le Coaching Minceur

Une prise en charge globale pour tous, sur place et dans le temps : nutrition, activités physiques et psychologiques, soins thermaux.

Obtenir des résultats, pendant la cure, et continuer de progresser après la cure avec un suivi dirigé pendant 6 mois via le site internet www.vichydiet.fr ou par téléphone.



39



LA CURE MÉDICALISÉE

Orientations thérapeutiques :

AD : Traitement de l'obésité et d'affections métaboliques résultant de la surcharge pondérale telles que le diabète de type 2 (non insulino-dépendant). Traitement de troubles digestifs tels que ceux consécutifs aux reflux gastro-oesophagiens ou duodéno-gastriques

RH : Traitement d'affections rhumatismales telles que l'arthrose, quelle qu'en soit la localisation, les affections du dos, les rhumatismes, les séquelles de traumatismes et de fractures, la fibromyalgie.



Les sources de Vichy

Les eaux thermales de Vichy sont pour l'organisme un facteur naturel d'équilibre. Leur action bienfaisante sur les affections chroniques des rhumatismes et de l'appareil digestif est reconnue depuis l'Antiquité. Toutes sont des eaux minérales gazeuses très riches en bicarbonate de sodium et pauvres en sel, le chlorure de sodium.

Contrairement à celui-ci, le bicarbonate de sodium ne peut induire ou aggraver une hypertension artérielle. Certaines contiennent un pourcentage important de silicium organique ayant une action favorable sur la structure des cellules adipeuses. Elles permettent une meilleure micro-circulation sanguine et donc une réduction de la cellulite.

Outre l'action sur les adipocytes, les eaux thermales de Vichy permettent de lutter avec efficacité contre les effets d'une alimentation trop acide car hyperprotéinée.



AD

Appareil digestif
Maladies métaboliques

RH

Rhumatologie

Les eaux minérales des sources du Lys et du Dôme mélangées à un kaolin de la région de Vichy donnent, après macération, formation à des boues thermales de grande qualité, prescrites par le corps médical de Vichy sous forme d'illutions. Elles permettent de traiter avec efficacité les arthroses et les lombalgies, principales caractéristiques des affections rhumatologiques.

AGENTS THÉRAPEUTIQUES

- **Eaux :** Bicarbonatées, sodiques, carbogazeuses, riches en oligo-éléments
- **Température :** 22°C à 43,5°C

RENSEIGNEMENTS

• **Thermes de Vichy**

→ Ouverture du 6 février au 29 décembre 2012

BP 2138 - 03201 Vichy Cedex
N°Vert : 0 800 30 00 63
fax : 04 70 30 82 99

Réservation par internet :

www.destinationvichy.com
e-mail : info@destinationvichy.com

• **Office de Tourisme**

19 rue du Parc - 03200 Vichy
tél. : 04 70 98 71 94
fax : 04 70 31 06 00
e-mail : tourisme@ville-vichy.fr
internet : www.vichy-tourisme.com

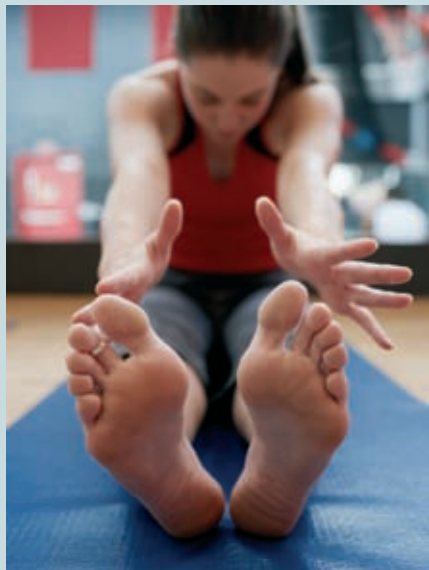
Réservez votre hébergement sur internet :

internet : www.vichy-tourisme.com

40



La forte complémentarité des indications RH et AD, en particulier dans le cas du traitement de la surcharge pondérale, en milieu thermal, et l'association fréquente de troubles digestifs dus à la prise médicamenteuse, élargit encore l'intérêt et l'originalité d'une cure thermale à Vichy. Possibilité de prendre le supplément spécial "Maigrir à Vichy" pendant les 3 semaines de cure.



LES THERMES

THERMES DES DÔMES

Espace privilégié, convivial et raffiné de style néo-mauresque qui vous offre des équipements entièrement pensés pour votre confort.



Retrouvez aux Thermes des Dômes la cure "CONFORT" avec un supplément obligatoire non pris en charge de 342 €.

- **Confort de l'espace privilégié** : bain bouillonnant, hammam, sauna, salle de cardio-training, piscine intérieure d'eau thermale à 35°C et piscine extérieure ouverte du 15 mai au 15 octobre. Eau Vichy Célestins & tisanes spéciales à votre disposition. Souplesse des horaires de soins.

THERMES CALLOU

Modernes et spacieux, ils bénéficient des équipements les plus récents pour vous offrir une qualité de soins et de repos garantie. L'hygiène et la qualité des soins, sa superbe piscine de mobilisation, sa grande terrasse solarium, sa liaison directe avec un hôtel Ibis, ses buvettes des sources thermales intégrées apportent un "plus" indéniable à votre séjour. Une salle de sport de 500 m² est à votre disposition au rez-de-chaussée.



- La cure "SPECIAL MAIGRIR A VICHY" avec un supplément non pris en charge de 199,50 €.

Cette cure peut être pratiquée aux Thermes Callou et aux Thermes des Dômes.

Nous vous conseillons d'associer ce supplément au forfait conventionné AD3.

2 rendez-vous avec une diététicienne en début et fin de cure. Accès gratuit aux conférences et ateliers du Centre Nutritionnel + un accompagnement pendant 6 mois après votre cure, par notre système expert-nutrition par internet www.vichydiet.fr.

LES CURES LIBRES

CURES "MAIGRIR À VICHY"

6 jours, 9 jours et 12 jours

3 programmes de soins spécifiques pour perdre du poids et préserver sa santé. Séjour de 6 jours avec 24 soins, de 9 jours avec 36 soins ou de 12 jours avec 47 soins comprenant :

Cure de boisson, modelages sous affusion d'eau thermale, enveloppements de boue thermale de Vichy, bains avec douche en immersion, séances de mobilisation dynamique en piscine, douches de Vichy à 4 mains, douches à jet lipo-drainant, cours de gymnastique, depressomodelage.

Tarif hors hébergement :

- 6 jours de soins : 798 €
- 9 jours de soins : 1 197 €
- 12 jours de soins : 1 596 €

Pour les séjours "Maigrir à Vichy" et "Prévention arthrose" outre l'accès gratuit aux conférences diététiques du Centre Nutritionnel, chaque cure donne lieu à un programme nutritionnel individualisé et à un entretien diététique de contrôle, un accompagnement de 6 mois après la cure par un système expert nutrition, accessible via notre site : www.vichydiet.fr

Une visite médicale auprès d'un médecin thermal de la station est obligatoire pour toute cure de 6 jours de soins (honoraires non compris dans les tarifs mentionnés ci-dessus). Ces cures ne sont pas prises en charge par l'Assurance Maladie.

PRÉVENTION ARTHROSE ET MALADIES DU DOS

6 jours, 9 jours et 12 jours

Sur prescription médicale, cette cure de 6 jours avec 24 soins, de 9 jours avec 36 soins ou de 12 jours avec 48 soins crée les conditions idéales pour assouplir les articulations et calmer la douleur. La qualité propre des eaux de Vichy, leur richesse en oligo-éléments, leur teneur en fluor, renforcent l'action des soins thermaux parmi lesquels : enveloppements de boue thermale de Vichy, mobilisation en piscine, massages sous l'eau par un kinésithérapeute.

Tarifs hors hébergement :

- 6 jours de soins : 798 €
- 9 jours de soins : 1 197 €
- 12 jours de soins : 1 596 €



CURE REMISE EN SANTÉ

6 jours

Un séjour de 6 jours avec 24 soins afin de découvrir le thermalisme, adapté à celles et ceux qui ne peuvent pas consacrer 3 semaines aux soins.

Parmi les soins proposés : application de boue thermale de Vichy, modelage sous affusion, douche de Vichy à 4 mains, douche à jets tonifiants, bain avec douche en immersion, séance de mobilisation en piscine, cours de gymnastique.

Tarif hors hébergement :

- 6 jours de soins : 690 €

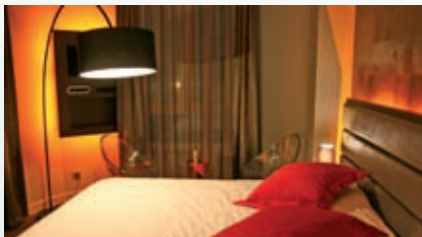
Les Avantages des séjours courts : Chaque cure offre un libre accès à l'Espace Détente : piscine d'eau thermale à 35°C, sauna, hammam, bain bouillonnant, espace de cardio-training, piscine extérieure (15 mai au 15 octobre).



HEBERGEMENT

• **HÔTELS THERMHÔTEL**

- Le Central Hôtel *** -
tél. : 04 70 31 45 00



- Hôtel Les Nations ***
tél. : 04 70 98 21 63



- Résidence des Dômes ***
tél. : 04 70 97 39 59



- Hôtel de la Plage **
tél. : 04 70 98 18 48



• **FORFAIT THERMHÔTEL - 3 SEMAINES**

Votre hébergement Thermhôtel pour votre cure thermale de 3 semaines

Hébergement en demi-pension à partir de 1144,50 € par personne

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

• **SÉJOURS SANTÉ THERMHÔTEL**

Votre cure libre avec hébergement Thermhôtel

CURE MAIGRIR A VICHY :

à partir de 1176 € par personne (6 jours et 6 nuits en pension complète diététique)

CURE PRÉVENTION ARTHROSE ET MALADIE DU DOS :

à partir de 1086 € par personne (6 jours de soins / 6 nuits en demi-pension)

CURE REMISE EN SANTÉ :

à partir de 984 € par personne (6 jours de soins / 6 nuits en demi-pension).

Renseignements et pré-réservation sur www.auvergne-thermale.com

PRÉ-RÉSERVATION PAR INTERNET

Pour votre cure thermale ou votre séjour santé ou votre hébergement Thermhôtel pré-réservez sur :

www.auvergne-thermale.com

LA BROCHURE HÉBERGEMENT DE L'OFFICE DE TOURISME

Retrouvez l'ensemble des hébergements (hôtels, meublés, campings, chambres d'hôtes...) dans la brochure hébergement de l'Office de Tourisme sur simple demande au 04 70 98 71 94



PRINCIPAUX SOINS THERMAUX

LES SOINS A BASE D'EAU MINERALE

La cure de boisson : la cure de boisson consiste en une ingestion d'eau minérale, une ou plusieurs fois par jour, selon la prescription du médecin.

LES BAINS

- **bain d'eau minérale** : ce bain simple vise à mettre les agents actifs de l'eau minérale au contact de l'épiderme afin d'assurer une pénétration cutanée de ces éléments dans l'organisme. Il a aussi une action vasodilatatrice et antalgique, du fait de sa température.

- **aérobain** : bain dans lequel on diffuse de l'air sous pression. L'effet vasodilatateur et antalgique du bain simple est renforcé par le massage/drainage effectué par les microbulles d'air sous pression.

- **bain avec douche en immersion** : bain dans lequel on diffuse des jets d'eau sous pression qui permettent de masser tout ou partie du corps.

- **bain avec douche sous-marine** : pendant que le patient est dans le bain, un agent thermal effectue une douche chaude sur la région abdominale et/ou toute articulation douloureuse.

- **bain local** : bain des mains ou des pieds, préconisé en cas de rhumatismes, pour un effet sédatif et antalgique, ainsi que pour les affections respiratoires (pédiluves).

LES DOUCHES

- **douche au jet** : douche donnée par un agent thermal sur tout ou une partie du corps (thorax pour cure en VR, abdomen pour cure en AD).

- **douche de Vichy** : elle se pratique sur un sujet couché recevant simultanément une douche sous affusion et un massage général à quatre mains.

- **douche baveuse** : elle s'administre avec une lance munie d'un embout plat, sans pression.

LES SOINS COLLECTIFS

- **douche sous immersion à haute pression en piscine** : ce soin consiste en un massage intense effectué par un jet d'eau thermale sous-marin.

- **piscine de mobilisation** : les séances de mobilisation en piscine, sont dirigées par un masseur-kinésithérapeute.

- **couloir de marche** : il s'agit d'un dispositif de balnéation dynamique en eau thermale qui permet d'effectuer une rééducation active en associant la marche à contre-courant en eau thermale et un massage permanent.

LES SOINS SPECIFIQUES AU TRAITEMENT DE LA PEAU

Dans le traitement des dermatoses (eczéma, psoriasis...), on utilise des soins spécifiques tels que la pulvérisation externe, générale ou locale, ou encore la douche filiforme. Pratiquée quotidiennement par le médecin thermal, la douche filiforme est une douche à jets très fins qui permet de décaper les lésions ou de masser le derme en profondeur.

LES SOINS SPECIFIQUES AU TRAITEMENT DES VOIES RESPIRATOIRES

Ce traitement thermal est basé sur l'aérosolthérapie dont le principe est la fragmentation de l'eau thermale en fines particules de dimensions variables. Cette technique assure la pénétration, la diffusion et la fixation des principes actifs de l'eau au niveau de la muqueuse respiratoire. On utilise également des techniques de détergence (pipette, irrigation, pulvérisation nasale et pharyngée) et des techniques utilisant les gaz thermaux (douche nasale gazeuse...), qui favorisent le drainage des voies aériennes supérieures et inférieures.

LES SOINS A BASE DE VAPEUR THERMALE

- **vaporarium** : bain de vapeur d'eau thermale

- **la douche de vapeur** : prescrite dans le traitement des bronchites, elle est constituée par un jet de vapeur projeté sur le thorax du patient.

- **L'étuve cervico-lombaire de Nérilles-Bains** : cette pulvérisation de vapeur sur les régions cervicales et/ou lombaires, a un effet antalgique et décontracturant.

- **L'étuve locale du dos d'Evax-les-Bains** : allongé sur le dos, le curiste reçoit pendant une dizaine de minutes, un jet de vapeur localisé au niveau de la colonne vertébrale.

LES SOINS A BASE DE GAZ THERMAL

- **Injection sous-cutanée de gaz thermal** : effectuée par le médecin thermal, elle permet une meilleure vascularisation musculaire (artérite) et articulaire (arthrose).

- **Le bain local de gaz sec de Royat** : appliqué aux membres supérieurs à l'aide de manchons remplis de gaz thermal, ce traitement est réservé aux personnes souffrant du syndrome de Raynaud (dont la sclérodermie).

LES SOINS A BASE DE BOUE THERMALE

Illutations locales multiples et cataplasmes de boue : ces soins entraînent un soulagement des douleurs et des raideurs musculaires. L'intérêt particulier de ces techniques provient du fait que la boue garde durablement la chaleur de l'eau au contact de la peau.



AUVERGNE THERMALE TERRE DE SANTÉ

11 STATIONS THERMALES

*Bourbon-Lancy • Bourbon-l'Archambault • La Bourboule
Châteauneuf-les-Bains • Châtel-Guyon • Chaudes-Aigues • Evaux-les-Bains • Le Mont-Dore
Néris-les-Bains • Royat - Chamalières • Vichy*



AUVERGNE THERMALE

8 avenue Anatole France - 63130 Royat
tél. : 04 73 34 72 80 - fax : 04 73 35 74 02

www.auvergne-thermale.com

