

Dossier de presse 2010

Thermauvergne

Auvergne Terre de santé



AUVERGNE THERMALE

CONTACT PRESSE : Audrey Fournier-Baptistini
tél. : 04 73 34 72 88 - port. 06 98 26 67 14 - e-mail : a.fournier@borvo.com
8 avenue Anatole France - 63130 ROYAT

www.auvergne-thermale.com

SOMMAIRE

I.	Auvergne Thermale, Terre de Santé	3
II.	Auvergne Thermale à l'heure du développement durable	4
III.	L'Auvergne Thermale applique le Livre Blanc du Thermalisme	5
	A. MISE EN PLACE D'ACTIVITES COMPLEMENTAIRES A LA CURE	
	B. FAIRE DES STATIONS THERMALES DES PÔLES D'EXCELLENCE DE LA PREVENTION	
	C. MISE EN PLACE DE PROGRAMME DE SOINS DE SUITE EN STATIONS THERMALES	
IV.	La Recherche avance... dans les stations de l'Auvergne Thermale	13
V.	Des cures thermales dans les 12 orientations thérapeutiques	14
VI.	Des affections particulières traitées dans les stations de l'Auvergne Thermale	17
VII.	Lexique des soins thermaux	18
VIII.	Hygiène et Qualité dans les établissements thermaux de l'Auvergne Thermale	21
IX.	Thermauvergne : Depuis 25 ans au service du thermalisme régional	23
	A. MISSIONS REGIONALES	
	B. THERMAUVERGNE EN QUELQUES DATES	
X.	Les Chiffres Clés du thermalisme en Auvergne	25
XI.	Thermauvergne en bref	26

Conception graphique couverture : SETT COMMUNICATION / Crédit Photos : 1 de Couv. : PHOVOIR, Thermes de Nérès-les-Bains/Philippe JANOT, Banque Image Thermauvergne – Joël DAMASE
Crédit Illustration p.3 : SETT COMMUNICATION – 04 73 34 72 88
Dossier financé par les communes membres de Thermauvergne avec le soutien financier des Conseils Généraux du Puy-de-Dôme, de l'Allier, du Cantal, de la Creuse et du Conseil Régional d'Auvergne

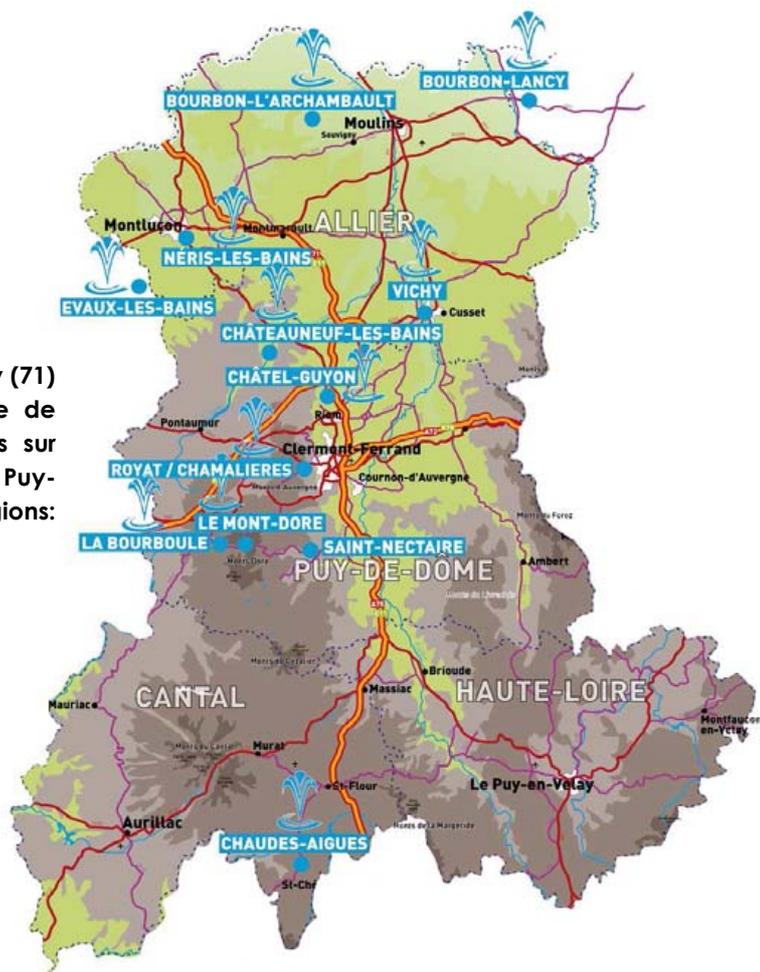
I. AUVERGNE THERMALE, TERRE DE SANTE

Avec l'arrivée en 2010 de Bourbon-Lancy (71) au sein de Thermauvergne, le territoire de l'Auvergne Thermale s'étend désormais sur 5 départements (Saône-et-Loire, Allier, Puy-de-Dôme, Cantal et Creuse) et 3 régions: l'Auvergne, la Bourgogne et le Limousin.

Les Sources Minérales de l'Auvergne Thermale

Toutes les stations de Thermauvergne sont bâties sur des points géologiques remarquables permettant l'émergence naturelle de leurs eaux minérales.

Avant d'émerger à la surface, ces sources minérales ont réalisé des parcours souterrains longs de plusieurs centaines d'années, au cours desquels elles se sont chargées, au contact des roches traversées, en minéraux divers et se sont élevées à des températures différentes.



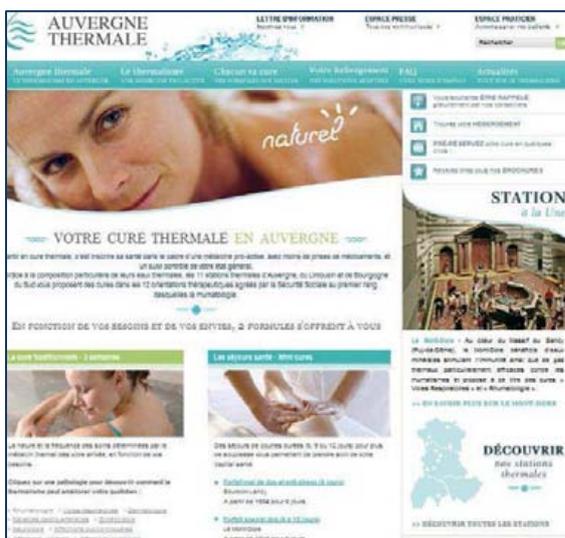
STATIONS THERMALES	EAUX MINERALES		ORIENTATIONS*
	Températures (°C)	Caractéristiques	<i>* Cf page 14 pour retrouver les noms relatifs aux abréviations</i>
Bourbon-Lancy	54 à 58°C	Chlorurées sodiques Bicarbonatées mixtes	RH - MCA
Bourbon-l'Archambault	53°C	Chlorurées sodiques Polymétalliques	RH - GYN
La Bourboule	16°C à 57°C	Chlorobicarbonatées sodiques Riche en oligo-éléments	VR - DER AMB - TDE
Châteauneuf-les-Bains	35°C	Bicarbonatées sodiques Carbogazeuses	RH
Châtel-Guyon	18°C à 37°C	Chlorobicarbonatées calciques et magnésiennes Uniques par leur teneur en Mg	RH - AD - AU
Chaudes-Aigues	82°C - Hyperthermales les plus chaudes d'Europe	Bicarbonatées sodiques Présence d'oligo-éléments	RH
Evaux-les-Bains	46°C à 61°C	Sulfatées sodiques Faiblement minéralisées	RH - PHL - GYN
Le Mont-Dore	38°C à 44°C	Chlorobicarbonatées sodiques Riches en Silice - Carbogazeuses	RH - VR
Nérès-les-Bains	53°C	Bicarbonatées sodiques Riches en oligo-éléments Chargées en gaz dissous	RH - PSY - NEU
Royat-Chamalières	27°C à 32°C	Chlorobicarbonatées sodiques Fortement carbogazeuses	RH - MCA
Vichy	23°C à 73°C	Bicarbonatées sodiques carbogazeuses Riches en oligo-éléments	RH - AD

II. AUVERGNE THERMALE, A L'HEURE DU DEVELOPPEMENT DURABLE

Le caractère écologique et respectueux de l'environnement du thermalisme, - qui n'utilise que des éléments naturels et renouvelables (eaux, boues, gaz, vapeur...) à des fins de santé -, inscrit cette thérapeutique plusieurs fois millénaire dans le concept concret de développement durable.

Afin de placer la promotion des stations thermales dans ce même concept de développement durable, l'Auvergne Thermale réduit depuis plusieurs années son nombre d'impression de brochures, aidé en cela en 2010 par un site Internet entièrement refondu, qui permet désormais aux futurs curistes d'obtenir l'ensemble des informations nécessaires à la réservation d'une cure thermale d'un simple « Clic »...

2010 : UN NOUVEAU SITE INTERNET POUR THERMAUVERGNE



www.auvergne-thermale.com

Plus attractif, plus complet et surtout plus pratique, le **nouveau site Internet de Thermauvergne** permet désormais de trouver toutes les informations relatives aux cures thermales et aux séjours santé de l'Auvergne Thermale d'un simple « Clic ».

Outre les informations concernant les eaux, les soins, les stations et quelques brèves relatives à l'actualité de la recherche au niveau national, le site comprend une fonction permettant de se faire rappeler par l'Auvergne Thermale et une autre de pré-réserver sa cure thermale auprès de l'établissement thermal de son choix.

Enfin, une fonction « réserver son hébergement en un clic » est actuellement en cours de programmation afin de limiter au maximum l'envoi de brochures « papier », qui restent cependant disponibles sur simple demande par le biais de formulaires en ligne...

GUIDE AUVERGNE THERMALE : 55 000 EXEMPLAIRES DE MOINS IMPRIMES EN 5 ANS

En 5 ans, le nombre d'exemplaires du Guide Auvergne Thermale imprimés est passé de 50 000 (en 2006) à 40 000 (en 2007) puis 35 000 (depuis 2008) et « *ce chiffre devrait encore diminuer dans les années à venir du fait d'une nouvelle stratégie de communication principalement axée autour du média Internet* », insiste Pierre JAL, directeur de la communication de Thermauvergne.

Par ailleurs, il est à noter que l'arrivée de Bourbon-Lancy dans le réseau s'est faite sans que le nombre de pages du guide (28 au total) ne soit augmenté.

III. L'Auvergne Thermale Appliquée Le Livre Blanc du Thermalisme

En 2008, le Conseil National des Exploitants Thermaux (CNETH) a édité un LIVRE BLANC, réunissant la synthèse des contributions d'une centaine de spécialistes (médecins, professeurs de médecine, représentants des organismes d'assurance maladie et de mutuelles complémentaires, économistes de la santé, professionnels du thermalisme) autour des pistes de prospective pour le développement du thermalisme français.

Ces préconisations visent principalement à étudier la possibilité de développer de nouvelles activités s'appuyant sur les installations déjà présentes dans les stations thermales : mise en place d'activités annexes à la cure, stages de prévention, programmes de soins de suite, relais du bien-vieillir, observatoires de la santé...



A. MISE EN PLACE D'ACTIVITES COMPLEMENTAIRES A LA CURE

NOUVEAUTE 2010 :

Séjour Spécifique ASTHME-ALLERGIES aux Thermes du Mont-Dore (63)

Grâce à sa forte teneur en Silice et à son absence de Soufre, l'eau thermale du Mont-Dore renforce les défenses immunitaires tandis que le climat de moyenne montagne de la station, favorable aux asthmatiques, garantit une atmosphère pauvre en acariens et en allergènes de toutes sortes.

Complémentaire à la cure VR (Voies Respiratoires), ce séjour comprend :

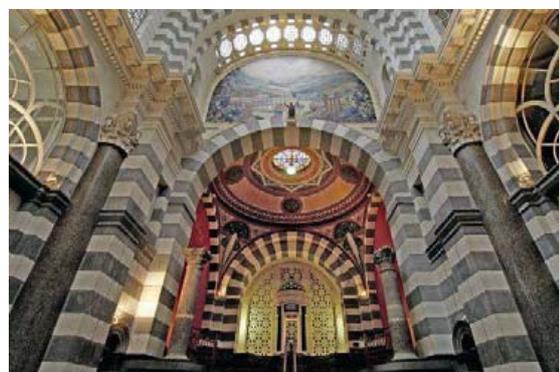
1 accueil personnalisé (présentation du programme et explication des divers traitements), 3 séances de gymnastique respiratoire, 1 sortie pédestre encadrée pour la réadaptation à l'effort physique en milieu naturel, 1 conférence médicale, 1 atelier diététique avec sensibilisation au problème des allergies alimentaires, 1 livret comportant des informations complémentaires, des conseils pour le quotidien, l'environnement et les moyens de prévention des crises.

Sessions 2010 : 18 mai au 7 juin, 29 juin au 19 juillet, 10 au 30 août, 5 au 25 octobre

Tarif : 79 €

Renseignements :

Thermes du Mont-Dore – tél. : 04 73 65 05 10



Thermes du Mont-Dore (63)

DERMATOLOGIE (DER) : Ateliers dermato' aux Grands Thermes de La Bourboule (63)

En complément d'une cure thermale ou d'un séjour de remise en santé « Dermatologie », les Grands Thermes de La Bourboule proposent :

* Un **atelier de maquillage pour les adultes**, dont le but est de permettre aux curistes d'améliorer leur image et de se sentir mieux dans leur corps.

* Un **atelier de badigeonnage pour les enfants**, dont le but est d'apprendre aux enfants à se passer de la crème (prescrite par le médecin) sur le corps de façon ludique, afin qu'ils aient envie de continuer à le faire chez eux.

Renseignements : Grands Thermes de La Bourboule

tél : 04 73 81 21 00

www.grandsthermes-bourboule.com

NEUROLOGIE (NEU) :

Programme « Néris Parkinson » aux thermes de Néris-les-Bains (03)

En lien étroit depuis 1994 avec l'Association France Parkinson, les thermes de Néris-les-Bains ont mis en place depuis plusieurs années le **programme « Néris Parkinson »**.

Tout spécialement adapté aux curistes atteints du syndrome Parkinsonien, ce programme comprend un large choix d'activités incluant, dans un esprit ludique et convivial, les malades et leurs conjoints, qui jouent un rôle déterminant et apportent à l'autre aide et secours au quotidien.

Composition du programme Néris Parkinson :

6 séances de gymnastique, 3 séances de sophrologie, 2 séances de groupe de parole, 1 visite guidée de la ville en navette thermale, 1 visite guidée de l'établissement thermal, 1 soirée spectacle pour deux personnes, 1 après-midi convivial à thème.

Sessions 2010 : 3 au 22 mai, 5 au 25 juillet,
27 septembre au 10 octobre

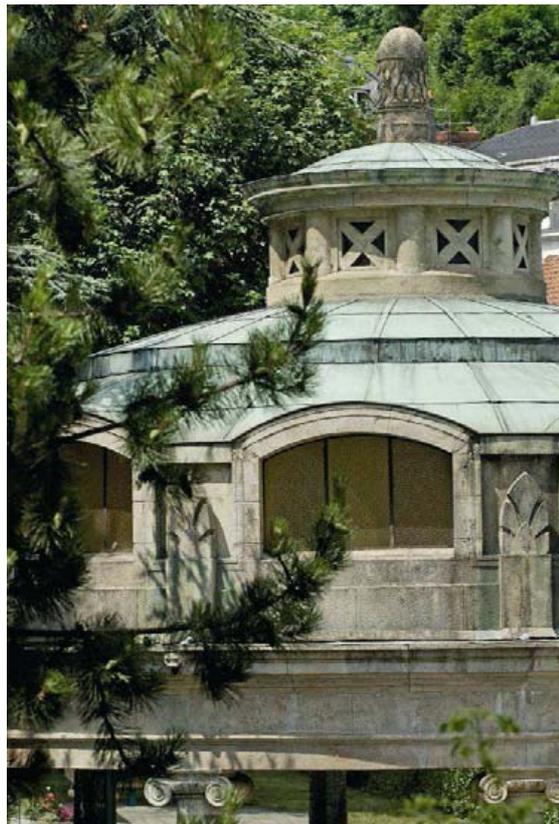
Tarif : 125€

Renseignements : Thermes de Néris-les-Bains
tél. : 04 70 03 10 39 - www.thermes-neris.com

Les stations thermales sont d'ores et déjà des lieux privilégiés d'information, d'éducation et de prévention en santé. Les trois semaines de durée de la cure, la qualité environnementale des stations, l'approche spécifique de la crénothérapie et le temps disponible en dehors de toute activité professionnelle sont les atouts qui permettent d'asseoir et de développer cette démarche.

Docteur Marcel GARNIER

*Directeur innovation santé, groupe Médéric
In « Thermalisme et santé publique : vers de nouvelles convergences, Livre Blanc du thermalisme, 2008 »*



La Buvette du Parc Thermal de Royat-Chamalières (63)

MALADIES CARDIO-ARTERIELLES (MCA) :

Le Parcours de Rééducation à la marche de Royat-Chamalières (63)

Depuis la saison 2009, les Thermes de Royat proposent à l'ensemble de leurs curistes un parcours de rééducation à la marche. Elaboré en concertation étroite avec les médecins de la station thermale, ce parcours a avant tout été conçu pour les personnes souffrant **d'artérite oblitérante des membres inférieurs**.

L'objectif est **d'inciter les curistes à la pratique d'une activité régulière simple** : la marche, en y associant des exercices (respiration, étirements) et des conseils en fonction de leur pathologie (intensité, travail musculaire).

Ce parcours de rééducation à la marche est composé d'un temps d'échauffement, d'un circuit aller-retour d'une longueur de 500 m (2 fois 250 m). Des haltes sont prévues tous les 25 m pour y effectuer des exercices. Ces points de repères fixes permettent également au curiste de noter la progression de ses performances au niveau de son périmètre de marche (augmentation de la distance parcourue)

Renseignements : Thermes de Royat
tél. : 04 73 29 51 51 – www.thermesderoyat.com

NOUVEAUTE 2010 :

Séjour spécifique GONARTHROSE (arthrose du genou) aux Thermes du Mont-Dore (63)

Disposant d'une eau chloro-bicarbonatée aux effets anti-inflammatoires et de soins spécifiques tels que l'injection de gaz thermaux pour le traitement des articulations douloureuses, les thermes du Mont-Dore, proposent pour la première fois en 2010 de suivre un séjour spécifiquement dédié au traitement de la gonarthrose.

Complémentaire à la cure RH, ce séjour comprend : 6 séances de rééducation ciblée en piscine dispensées par un kinésithérapeute, des séances de gymnastique réalisées sous le contrôle d'un kinésithérapeute, une conférence-atelier sur la gonarthrose donnée par un médecin rhumatologue, un atelier diététique, un dossier comportant des informations complémentaires, des conseils pour le quotidien, un dossier diététique avec des recettes et exemples de menus.

Sessions 2010 : 11 au 31 mai, 22 juin au 12 juillet, 17 août au 6 septembre, 7 au 27 octobre

Tarif : 79 €

Renseignements :

Thermes du Mont-Dore – tél. : 04 73 65 05 10

(RH) ou (AD) :

Traitement spécifique du surpoids à Vichy (03)

En complément des cures de 3 semaines à orientation RH (Rhumatologie) et AD (Appareil Digestif et Surcharge Pondérale/Troubles du Métabolisme), les thermes de Vichy proposent le **programme Confort « Maigrir à Vichy »** pour les curistes souhaitant prendre en charge leur problème de surpoids pendant le temps de la cure.

Ce programme comprend : l'accès gratuit aux conférences et ateliers du Centre Nutritionnel, 2 rendez-vous avec une diététicienne en début et fin de cure, des cours de remise en activité physique en la présence d'un coach sportif + un accompagnement pendant 6 mois après la cure par le système Expert-Nutrition www.vichy.lediet.fr afin de maintenir les bonnes résolutions prises pendant la cure.

Tarif : 450 € pour le module de 3 semaines (non pris en charge par la Sécurité Sociale)

Renseignements :

Thermes de Vichy - N°Vert : 0 800 30 00 63

www.destinationvichy.com

« Lorsque l'on soigne des gens qui ont de l'arthrose des genoux ou des hanches ainsi qu'un excès de poids de 5, 10 ou 15 kg avec des applications de boue, des piscines de mobilisation des bains, des massages, etc., c'est bien. C'est bien car ça les soulage pendant un temps et ils consomment moins de médicaments – des études l'ont prouvé – mais on ne remplit pas complètement notre part du contrat.

Si, pendant le séjour dans la station thermale, nous avons des structures d'éducation à la santé, d'éducation à l'hygiène de vie qui, par le biais d'une diététicienne, permettent d'apprendre aux gens à perdre du poids ou qui, par le biais d'un éducateur physique spécialisé, apprennent aux gens quels sont les exercices physiques que leur permettent leur âge et leur handicap de manière à éviter l'aggravation de cette arthrose du genou ou de la hanche, nous aurons bien davantage rempli notre contrat et nous intéresserons beaucoup plus la Sécurité Sociale, le Ministère de la Santé et les Mutuelles. »

Dr Christian CORNE,

Président de Thermauvergne et de la Fédération Thermale et Climatique Française

B. FAIRE DES STATIONS THERMALES DES POLES D'EXCELLENCE DE LA PREVENTION

Dès 2006, Thermauvergne a contribué au développement et à la promotion des « Séjours Santé », initiant en cela la nécessaire évolution des stations thermales vers des centres de prévention des affections chroniques et du vieillissement. Elle édite depuis une brochure spécifique intitulée « Séjours Santé de l'Auvergne Thermale - 6, 9, 12 jours », dédiée aux formules médicalisées plus courtes que la cure thermale traditionnelle et non remboursées par la Sécurité Sociale.

2 QUESTIONS AU DOCTEUR CHRISTIAN CORNE,

Président de Thermauvergne
et de la Fédération Thermale et Climatique Française



A qui s'adressent les séjours de remise en santé ?

Les séjours de remise en santé ont pour but de répondre à la demande de personnes désireuses de prendre leur santé en charge sans pour autant disposer des trois semaines nécessaires au suivi d'une cure thermale traditionnelle. Ces séjours sont à visée médicale, j'insiste là-dessus : il ne s'agit en aucun cas de remise en forme ! Pour établir une distinction claire, les établissements thermaux membres du GIE Auvergne Thermale Qualité se sont mis d'accord sur le fait que pour recevoir l'appellation « Séjour Santé » ou « Séjour de Remise en Santé », il fallait trois conditions, à savoir : que le séjour soit d'une durée minimale de six jours, qu'il comprenne une visite médicale chez un médecin thermal en début de séjour et qu'il ait pour thème l'une au moins des indications thermales de la station

Les séjours de remise en santé sont – ils efficaces ?

Ecoutez, je fais partie des nombreux médecins thermaux qui pensent que deux cures thermales de dix jours dans une année seraient tout autant bénéfiques qu'une cure de 21 jours. Alors oui, évidemment, je milite pour les séjours santé. Par exemple, pour certaines pathologies et certains patients, des séjours d'une quinzaine de jours peuvent s'avérer amplement suffisants. Par ailleurs, pour les personnes souhaitant prévenir les problèmes de santé chroniques, des séjours de six jours, à titre préventif, sont tout à fait indiqués.

D'ailleurs, ce que viennent chercher à l'heure actuelle les patients dans une station thermale, c'est un traitement mais également une réponse à leur souci de mieux vivre en devenant co-acteurs et partenaires de leur santé. L'approche thermale est une approche globale, qui facilite et favorise cette démarche personnelle de prévention. Il est donc tout à fait logique que les stations thermales offrent aujourd'hui des réponses à ces questions de prévention.

Les Séjours Santé de l'Auvergne Thermale sont des séjours de 6 jours au minimum, traitant les indications médicales pour lesquelles la station thermale est agréée au niveau de la cure thermale, et donnant lieu à au moins une visite obligatoire chez un médecin thermal de la station.

D'une durée inférieure aux 3 semaines de la cure thermale traditionnelle, ils ne sont pas soumis à prescription et ne sont pas remboursés par la Sécurité Sociale.

UNE SELECTION DE SEJOURS SANTE DE L'AUVERGNE THERMALE

DECOUVERTE DU THERMALISME

NOUVEAUTE 2010 : La Semaine Santé (6 jours) en service Club aux Thermes de Royat (63)

Pour découvrir les bienfaits du thermalisme dans un **service exclusif (peignoirs chauffés, journaux, boissons chaudes...)**, les thermes de Royat/Chamalières proposent un séjour de 6 jours dont les soins sont choisis, **en fonction de chaque personne**, lors d'une visite médicale préalable auprès d'un médecin de la station. Parmi les soins proposés : bain en eau thermale carbogazeuse, 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...

Tarif : 270 € en service CLUB

Renseignements : Thermes de Royat

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

NOUVEAUTE 2010 : Cure « Remise en Santé » (6 jours) aux Thermes de Vichy (03)

Un séjour de 6 jours avec 24 soins afin de **découvrir le thermalisme dans l'une des plus belles stations thermales européennes** ! Adapté à celles et ceux qui ne peuvent pas consacrer 3 semaines aux soins d'une cure thermale traditionnelle, ce séjour santé comprend : application de boues thermales de Vichy, modelage sous affusion, douche de Vichy à 4 mains, douches à jets tonifiants, bain avec douche en immersion, séance de mobilisation en piscine, cours de gymnastique.

Tarifs : 660 € pour 6 jours

Renseignements : Thermes de Vichy

N°Vert : 0 800 30 00 63 – www.destinationvichy.com

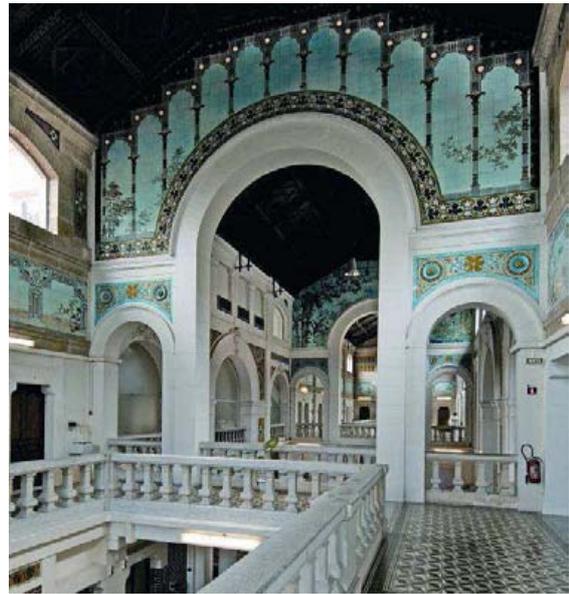
AQUA'DECOUCVERTE (6 jours et plus) aux Thermes de Bourbon-l'Archambault (03)

Au cœur du Bocage Bourbonnais **et à 3 heures de Paris**, les thermes de Bourbon-l'Archambault invitent les visiteurs à découvrir les soins thermaux dans le **cadre enchanteur d'un établissement classé Monument Historique**. Outre 4 soins quotidiens à choisir parmi les « classiques » du genre (aérobain, hydromassage, jets de forte pression en piscine, gymnastique en piscine, douche pénétrante, bain simple en piscine thermale), le séjour comprend une visite médicale chez un médecin de la station.

Tarif : 260 € pour 6 jours de soins, puis 49 € par jour sup.

Renseignements : Thermes de Bourbon-l'Archambault

Tél. : 04 70 67 07 88



Thermes de Bourbon-l'Archambault (03)

EXCES DE POIDS

Cures « Maigrir à Vichy » (6, 9, 12 jours)

Pour perdre du poids et préserver sa santé, les thermes de Vichy proposent 3 programmes de soins spécifiques 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 jets lipo-drainants, cours de gymnastique, soin du visage.

Tarifs : 750 € pour 6 jours / 1 125 € pour 9 jours/ 1 500 € pour 12 jours

Renseignements : Thermes de Vichy

N°Vert : 0 800 30 00 63 – www.destinationvichy.com

Services complémentaires des Thermes de Vichy

Outre l'accès gratuit aux conférences diététiques du Centre Nutritionnel, les séjours « Maigrir à Vichy » et « Prévention Arthrose et Maladie du Dos » donnent lieu à un programme individualisé et à un entretien diététique de contrôle ainsi qu'à un accompagnement de 6 mois après la cure par un système expert nutrition, accessible via le site : www.vichy-lediet.fr. Chaque séjour santé des Thermes de Vichy offre l'accès libre à l'espace détente : piscine d'eau thermale à 35°C, sauna, hammam, bain bouillonnant, espace de cardio-training, piscine extérieure (du 15 mai au 15 octobre).

Prévention Arthrose et Maladies du Dos (6, 9, 12 jours) à Vichy (03)

Sur prescription médicale, cette cure 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 : 750 € pour 6 jours / 1 125 € pour 9 jours/ 1 500 € pour 12 jours

Renseignements : Thermes de Vichy

N°Vert : 0 800 30 00 63 – www.destinationvichy.com

Forfait Souplesse (6, 9 ou 12 jours) à Caleden (15)

Proposé par le tout nouveau centre thermal de Chaudes-Aigues (ouvert en 2009), le Forfait Souplesse constitue une **véritable cure de prévention des affections rhumatismales et articulaires au « Pays des Eaux les plus Chaudes d'Europe »** (82°C à l'émergence pour la Source du Par). 5 soins thermaux quotidiens sont au programme de ce séjour santé cantalien : piscine, application de boue, bain bouillonnant, douche au jet et modelage sous affusion d'eau thermale.

Tarifs : 366 € pour 6 jours / 521 € pour 9 jours/ 658 € pour 12 jours

Renseignements : Caleden

Tél. : 04 71 23 51 06 – www.caleden.com

Forfait Mal de Dos et Anti-Stress à Bourbon-Lancy (71)

Bénéficiant d'une **eau thermale aux vertus antalgiques et déstressantes** (grâce à un fort taux de Lithium), les thermes de Bourbon-Lancy, **petite station de Bourgogne du Sud**, proposent un séjour qui vous permettra tout à la fois de prévenir/soulager les douleurs dorsales grâce à 4 soins quotidiens (douche au jet, modelage sous affusion d'eau thermale ou douche sous immersion en piscine, bain bouillonnant, piscine de mobilisation) et de vous relaxer... dans une ambiance particulièrement chaleureuse, propre aux stations familiales.

Tarif : 195 € pour 6 jours

Renseignements : Thermes de Bourbon-Lancy

Tél. : 03 85 89 18 84 - www.thermes-bourbon-lancy.com



Cataplasme de boue thermale

Semaine « Soins du Dos » à Nérís-les-Bains (03)

Réalisée sur 6 jours, la Semaine « Soins du Dos » des thermes de Nérís-les-Bains (03) comprend 6 bains « Hydro-Relax » (effet sédatif, équilibrant, tonique et décontractant grâce à son programme spécialement étudié pour soulager le mal de dos), 6 modelages « Relax-Tonic » (libération des tensions), 3 étuves cervico-lombaires (soin exclusif à Nérís-les-Bains) aux effets antalgiques et décontractants) et 3 applications de boue thermale à 43°C au niveau des zones douloureuses.

Tarif : 324 €

Renseignements : Thermes de Nérís-les-Bains

Tél. : 04 70 03 10 39 – www.thermes-neris.com

Forfait « Soins du Dos » à Evaux-les-Bains (23)

Les trajets en voiture, les tâches ménagères ou tout simplement la fatigue nous rappellent quotidiennement que notre dos est sensible. Comprenant trois soins par jour sur 6 jours (6 hydromassages, 3 cataplasmes, 3 douches locales, 3 étuves locales, 3 piscines de mobilisation) et bénéficiant d'un **environnement particulièrement calme**, le forfait « soins du dos » de la **petite station de la Creuse** donne à chacun l'occasion de se décontracter et de prendre soin de soi, afin de combattre « la maladie du siècle ».

Tarif : 250 € pour 6 jours

Renseignements : Thermes d'Evaux-les-Bains

Tél. : 05 55 65 50 01 – www.evauxthermes.com

Semaines Thermales « Rhumatologie » à Châteauneuf-les-Bains (63)

Etudiés pour prévenir et soulager les douleurs articulaires, ces forfaits de six jours se déroulent dans le cadre verdoyant de Châteauneuf-les-Bains, petite station thermale des Combrailles située sur les berges de la rivière Sioule. En début de séjour, le médecin thermal définit les 4 soins quotidiens en fonction de l'état de santé du patient parmi les soins de la cure traditionnelle, à savoir : bain, douche générale au jet, étuve locale et générale, massage sous l'eau, piscine de mobilisation, cataplasmes...

Tarifs : 245 € à 305 € les 6 jours selon la formule choisie

Renseignements : Thermes de Châteauneuf-les-Bains

Tél. : 04 73 86 67 49



Aérobain local

PHLEBOLOGIE

Forfait Jambes « Tonic » (6 jours) à Evaux-les-Bains (23)

Pour retrouver des jambes légères et pleines de vitalité, Evaux-les-Bains propose le forfait « Jambes tonic » qui comprend 3 soins quotidiens spécifiques à la phlébologie (hydromassage, couloir de marche, aérobain local) et un accès libre à la piscine extérieure en eau thermale pendant tout le séjour. Côté efficacité, l'immersion dans l'eau favorise le retour veineux du fait de la pression hydrostatique de l'eau sur le corps tandis que l'hydromassage engendre un drainage veineux et lymphatique. Enfin, la marche à contre-courant associe une stimulation de la circulation sanguine avec un travail de rééducation musculo-articulaire (écrasement de la semelle veineuse plantaire et contraction de la pompe du mollet). Les jambes lourdes en fin de journée, c'est fini !

Tarif : 217 €

Renseignements : Thermes d'Evaux-les-Bains

Tél. : 05 55 65 50 01- www.evauxthermes.com

DERMATOLOGIE/VOIES RESPIRATOIRES/AFFECTIONS DES MUQUEUSES BUCCO-LINGUALES

NOUVEAUTE 2010 : Séjours « Remise en Santé » (6 ou 12 jours) aux Grands Thermes de La Bourboule

Spécialisés dans le traitement de l'asthme, des allergies respiratoires et cutanées, grâce aux propriétés thérapeutiques des eaux de La Bourboule, les Grands Thermes déclinent leur savoir-faire thermal à travers des séjours de remise en santé d'une durée de 6 ou 12 jours. A visée thérapeutique, ces séjours comportent 4 à 6 soins quotidiens déterminés par le médecin thermal en fonction de l'état de santé du patient et choisis parmi les 23 de la cure thermale traditionnelle. Tous les séjours sont proposés avec la cure de boisson, l'eau de La Bourboule ayant pour effet de renforcer les défenses immunitaires. A noter que le médecin peut éventuellement conseiller en sus des pratiques médicales complémentaires telles que la douche pharyngienne (AMB), les insufflations tubo-tympaniques (VR), la méthode de déplacement de Proëtz (VR) ou encore la douche filiforme (DER).

Séjour Dermatologie (eczéma, psoriasis...) :

4 soins par jour – 199 € pour 6 jours, 395 € pour 12 jours

Séjour Voies Respiratoires (Asthme, bronchites, sinusites...) :

6 soins par jour – 205 €/ 6 j., 410 €/12 j.

Séjour Affections des Muqueuses Bucco-Linguales :

3 soins par jour – 50 € /6 jours, 90 € / 12 jours

Renseignements :

Grands Thermes de La Bourboule

Tél. : 04 73 81 21 00 – www.grandsthermes-bourboule.com

ANTI-STRESS

Semaine « Anti-Stress » (6 jours) à Nérís-les-Bains (03)

Leader dans le traitement global des maladies d'origine nerveuse, la station thermale de Nérís-les-Bains (03) propose grâce à son savoir-faire et à son eau thermale riche en Lithium une semaine « Anti-Stress », dont les deux soins quotidiens ont été spécialement étudiés pour évacuer le stress. Ainsi le bain « Hydro-Détente » procure à la fois un effet sédatif, équilibrant et décontractant tandis que le modelage « Détente – Tonic » permet de calmer l'hyperexcitabilité nerveuse.

Tarif : 324 €

Renseignements : Thermes de Nérís-les-Bains

Tél. : 04 70 03 10 39 – www.thermes-neris.com

C. MISE EN PLACE DE PROGRAMMES DE SOINS DE SUITE EN STATIONS THERMALES

Avec le PACTHe (Programme d'Accompagnement et de réhabilitation post-thérapeutique pour les femmes en rémission complète de Cancer du sein en stations Thermales), une étude clinique dirigée par le Professeur Yves-Jean BIGNON (oncogénéticien, directeur scientifique du Centre Jean Perrin) qui se déroule dans les stations thermales de Vichy, Châtel-Guyon et Le Mont-Dore en collaboration avec le Centre Jean Perrin et le Pôle Santé République de Clermont-Ferrand, l'Auvergne devient précurseur dans le domaine des soins de suite « Post Cancer du Sein ».

Principalement financée par l'Association Française pour la Recherche Thermale (AFRETh) avec une aide du Conseil Régional d'Auvergne et de Clermont Communauté pour un montant global de 1 million d'euros, cette étude devrait donner ses premiers résultats fin 2011. En cas de résultats positifs, le dispositif pourrait s'étendre au plan national.

PACTHe : un programme de recherche précurseur dans les soins de suite post-cancer

L'enjeu ? Valider l'hypothèse selon laquelle un séjour de 15 jours en station thermale incluant soins thermaux, rééquilibrage diététique, activité physique et réhabilitation de l'estime de soi dans un délai court après un traitement lourd du cancer (chimiothérapie) améliorerait à court terme la qualité de vie familiale, professionnelle, sociale des femmes, diminuerait à long terme leur risque de récurrence et pourrait réduire le coût pour la société de ces « survivantes » du cancer.

Pour qui ? Des femmes volontaires de 20 à 75 ans en rémission complète, ayant été traitées par chimiothérapie et dont le traitement est terminé depuis moins de 9 mois. Au final, l'étude porte sur 270 patientes : 120 ont été recrutées dans le cadre de l'étude pilote (mars 2008 à mai 2009) et 150 le seront au final dans le cadre de l'étude clinique PACTHe (recrutement de juin 2009 à août 2010).

Comment ? Un tirage au sort répartit les femmes en deux groupes : le premier bénéficie d'un suivi en station thermale (soins de suite pendant deux semaines puis suivi hygiéno-diététique) ; le second (groupe témoin) reçoit un suivi hygiéno-diététique simple à domicile. On compare ensuite les résultats des deux groupes, le critère de jugement principal étant le score du questionnaire de qualité de vie « SF 36 » suivi à un an.

Quid du séjour thermal ? Les séjours en station thermale se déroulent par petits groupes d'une dizaine de femmes. Ils seront réalisés au fur et à mesure des recrutements, jusqu'en octobre 2010. Outre des soins thermaux de confort et de relaxation individuels (douche locale au jet cervicocapulaire, douche à affusion, aérobain, massage sous eau thermale relaxant par un

kinésithérapeute pour la prévention du lymphoedème), les patientes accueillies en station thermale recevront des soins diététiques dispensés par une diététicienne (consultations diététiques, atelier de cuisine, pension complète équilibrée), des séances d'activité physique (gymnastique en salle et en piscine, marche...) ainsi que des activités liées à l'estime de soi et visant à redonner aux femmes une bonne image d'elles mêmes (entretien avec un psychologue, soins esthétiques...)

« Cette étude sur les soins de suite post-cancer du sein constitue un très grand enjeu car le cancer du sein est une maladie très fréquente et très meurtrière. En outre, le thermalisme se place pour la première fois hors du champ des maladies fonctionnelles, qui sont incapacitantes mais qui ne mettent pas en jeu le pronostic vital : pour la première fois, on est dans le cas où on va accroître la quantité et la qualité de vie. On propose à des patientes des méthodes simples et naturelles, sans agressivité après qu'elles aient reçu un traitement agressif... qui vont améliorer la qualité de vie et probablement leur permettre non seulement « d'ajouter de la vie aux années mais également des années à la vie ». »

*Professeur Christian-François ROQUES
Président du Conseil Scientifique de l'AFRETH*

IV. LA RECHERCHE AVANCE... DANS LES STATIONS DE L'Auvergne Thermale

Depuis la création de l'AFRETH (Association Française pour la Recherche Thermale www.afreth.org) fin 2004, les stations de l'Auvergne Thermale participent activement à des programmes de recherche multi-centriques financés au niveau national.

Parallèlement, certaines stations poursuivent leurs efforts de recherche, à leur échelle, contribuant elles-aussi à faire progresser la littérature scientifique relative au thermalisme.

Etude STOP-TAG

Néris-les-Bains (03) a fait partie des sites (avec Saujon, Ussat-les-Bains et Bagnères-de-Bigorre) dans lesquels a été réalisée l'étude STOP-TAG* (publiée en 2008) et qui a montré que la cure thermale PSY était plus efficace que le Deroxat®, le médicament de référence, dans la prise en charge du **Trouble Anxieux Généralisé (TAG)**.

* Etude de O. Dubois, Thermes de Saujon, R. SALAMON, ISPED, Bordeaux, J.-P. OLIE, S.H.U. Ste Anne, Paris – portant sur 236 patients

Etude MAÛTHERMES

Vichy (03) fait partie des sites (avec Capvern, Brides-les-Bains, Vittel et Vals-les-Bains) dans lesquels s'est déroulée l'étude Maâthermes, relative au **traitement thermal de l'Obésité** et dont on attend les résultats en 2010.

Etude PACTHe

Châtel-Guyon (63), Le Mont-Dore (63) et Vichy (03) accueillent les femmes volontaires pour le programme PACTHe, relatif aux soins de suite post-cancer du sein et dont on attend les résultats fin 2011.

Etude Thermes et Veines

Evau-les-Bains (23) participe depuis 2007 à l'étude multi-centrique Thermes et Veines (avec Bagnoles de l'Orne, Argelès-Gazost et Barbotan-les-Thermes), dont le but est d'évaluer l'efficacité de la cure thermale dans la prévention des ulcères de jambe chez l'insuffisant chronique sévère.

⇒ **Plus d'infos sur le site : www.afreth.org**

Pathologies Vasculaires Artérielles

Périphériques Chroniques :

Etude clinique concernant l'efficacité de la CO₂-thérapie thermale de Royat-Chamalières dans le traitement de l'AOMI

Après avoir montré en 2005 l'efficacité de la CO₂-thérapie naturelle dans le traitement du phénomène de Raynaud*, les travaux de l'Institut de Recherches Cardio-Vasculaires (IRCV) de Royat (63) démontrent aujourd'hui l'efficacité de la CO₂-thérapie dans le traitement de la claudication intermittente du stade II modéré (AOMI).

L'étude intitulée "**Clinical and microcirculatory effects of transcutaneous CO₂-therapy in intermittent claudication. Randomized double-blind clinical trial with a parallel design**". R. Fabry, P. Monnet, J. Schmidt, J.-R. Lussion, P.-H. Carpentier, J.-C. Baguet and C. Dubray » est parue en août 2009 dans le volume 38 - numéro 3 - de la revue VASA (European Journal of Vascular Medicine – www.vasa-journal.eu).

⇒ Référence exacte : VASA 2009 : 38, 213-224

*Carbothérapie thermale et phénomène de Raynaud : essai clinique, randomisé en double insu, mené à Royat. Press Therm Climat 2006,143 :127-138 (publication originale dans VASA, 2005,34,2 : 93-100) – Régine Fabry- Pascal Monnet, Jeannot Schmidt et Jean Claude Baguet.

Etude « FIBROMYALGIE »

aux Thermes de Royat-Chamalières (63)

En 2006, une étude clinique au sujet de l'**efficacité de la cure de Royat-Chamalières sur la fibromyalgie***, réalisée sous l'égide du Centre Anti-Douleur du CHU de Clermont-Ferrand, a été réalisée sur 69 patientes. Basée sur l'évaluation de la douleur grâce à l'Echelle Visuelle Analogique (EVA) et le questionnaire validé QIF, cette étude a permis d'objectiver scientifiquement les effets de la cure thermale de Royat-Chamalières sur les symptômes les plus fréquents de la fibromyalgie (fatigue et douleurs).

* Ludovic SOLVICHE, mémoire de DES en Médecine Générale, Françoise MOREL, Pascal MONNET, Marie-Claire FANGET, Patrick ROUX, Roselyne SIMONDET, Société Médicale de Royat.

V. DES CURES THERMALES DANS LES 12 ORIENTATIONS THERAPEUTIQUES

Plusieurs fois millénaire, le thermalisme est resté attaché à son principe de base : soigner les maladies chroniques ou dégénératives par les eaux minérales, les boues et les gaz naturels.

Du fait de l'exceptionnelle diversité des sources minérales de la région, les stations de l'Auvergne Thermale sont habilitées à proposer des cures thermales médicalisées dans les 12 orientations thérapeutiques agréées par la Sécurité Sociale*.

* L'administration de la santé classe en douze orientations les traitements et les soins administrés par les stations agréées et conventionnées, en fonction notamment de la spécificité de leurs eaux. Ces orientations thérapeutiques forment le cadre légal actuel du thermalisme médical.



Thermes de Bourbon-Lancy (71)

Actualité 2010 : Bourbon-Lancy (RH-MCA) rejoint l'Auvergne Thermale

Unique station thermale de Bourgogne du Sud (Saône-et-Loire), Bourbon-Lancy dispose d'une eau thermale dotée de propriétés vasodilatatrices, ce qui lui permet d'être 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.

A noter que l'eau thermale de Bourbon-Lancy étant par ailleurs fortement chargée en Lithium, excellent régulateur d'humeur, une cure RH et/ou MCA sur place amène un double effet complémentaire « anti-stress »* fort bienvenu !

*bien que la station ne soit pas agréée PSY.

Renseignements :

Thermes de Bourbon-Lancy -tél. : 03 85 89 18 84

www.thermes-bourbon-lancy.com

RHUMATOLOGIE (RH) :

Bourbon-Lancy, Bourbon-l'Archambault, Châteauneuf-les-Bains, Chaudes-Aigues, Evaux-les-Bains, Le Mont-Dore, Néris-les-Bains, Royat/Chamalières, Vichy et Châtel-Guyon

La cure thermale traite principalement l'arthrose (sous toutes ses formes), les rhumatismes inflammatoires (arthrites...) et les séquelles de traumatismes ostéo-articulaires.

BON A SAVOIR :

La cure thermale est recommandée par la HAUTE AUTORITE DE SANTE dans la lombalgie chronique, la polyarthrite rhumatoïde, la spondylarthrite ankylosante et par LA LIGUE EUROPEENNE CONTRE LES RHUMATISMES dans la spondylarthrite et la fibromyalgie



Piscine de Mobilisation



Thermes de Nérís-les-Bains (03)

**AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES (PSY) –
NEUROLOGIE (NEU) : Nérís-les-Bains**

Leader dans le traitement global des maladies d'origine nerveuse, Nérís-les-Bains est la seule station auvergnate à posséder les orientations « Affections Psychosomatiques » (stress, anxiété, syndromes dépressifs) et « Neurologie » (affections des nerfs et du système nerveux) et l'une des très rares stations françaises à proposer des cures de double orientation « PSY/NEU » et « NEU/PSY » grâce à son eau particulièrement riche en Lithium.



Thermes des Dômes - Vichy (03)

**APPAREIL DIGESTIF ET MALADIES METABOLIQUES
(AD): Châtel-Guyon, Vichy**

Disposant d'eaux très riches en Magnésium, la station thermale de Châtel-Guyon est indiquée dans le traitement des troubles de l'intestin : colites, MICI (Maladies Inflammatoires Chroniques Intestinales) et troubles fonctionnels intestinaux (colopathie fonctionnelle, trouble du transit).

La station de Vichy propose quant à elle une cure de double orientation RH + AD spécialement indiquée pour les rhumatisants souffrant de troubles digestifs suite à de trop fréquentes prises d'anti-inflammatoires ainsi qu'une cure AD traitant l'obésité et les affections métaboliques associées telles que le diabète de type 2 (non insulino dépendant), avec la possibilité d'associer le complément « Maigrir à Vichy » (éducation nutritionnelle, remise en activité physique).

**APPAREIL URINAIRE ET MALADIES METABOLIQUES
(AU) : Châtel-Guyon**

Cette cure thermale est prescrite dans le cadre de troubles de l'appareil urinaire tels que cystites, infections urinaires récurrentes, etc.

DERMATOLOGIE (DER) : La Bourboule

En dermatologie, La Bourboule traite, principalement les allergies cutanées, l'eczéma, le psoriasis, et le syndrome dermo-respiratoire (asthme + eczéma).

PHLEBOLOGIE (PHL) : Evaux-les-Bains

L'indication phlébologie comprend principalement le traitement des varices et des séquelles de phlébites. Possédant également l'indication Rhumatologie (RH), Evaux-les-Bains est l'une des très rares stations thermales françaises à proposer le traitement conjoint de l'arthrose et de l'insuffisance veineuse grâce à la double orientation rhumatologie/phlébologie.



Couloir de Marche

**GYNECOLOGIE (GYN) : Bourbon-l'Archambault,
Evaux-les-Bains**

La cure thermale en Gynécologie permet de traiter des infections chroniques telles que les vaginites et les cervicites récurrentes ou encore l'hypofonctionnement ovarien.



La Bourboule (63)

VOIES RESPIRATOIRES (VR) :

La Bourboule et Le Mont-Dore

Grâce à leurs eaux non soufrées, La Bourboule et Le Mont-Dore sont spécialisées dans le traitement de l'asthme et des allergies respiratoires.

AFFECTIONS DES MUQUEUSES BUCCO-LINGUALES (AMB) : La Bourboule

Orientation récente, apparue en 1986, la cure des affections des muqueuses bucco-linguales (parodontopathies...) a des effets décongestionnants et anti-inflammatoires. Prescrite par un médecin ou un dentiste, elle s'inscrit dans un cadre aussi bien thérapeutique que préventif.

TROUBLES DU DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT (TDE) : La Bourboule

Prescrite dans le cadre de troubles tels que troubles du sommeil et du comportement, la cure thermique « TDE » permet aux enfants de prendre du recul face à leurs problèmes et de les partager avec d'autres afin de mieux les dédramatiser.

TABLEAU RECAPITULATIF

STATIONS	ORIENTATIONS THERAPEUTIQUES											
	RH	VR	DER	PSY	NEU	PHL	MCA	AD	AMB	GYN	AU	TDE
BOURBON-LANCY	■						■					
BOURBON-L'ARCHAMBAULT	■									■		
LA BOURBOULE		■	■						■			■
CHÂTEAUNEUF-LES-BAINS	■											
CHÂTEL-GUYON	■							■			■	
CHAUDES-AIGUES	■											
EVAUX-LES-BAINS	■					■				■		
LE MONT-DORE	■	■										
NERIS-LES-BAINS	■			■	■							
ROYAT-CHAMALIERES	■						■					
VICHY	■							■				

VI. AFFECTIONS PARTICULIERES TRAITEES DANS LES STATIONS DE L'Auvergne Thermale

Il est reconnu que certaines affections chroniques, comme les rhumatismes ou l'asthme, sont efficacement soulagées par le thermalisme. Pour autant, la médecine thermale apporte également une réponse à d'autres affections chroniques plus rares ou pour lesquelles l'action du thermalisme est moins connue.

FIBROMYALGIE (RH) :

Néris-les-Bains, Royat-Chamalières, Bourbon-l'Archambault, Châtel-Guyon, Vichy

Mal connue, la fibromyalgie se caractérise par un ensemble de symptômes invalidants : douleurs diffuses (aggravées par l'effort, le froid, la fatigue, le stress et évoluant de façon chronique), troubles du sommeil, migraines, syndrome sec, troubles digestifs et urinaires, anxiété et tendance dépressive. A l'heure actuelle, il n'existe aucun traitement actif contre cette affection et **la cure thermale fait partie des traitements qui donnent les meilleurs résultats.**

Plus d'infos : <http://fibromyalgie.soin.info>

TROUBLE ANXIEUX GENERALISE (PSY) :

Néris-les-Bains

D'une durée d'au moins six mois, le Trouble Anxieux Généralisé (TAG) se caractérise par une **inquiétude chronique exagérée dans le cadre des activités de la vie quotidienne** ainsi que par des symptômes physiques tels que : nausée, tension musculaire, agitation, difficultés de concentration, troubles du sommeil, irritabilité, maux de tête... Difficile à diagnostiquer, ces troubles concernent 6% de Français, parmi lesquels une majorité de femmes. A l'heure actuelle, les thérapeutiques du TAG sont les psychotropes, les psychothérapies comportementales, et les cures thermales « PSY » qui constituent une approche psychocorporelle de ce trouble.

OSTEOPOROSE (RH) : Vichy

Souvent liée à la ménopause, l'ostéoporose constitue l'une des indications de la **cure « RH » de Vichy, dont les eaux sont riches en Fluor.** Outre la présence de cet élément spécifique, la cure thermale permet de mettre en route les mesures visant à obtenir une consolidation du squelette et un renforcement du système musculaire.

Elle effectue en cela une véritable éducation thérapeutique du curiste.

ARTERITE (MCA) :

Bourbon-Lancy, Royat-Chamalières

L'Artériopathie Oblitérante des Membres Inférieurs (AOMI) – ou Artérite – est une maladie des artères qui engendre des anomalies dans les parois des vaisseaux jusqu'à obstruction partielle ou totale. L'artérite atteint surtout les hommes, en particulier les fumeurs, mais aussi les diabétiques, les hypertendus, et les personnes souffrant d'hyperlipidémie. Son principal symptôme est une douleur musculaire, type crampe, au mollet lors de la marche. Elle disparaît à l'arrêt et réapparaît en reprenant la marche. Elle se reproduit toujours à la même distance : on appelle cela « la claudication intermittente ». **La cure thermale vient en complément des prescriptions médicamenteuses et chirurgicales.**

Plus d'infos : <http://arterite.soin.info>

PHENOMENE DE RAYNAUD (MCA) :

Royat-Chamalières

Le Phénomène de Raynaud est l'expression d'un arrêt brutal mais très transitoire de la circulation artérielle au niveau des extrémités, en particulier des doigts. Grâce aux effets micro-circulatoires de son gaz thermal, **la cure de Royat-Chamalières est un traitement efficace qui peut intervenir en prescription de première intention.** Les résultats observés sont : une diminution du nombre, de la durée et de l'intensité des crises, une meilleure adaptation au froid en hiver, une absence d'effets indésirables lors de l'application des traitements thermaux, une efficacité dans le temps. **Lorsque le phénomène de Raynaud s'inscrit dans le cadre d'une sclérodermie,** on constate également une meilleure élasticité de la peau et une action positive sur la cicatrisation des plaies.

VII. LEXIQUE DES SOINS THERMAUX

Les soins thermaux sont basés sur l'utilisation de la ressource thermale naturelle de la station, à savoir l'eau issue des sources thermales mais également la boue thermale, - généralement constituée d'un mélange d'argile et d'eau thermale -, ou encore la vapeur et le gaz thermal.

LES SOINS A BASE D'EAU MINERALE

La cure de boisson : Élément important des cures AD ou AU (facultative pour les autres orientations), la cure de boisson consiste en une ingestion d'eau minérale, une ou plusieurs fois par jour, selon la prescription du médecin.



Aérobaî

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. Outre les échanges chimiques avec le corps, ce bain a une action vasodilatatrice et antalgique, du fait de sa température.

- **aérobaî** : 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 d'effectuer un massage sur tout ou partie du corps. Ce soin est tonique, décontractant et anti-stress.

- **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 suivant l'indication de la cure thermale.

- **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).



Bain local

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) ; elle peut être directe à forte pression ou « jet brisé » et permet la variation de la température et la pression de l'eau au cours d'une même séance.

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

- **douche baveuse** : la douche baveuse s'administre avec une lance munie d'un embout plat, sans pression. Suivant l'orientation de la cure thermique, la localisation est variable : hépatique, lombaire...



Douche Baveuse

LES SOINS COLLECTIFS

- **douche sous immersion à haute pression en piscine** : prescrit dans le cadre des contractures para-vertébrales (sciatiques, sciatalgies...), ce soin consiste en un massage intense effectué par un jet d'eau thermique sous-marin



Douche sous Immersion en piscine

- **piscine de mobilisation** : les séances de mobilisation en piscine, principalement prescrites dans le cadre de la cure thermique en rhumatologie (RH) sont dirigées par un masseur-kinésithérapeute.

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

→ Soin présent à Bourbon-Lancy, Royat-Chamalières et Evaux-les-Bains

NOUVEAUTE 2010 : Un couloir de marche à contre-courant a fait son apparition aux thermes de Bourbon-Lancy en 2010. Inclus dans le forfait thermal MCA, ce nouvel équipement, long d'une vingtaine de mètres, a été construit dans la cour des thermes.

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. **Cet acte thermal devenu aujourd'hui essentiel en dermatologie fut mis au point par le Dr Veyrières en 1903 à La Bourboule.**



Irrigation nasale

LES SOINS SPECIFIQUES AU TRAITEMENT DES VOIES RESPIRATOIRES

En Voies Respiratoires (VR), le traitement thermal est basé sur l'**aérosolthérapie** dont le principe est la fragmentation de l'eau thermique 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 détersion** (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



Vaporarium

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

Pour le traitement d'arthroses douloureuses des doigts, la station thermale de Royat/Chamalières dispose d'une douche de vapeur très spécifique, constituée à la fois de jets de vapeur d'eau et de jets de gaz thermal.



Douche de vapeur à Royat-Chamalières (63)

- **L'étuve cervico-lombaire de Nérès-les-Bains** : appliquée dans le fauteuil dit « de Nérès », cette pulvérisation de vapeur sur les régions cervicales et/ou lombaires, a un effet antalgique et décontractant.



Etuve locale du Dos

- **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 (des cervicales aux lombaires), pour un effet antalgique et décontractant.

LES SOINS A BASE DE GAZ THERMAL

- **Injection sous-cutanée de gaz thermal** : effectuée par le médecin thermal, elle a pour but une dilatation artérielle locale permettant une meilleure vascularisation musculaire (arthrite) et articulaire (arthrose).

➔ **Soin spécifique aux stations de Royat/Chamalières et du Mont-Dore**

- **Soin spécifique : 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 sclérodémie). Ce soin est généralement précédé d'un bain de bras d'eau thermale (source Eugénie).

LES SOINS A BASE DE BOUE THERMALE

Illutions locales multiples (directement sur la peau) 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. Du fait de cette chaleur (environ 40°C), ces soins sont particulièrement antalgiques et myorelaxants et à ce titre fort appréciés des curistes.

VIII. HYGIENE ET QUALITE DANS LES ETABLISSEMENTS THERMAUX DE L'Auvergne Thermale

Les 11 établissements thermaux situés dans les stations thermales membres de Thermauvergne sont réunis au sein du Groupement d'Intérêt Economique Auvergne Thermale Qualité.

Tous signataires de la même charte de qualité, les établissements thermaux d'Auvergne Thermale ont par ailleurs créé en 1993 le Laboratoire Auvergne Thermale Qualité, qui effectue un auto-contrôle bactériologique de leurs eaux minérales et autres produits thermaux tout au long de la saison afin d'assurer aux curistes les meilleures conditions d'hygiène.

DEMARCHE QUALITE DANS LES ETABLISSEMENTS THERMAUX DU GIE AUVERGNE THERMALE QUALITE

Mise en place de l'HACCP (Hazard Analysis Critical Control Point) dans les thermes

Le GIE Auvergne Thermale Qualité accompagne les établissements thermaux dans le cadre de la démarche HACCP, préconisée par le décret n° 2007-49 du 11 janvier 2007 relatif à la sécurité sanitaire des eaux destinées à la consommation humaine.

Cette démarche concerne :

- L'Analyse des dangers et la maîtrise des points critiques
- La mise en place du Guide de bonnes pratiques thermales (nettoyage, hygiène, production d'eau...)
- La mise en place d'un Système de surveillance de l'eau : analyses bactériologiques mensuelles

en vue d'une certification Aquacert par le cabinet William Terry Conseil.

La Charte de Qualité

Les établissements thermaux d'Auvergne Thermale sont signataires de la même charte de qualité, qui définit notamment les règles d'hygiène à respecter au niveau des installations techniques, des équipements de soins, du matériel de soin individuel, des sols et du linge.

La Formation du personnel

En début de saison, le personnel de soin et de maintenance bénéficie de séances de formation à l'hygiène au cours desquelles il est procédé, d'une part, à une description pratique des procédures de nettoyage et de désinfection et, d'autre part, à des explications pour une utilisation rationnelle des produits d'hygiène (dose, temps de contact à respecter, précautions à prendre lors de la manipulation des produits d'hygiène...).

LE LABORATOIRE AUVERGNE THERMALE

Précurseur en matière de sécurité sanitaire, Thermauvergne a été en 1993 à l'origine de la création du GIE Auvergne Thermale Qualité, dont dépend le Laboratoire Auvergne Thermale.

Renforcement des contrôles officiels

Dirigé par Corine Chades, Docteur en Pharmacie et en Hydrologie, ce laboratoire a pour rôle de renforcer les contrôles officiels déjà existants et de garantir ainsi la qualité des eaux minérales et des traitements dispensés aux curistes.

Autocontrôle bactériologique

Le laboratoire Auvergne Thermale effectue un autocontrôle bactériologique des eaux minérales et autres produits thermaux (gaz, boues, algues), ainsi qu'une vérification des conditions d'hygiène et d'efficacité des procédures de nettoyage et de désinfection (prélèvement au niveau des sols, des équipements et de l'atmosphère).

Accréditation du Laboratoire

Depuis 2008, le Laboratoire Auvergne Thermale est entré dans une démarche volontaire en vue d'obtenir l'accréditation COFRAC (COMité Français d'Accréditation) pour son activité d'autocontrôle bactériologique de l'eau. Cette accréditation indique le respect de la norme internationale ISO/CEI 17025, qui garantit que le laboratoire dispose des compétences techniques nécessaires pour la réalisation des analyses et qu'il a mis en place un système de management de la qualité.

Le Laboratoire Auvergne Thermale espère obtenir cette accréditation en 2011, en vue de renforcer sa légitimité auprès des instances sanitaires et de satisfaire au mieux les exigences de ses clients.

Renseignements : Laboratoire Auvergne Thermale
Tél. : 04 73 34 72 81

ETABLISSEMENTS THERMAUX MEMBRES DU
GIE AUVERGNE THERMALE QUALITE

Etablissement thermal de Bourbon-Lancy

Place d'Aligre
71140 BOURBON-LANCY
Tél. : 03 85 89 18 84
www.thermes-bourbon-lancy.com / contact@stbl.fr
Ouverture du 7 avril au 29 octobre 2010

Etablissement Thermal de Bourbon-l'Archambault

Place des Thermes
03160 BOURBON-L'ARCHAMBAULT
Tél : 04 70 67 07 88
bourbonlarchambault@chainethermale.fr
Ouverture du 4 mars au 13 novembre 2010

Grands Thermes de La Bourboule

B.P. 85
76 Bd Georges Clémenceau
63150 LA BOURBOULE
Tél : 04 73 81 21 00
www.grandsthermes-bourboule.com
bourboule.grandsthermes@wanadoo.fr
Ouverture du 1^{er} février au 10 octobre 2010

Etablissement Thermal de Châteauneuf-les-Bains

63390 CHATEAUNEUF-LES-BAINS
Tél. : 04 73 86 67 49
chateauneuf@valvital.fr
Ouverture de Mai à Octobre 2010

Thermes de Châtel-Guyon

BP 51
63140 CHATEL-GUYON
www.thermesdechatel.fr / contact@thermesdechatel.fr
Tél. : 04 73 86 00 08
Bains Thermaux du Splendid et Thermes Henry
Ouverture du 19 avril au 30 octobre 2010

Caleden (Chaudes-Aigues)

27 av. du Président Pompidou
15110 CHAUDES-AIGUES
www.caleden.com / info@caleden.com
Tél. : 04 71 23 51 06
Ouverture du 5 avril au 6 novembre 2010

Centre de Cure Thermale d'Evaux-les-Bains

23110 EVAUX-LES-BAINS
Tél. : 05 55 65 50 01
www.evauxthermes.com
evaux.thermes.hotel@wanadoo.fr
Ouverture du 22 mars au 23 octobre 2010

Etablissement thermal du Mont-Dore

1, Place du Panthéon
63240 LE MONT-DORE
Tél. : 04 73 65 05 10
lemontdore@chainethermale.fr
Ouverture du 19 avril au 30 octobre 2010

Thermes de Nérís-les-Bains

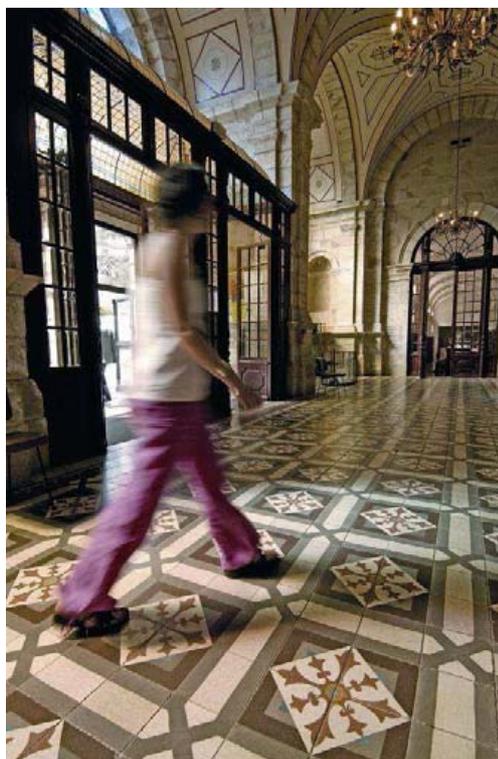
6, Place des Thermes
03310 NERIS-LES-BAINS
Tél. : 04 70 03 10 39
www.thermes-neris.com / info@thermes-neris.com
Ouverture du 29 mars au 30 octobre 2010

Thermes de Royat

Place Allard – BP 53
63130 ROYAT
Tél. : 04 73 29 51 51
www.thermes-de-royat.com / rmemr@wanadoo.fr
Ouverture du 8 avril au 30 octobre 2010

Thermes de Vichy

BP 2138 – 03201 VICHY cedex
N° Vert (appel gratuit) : 0 800 30 00 63
www.destinationvichy.com / info@destinationvichy.com
Thermes des Dômes : Ouverture de début février à fin décembre 2010
Thermes Callou : Ouverture de début avril à fin novembre 2010



Thermes de Royat

IX. THERMAUVERGNE : DEPUIS 25 ANS AU SERVICE DU THERMALISME REGIONAL

Née en 1985 du regroupement du Syndicat Intercommunal Thermal du Puy-de-Dôme et du Syndicat Intercommunal Thermal de l'Allier, l'association Thermauvergne réunit les 11 stations thermales d'Auvergne, du Limousin et de Bourgogne du Sud depuis 2010, ayant été cette année rejointe par la station de Bourbon-Lancy.

Présidée par le Docteur Christian CORNE, Maire-Adjoint de Vichy, Conseiller Général de l'Allier, Président de la Fédération Thermale et Climatique Française et 1^{er} Vice-Président de l'Association Nationale des Maires de Communes Thermales, et dirigée depuis sa création par Jean-François BERAUD, Thermauvergne œuvre depuis 25 ans à la défense des intérêts des stations thermales régionales en lien avec les élus, les exploitants thermaux et les pouvoirs publics. Elle effectue par ailleurs la promotion collective du thermalisme auvergnat sous la marque « Auvergne Thermale ».

MISSIONS REGIONALES

Avec le soutien du Conseil Régional d'Auvergne et des Conseils Généraux de l'Allier, du Cantal, du Puy-de-Dôme et de la Creuse, Thermauvergne conduit les missions suivantes :

L'assistance au développement des stations thermales en relation avec le CRDT Auvergne

Le schéma régional de développement du tourisme 2005/2010 accorde à Thermauvergne un rôle actif dans l'ingénierie, l'accompagnement et le développement des stations thermales en relation avec le Comité Régional du Développement Touristique d'Auvergne. Il s'agit pour Thermauvergne d'aider les stations à requalifier leur offre thermale (gestion de la ressource en eau, modernisation des équipements) et à favoriser leur diversification sur le marché touristique (bien-être).

La Promotion collective des stations thermales

Thermauvergne assure la promotion collective des stations membres d'Auvergne Thermale par des campagnes de communication nationale, ciblées de manière spécifique sur le thermalisme, sous la maque « Auvergne Thermale, Terre de Santé » (marketing direct, relations presse, Internet, éditions, salon des Thermalies...).

Action Qualité Meublés

Depuis 1993, Thermauvergne effectue, par habilitation préfectorale, les visites de classement et de contrôle des meublés thermaux. A cette action s'ajoute une mission de conseil et d'assistance auprès des propriétaires ainsi que l'instruction des plaintes émanant des locataires avec les services des DDASS et de la DGCCRF. Thermauvergne gère également le label « Clévacances » dans les stations thermales du Puy-de-Dôme.

Observatoire de l'Activité

Depuis 15 ans, Thermauvergne, en partenariat avec l'INSEE Auvergne, procède à l'observation spécifique de la fréquentation des hébergements touristiques classés (hôtels, meublés et campings) des stations thermales d'Auvergne.

Ces enquêtes permettent de mieux connaître l'évolution des clientèles et se révèlent être un bon outil d'aide à la décision dans la mise en place de nouveaux projets. Thermauvergne mutualise ces résultats statistiques avec SPOT Auvergne.

Participation au financement de la recherche thermale

Thermauvergne est associée aux travaux menés au plan national par l'Association Nationale des Maires de Commune Thermales (ANMCT) et le Conseil National des Exploitants Thermaux (CNETh) en participant financièrement aux travaux de recherche d'évaluation du Service Médical Rendu par le thermalisme réalisés sous l'égide de l'AFRETh (Association Française pour la Recherche Thermale (www.afreth.org)).

1985 : Naissance de l'Association Intercommunale Thermauvergne

Regroupement du Syndicat Intercommunal du Puy-de-Dôme (La Bourboule, Châteauneuf-les-Bains, Châtel-Guyon, Chaudes-Aigues, Le Mont-Dore, Royat-Chamalières, Saint-Nectaire) et de l'Allier (Bourbon-l'Archambault, Nérís-les-Bains, Vichy).

1993 : Aide à la Création du Laboratoire « Auvergne Thermale Qualité »

Précurseur en matière de sécurité sanitaire, Thermauvergne a été en 1993 à l'origine de la création du GIE Auvergne Thermale Qualité, dont dépend le Laboratoire Auvergne Thermale Qualité. Ce laboratoire d'autosurveillance effectue un contrôle de la qualité de la ressource thermale quasi-quotidienne pendant la saison.

1997 : Partie Prenante dans la création de « La Route des Villes d'Eaux du Massif Central »
www.villesdeaux.com

Avec six autres stations thermales hors Auvergne (Bourbon-Lancy, Saint-Honoré-les-Bains, Montrond-les-Bains, Vals-les-Bains, Neyrac-les-Bains, Saint-Laurent-les-Bains), Thermauvergne a été partie prenante dans la création de l'association de développement touristique « La Route des Villes d'Eaux du Massif Central ».

Depuis 2004 : Participation au financement de la recherche thermale

Voir paragraphe « Missions Régionales »

Depuis 2005 :
Création de l'opération « 3 soins, 30 € »

Depuis 2005, Thermauvergne organise chaque année une opération de découverte du thermalisme régional, sous le slogan « 3 soins, 30 € ». Face au succès rencontré auprès du grand public, cette manifestation, à l'origine organisée sur une journée, est devenue en 2008 « La Semaine Découverte du Thermalisme régional – 3 soins, 30 € ». En 2009, cette manifestation a intégré l'opération de promotion touristique régionale « l'Auvergne au Printemps ».

2006: Création de la Brochure « Séjours Santé de l'Auvergne Thermale »

En 2006, Thermauvergne a contribué au développement et à la promotion des « Séjours Santé », initiant en cela la nécessaire évolution des stations thermales vers des centres de prévention des affections chroniques et du vieillissement. Elle édite depuis une brochure spécifique intitulée « Séjours Santé de l'Auvergne Thermale – Formules 6, 9, 12 jours ». Dédiée aux formules courtes, non remboursées par la Sécurité Sociale, cette brochure est complémentaire au Guide Auvergne Thermale qui recense les cures thermales de trois semaines.

Depuis 2008 : Programme d'étude des soins de suite post-cancer du sein en stations thermales

En 2008, Thermauvergne et le Cancérôpole Lyon Auvergne Rhône-Alpes (CLARA) se sont associés dans le cadre d'une étude pilote visant à déterminer la possibilité d'effectuer les soins de suite post-cancer du sein en station thermale. Suite aux bons résultats de la phase pilote, un essai clinique intitulé **PACTHe (Programme d'Accompagnement des femmes en fin de traitement du Cancer du sein en stations Thermales)** se déroule depuis 2009 dans les stations de Vichy, Le Mont-Dore et Châtel-Guyon, qui avaient déjà accueilli l'étude pilote.

2010 : Thermauvergne lance la nouvelle version de son site web www.auvergne-thermale.com

Plus attractif, plus complet et surtout plus pratique pour les internautes souhaitant réserver leur cure et/ou leur hébergement en ligne, le site www.auvergne-thermale.com a fait peau neuve en 2010.

2010 : Bourbon-Lancy rejoint Thermauvergne

En 2010, la station thermale de Bourbon-Lancy, unique station de Bourgogne du Sud, a rejoint le réseau Thermauvergne.

L'association intercommunale s'étend désormais sur trois régions (Auvergne, Bourgogne et Limousin) et cinq départements (Allier, Cantal, Creuse, Puy-de-Dôme, Saône-et-Loire).

X. LES CHIFFRES CLES DU THERMALISME EN AUVERGNE

FREQUENTATION DES ETABLISSEMENTS THERMAUX

Sources : Thermauvergne – Etablissements Thermaux d’Auvergne + Evaux-les-Bains

AUVERGNE THERMALE	Chiffres 2008	
		Curistes
Cures 18 jours Assurés Sociaux	Journées	773 136
	% / Journées France	9 %
	Rang de la région au niveau national	5 ^{ème}
	Autres Cures SANTE: Cures libres et Séjours Santé	Clients
Séjours de Remise en Forme (RF)	Clients RF dans thermes	13 215
	Clients RF en Instituts et Spas thermaux	20 889
Thermoludisme	Entrées	150 000

FREQUENTATION DES HEBERGEMENTS CLASSES*

Sources : INSEE – SPOT Auvergne – Ministère du Tourisme - Thermauvergne

	Type de nuitées	Période	Chiffre 2008	Part régionale
STATIONS THERMALES D’AUVERGNE	Nuitées Hôtelières	Année	816 450	24% de la fréquentation hôtelière de la région Auvergne sur l’année
		Mai- Septembre	518 800	26% de la fréquentation hôtelière de la région Auvergne sur la période
	Nuitées Camping	Mai- Septembre	339 630	22% de la fréquentation de l’hôtellerie de plein air de la région Auvergne sur la période

Hôtels 0 à 4, camping 1* à 4*

NOMBRE D’EMPLOIS GENERES PAR L’ACTIVITE THERMALE EN AUVERGNE

Source : Cabinet Détente – 2003

Nombre d’Emplois directs : 1 100

Estimation des emplois indirects et induits : 8 500

XI. THERMAUVERGNE EN BREF

FORME JURIDIQUE : Association Loi 1901

DATE DE CREATION : 1985 (réunion du SIT 63 et du SIT 03)

STATIONS MEMBRES : Bourbon-Lancy (71)
Bourbon-l'Archambault (03)
La Bourboule (63)
Châteauneuf-les-Bains (63)
Châtel-Guyon (63)
Chaudes-Aigues (15)
Evaux-les-Bains (23)
Le Mont-Dore (63)
Néris-les-Bains (03)
Royat-Chamalières (63)
Vichy (03)

PRESIDENT : Docteur Christian CORNE
Adjoint au Maire de Vichy
Président de la Fédération Thermale et Climatique Française (FTCF)
1^{er} Vice-Président de l'Association Nationale des Maires de Communes
Thermales (ANMCT)

DIRECTEUR GENERAL : Jean-François BERAUD

CONTACT : THERMAUVERGNE
8 avenue Anatole France – 63130 ROYAT
Tél. : 04 73 34 72 80 – Fax : 04 73 35 74 02
E-mail : info@borvo.com
Site : www.auvergne-thermale.com

CONTACT PRESSE : Audrey FOURNIER - BAPTISTINI
Attachée de Presse
SETT COMMUNICATION
8 avenue Anatole France – 63130 ROYAT
Tél. : 04 73 34 72 88
Port. 06 98 26 67 14
E-mail : a.fournier@borvo.com