



AUVERGNE THERMALE

LE GUIDE **AUVERGNE THERMALE**

CURE THERMALE & SÉJOUR SANTÉ

VOTRE CURE
EN TOUTE
SÉCURITÉ

www.auvergne-thermale.com

édition 2022

EDITO

Le thermalisme en Auvergne, comme partout en France, aura été lourdement impacté par la crise sanitaire liée au COVID 19 tant en 2020 qu'en 2021 obligeant la fermeture des établissements thermaux et induisant une baisse significative de fréquentation des stations thermales d'environ 66% et 40% respectivement.

Malgré cela, l'année 2021 aura été marquée en Auvergne par 3 événements majeurs pour le développement du thermalisme :

> L'inscription au patrimoine mondial de l'UNESCO de 11 villes de 7 pays, dont Vichy pour la France, emblématiques de l'apogée du thermalisme : les "Grandes villes d'eaux d'Europe". Au-delà de l'architecture exceptionnelle de ces villes, c'est la médecine thermique qui est reconnue où "la cure thermique" est un programme quotidien qui associe 3 éléments fondamentaux :

- "Prendre les eaux" (boissons, bains, pulvérisations...), matérialisé par les halls de sources, les établissements thermaux.
- Une "activité physique de plein air" matérialisée par des parcours de promenades, des parcs aménagés, des installations sportives, l'ensemble constituant un "paysage thérapeutique".
- Des "activités de loisir" matérialisées par des théâtres, casino, salles de jeu, opéra, kiosques à musique.

> Au-delà de ces 11 villes, c'est tout le patrimoine thermal français et auvergnat si riche qui est mis en lumière et valorisé.

- Les rencontres européennes du thermalisme, le plus grand rassemblement jamais réalisé du thermalisme en France avec plus de 450 participants et, pour la première fois, la présence des 4 grandes associations du thermalisme européen pour le patrimoine (GSTE), le tourisme (EHTTA), les établissements thermaux (ESPA) et la médecine thermique (ISMH).
- L'ouverture du "resort Aiga" à Châtel-Guyon par le groupe France Thermes permettant aux curistes de bénéficier d'installations modernes et d'innovations comme la prise en charge du microbiote intestinal.

> Et pour 2022 ? Les projets ne manquent pas ! Je souhaiterais mettre en exergue les points suivants :

- Le conseil régional veut faire de la région Auvergne-Rhône-Alpes le leader européen de la prévention santé en milieu thermal. Pour cela un programme original a été élaboré par l'institut Interuniversitaire de Médecine Thermale régionale et des expériences pilotes réalisées à La Bourboule et Vichy, qui s'étendra à toute la région en 2022.
- Parallèlement, la FTARA (Fédération Thermale Auvergne-Rhône-Alpes) a conçu un programme STPS (Station Thermale de Pleine Santé) qui se déploiera en 2022.
- J'appelle de mes vœux que la recherche thermique soit plus financée et que l'on revienne aux fondamentaux des stations thermales et climatiques où la recherche sur la climatologie puisse se développer dans notre région.

Je souhaite à tous nos curistes de retrouver la sérénité sanitaire et la qualité leurs soins thermaux dans notre région d'Auvergne.

Pr Yves-Jean Bignon
Président de Thermauvergne

SOMMAIRE

- 4** POURQUOI UNE CURE THERMALE EN AUVERGNE
- 6** LES CURES LIBRES DE 6, 9 OU 12 JOURS
- 8** MA CURE THERMALE EN TOUTE SÉCURITÉ
- 9** HYGIÈNE ET QUALITÉ DES SOINS THERMAUX
- 10** LES DÉMARCHES POUR ORGANISER MA CURE
- 11** MA CURE EN PRATIQUE
- 12** 11 DESTINATIONS DE PLEINE SANTÉ EN AUVERGNE THERMALE
- 14** LES 12 ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES
- 16** LES PRINCIPAUX SOINS THERMAUX
- 18** BOURBON-LANCY
- 21** BOURBON-L'ARCHAMBAULT
- 24** LA BOURBOULE
- 27** CHÂTEAUNEUF-LES-BAINS
- 30** CHÂTEL-GUYON
- 33** CHAUDES-AIGUES
- 36** EVAUX-LES-BAINS
- 39** LE MONT-DORE
- 42** NÉRIS-LES-BAINS
- 45** ROYAT - CHAMALIÈRES
- 48** VICHY

Banque images : Thermoauvergne, Sett Communication, M. Niels, La Chaîne Thermale du Soleil (C. Mossière), les Thermes de Bourbon-Lancy (G. Cimetière, M. Niels), Les thermes d'Evau-les-Bains.

Illustration : Sett Communication - A. Lévis - T. Bourget
Création - Mise en page : Sett Communication - A. Lévis
Suivi de production : L. Chabert - S. Huin - V. Palazzo - E. Brut - Thermoauvergne

Imprimerie : Merico - Dépôt légal 3^e trimestre 2021

Les informations mentionnées dans ce document sont données à titre indicatif et ne constituent en aucun cas un engagement contractuel. Thermoauvergne dégage toute responsabilité à ce titre.

Brochure réalisée avec le concours financier des Conseils départementaux du Puy-de-Dôme, de l'Allier, du Cantal et de la Creuse.



POURQUOI UNE CURE THERMALE EN AUVERGNE

UNE MÉDECINE NATURELLE, À L'EFFICACITÉ PROUVÉE

Le thermalisme est **une pratique médicale et douce** réalisée à partir **d'eau de source naturelle**, utilisée au travers de différents soins.

Respectueuse de l'organisme, la médecine thermique se fonde sur **la prise en charge globale d'une pathologie**, en accordant autant d'importance à la prévention qu'au soulagement de la douleur.

Les effets des cures thermales sont soumis à une expertise rigoureuse par le biais d'études scientifiques indépendantes qui ont démontré leur efficacité.

UNE RÉPONSE UTILE FACE AUX MALADIES CHRONIQUES, SANS EFFETS SECONDAIRES

Dans toutes les indications thérapeutiques, **on peut attendre une amélioration de la qualité de la vie, une atténuation (voire une disparition) des symptômes, un ralentissement de l'évolution de la maladie, une baisse de la consommation médicamenteuse, une réduction de l'absentéisme.**

Autre atout du thermalisme : l'absence d'effets indésirables, contrairement aux médicaments.

DES BÉNÉFICES À LONG TERME

Les bénéfices des cures thermales sont observables sur le long terme. Il s'agit même de la définition de la médecine thermique : **"efficace, pour longtemps !"**

Chaque cure thermique entraîne une amélioration des symptômes qui dure **de 3 mois à presque un an.**

Les effets des cures successives sont cumulatifs et font de la médecine thermique **une réponse thérapeutique précieuse dans les affections chroniques.**

UNE PRISE EN CHARGE GLOBALE

Dans l'arsenal thérapeutique, la médecine thermique tient toute sa place, comme **une médecine complémentaire** permettant **une prise en charge globale d'un grand nombre de pathologies.**

Depuis plusieurs années, des activités variées dans les domaines de **l'activité physique, de l'alimentation santé** et de **la relaxation** sont proposées par les établissements thermaux **pour renforcer les effets de la cure.**

On vient en station thermique pour devenir pleinement acteur de sa santé et se reprendre en main. La santé publique retient son intérêt dans la prévention et l'accompagnement des malades chroniques et du vieillissement.

EN AUVERGNE, UNE SOLUTION POUR TOUTES LES PATHOLOGIES

Les stations d'Auvergne Thermale sont en mesure d'accueillir les curistes sur les **12 orientations thérapeutiques du thermalisme français.**

DES ÉQUIPEMENTS MODERNES ET ADAPTÉS

Depuis plusieurs années, les établissements thermaux d'Auvergne ont eu la volonté de **moderniser leurs installations d'accueil et de soins**, afin de correspondre à vos attentes.

Cette tendance s'est renforcée grâce aux plans thermaux de la Région Auvergne-Rhône-Alpes, qui **accompagne les projets de développement des stations thermales nouvelle génération**, et à la modernisation de leurs équipements.





En 2022
du 15 janvier au
15 mars

-15%
jusqu'au 30 juin*

* - 15% du 15/01 au 15/03 pour toute pré-réservation sur une sélection d'offres présentes sur le site www.auvergne-thermale.com pour un séjour commençant avant le 30/06/2022



AUVERGNE THERMALE

sur le site
auvergne-thermale.com

LES CURES LIBRES DE 6, 9 OU 12 JOURS

ELLES S'ADAPTENT
AU TEMPS DONT VOUS
DIPOSEZ

6, 9, 12 JOURS

NON PRIS EN CHARGE
PAR L'ASSURANCE
MALADIE

UNE DÉMARCHÉ
DE PRÉVENTION
SANTÉ

ENCADRÉES
MÉDICALEMENT

UNE PROPOSITION
ADAPTÉE

PROFITEZ DES
BIENFAITS DE L'EAU
THERMALE

DES CURES ADAPTÉES

Les stations de l'Auvergne Thermale vous proposent des cures libres qui s'adaptent à votre état de santé et au 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 de chaque station.

- Vous pouvez effectuer une cure thermique de trois semaines libre dans l'établissement thermal de votre choix.
- Si vous ne disposez pas de **trois semaines**, les établissements thermaux de l'Auvergne Thermale proposent des forfaits sur des durées variables de **6, 9 ou 12 jours**.

Une visite médicale, auprès d'un médecin thermal (non compris dans le forfait) est obligatoire pour l'obtention d'un certificat médical de non contre-indication.

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 thermique libre se présente comme une proposition adaptée à cette approche santé.

Situées dans des environnements privilégiés, les stations thermales vous 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

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

Vous pouvez découvrir toutes ces propositions dans ce guide et pré-réserver votre Séjour Santé directement sur internet par le biais du site :

www.auvergne-thermale.com

UN ÉTÉ EN PEIGNOIR

-15%

**dans les stations
thermales d'Auvergne**

Pour quelques heures de détente, deux jours de pause bien-être, une semaine santé... profitez tout l'été de soins thermaux à tarif spécial

**Pré-réservez votre formule
sur www.lesaccrosdupeignoir.com**

MA CURE THERMALE EN TOUTE SÉCURITÉ

1



Une lettre ou un mail d'information de l'établissement thermal vous sera envoyé avant votre arrivée.

2



Le personnel de l'établissement est formé au protocole COVID et sait répondre à vos interrogations.

3



A l'arrivée aux thermes, le port du masque et la désinfection des mains sont obligatoires. Geste à renouveler à l'intérieur de l'établissement au cours des soins.

4



Vous êtes invités à vous présenter à l'établissement thermal avec le minimum d'effets et d'objets personnels.

5



Le médecin thermal reçoit avant chaque début de cure, pendant et en fin de séjour chaque curiste et vérifie qu'il n'y ait pas de symptômes.

6



Un circuit et un sens de circulation sont mis en place pour permettre d'éviter les croisements dans la mesure du possible.

7



Dans les zones d'attente, les postes de soins et les soins collectifs, les règles de distanciation physique sont respectées.

8



Le nettoyage et la désinfection des équipements et des installations sont renforcés.

9



Les soins collectifs potentialisant la diffusion du virus comme les vaporariums ou hammam sont suspendus.

HYGIÈNE ET QUALITÉ DES SOINS THERMAUX



Pour vous assurer les meilleures conditions d'hygiène et une qualité constante des soins thermaux proposés au cours de votre cure thermale médicale, les établissements d'Auvergne ont créé le Laboratoire Auvergne Thermale Qualité. Auto-contrôle bactériologique fréquent, charte de qualité, formations, procédures et règles d'hygiène à suivre pour tous les soins thermaux...

LA CHARTE DE QUALITÉ DES ÉTABLISSEMENTS THERMAUX D'Auvergne

Tous les établissements thermaux d'Auvergne 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 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'auto-surveillance commun à tous les établissements thermaux d'Auvergne effectue le contrôle des conditions d'hygiène et le contrôle de qualité des eaux minérales.

Contrôle des conditions d'hygiène : des analyses bactériologiques de surface sont pratiquées au niveau des sols et des équipements de soins dans le but de vérifier l'efficacité et le respect des procédures de nettoyage et de désinfection.

Contrôle de qualité bactériologique des eaux minérales : les eaux minérales exploitées dans les établissements thermaux font l'objet de contrôles officiels effectués par les laboratoires régionaux agréés, suivant les directives des autorités sanitaires départementales et régionales ; ces contrôles ponctuels permettent de vérifier la conformité de l'eau minérale à la réglementation. Beaucoup plus nombreux, les autocontrôles pratiqués par le Laboratoire Auvergne Thermale viennent renforcer les analyses officielles.

Le laboratoire Auvergne Thermale Qualité a obtenu en début d'année 2013 une accréditation délivrée par le COFRAC (COMité FRANçais d'ACCréditation) pour son activité d'autocontrôle bactériologique de l'eau.



LES DÉMARCHES POUR ORGANISER MA CURE



1

Je prends rendez-vous avec mon médecin traitant ou spécialiste

La cure est prescrite pour une durée de 18 jours, sur un imprimé fourni par les Caisses d'Assurance Maladie.

Le médecin qui vous prescrit la cure indique le nom de la station choisie compatible avec la nature des soins ainsi que la ou les deux orientations(s) thérapeutique(s).

Le retour de votre prise en charge doit vous parvenir dans un délai de 1 mois : vérifiez-la !



2

Je fais ma demande de prise en charge auprès de la Sécurité Sociale

Remplissez votre déclaration de ressources. Joignez vos justificatifs de ressources pour pouvoir, le cas échéant, bénéficier de la prise en charge des frais de transport, hébergement, indemnités journalières.

Vous saurez si vous serez remboursé à 65 % ou 100 %.

Plus d'infos sur www.ameli.fr



3

Je planifie mes dates de cures auprès de l'établissement thermal

Et régularise mon dossier d'inscription.

En cas de situation de handicap ou de mobilité réduite, je le signale.



4

Je réserve un hébergement

Réservez un hôtel, meublé ou camping.

Plus d'infos auprès des offices de tourisme, et sur www.thermhotel.com



5

Je choisis un médecin thermal de la station

Pour fixer un rendez-vous (normalement la veille du début de votre cure).



6

A mon arrivée

Consultez le médecin thermal de la station muni du volet 1 de votre prise en charge et de votre dossier médical.

Le médecin prescrit les soins qui vous seront dispensés et établit votre ordonnance de cure.

Rendez-vous aux thermes au service accueil, muni de cette prescription.

N'oubliez pas avant de partir en cure :



Votre dossier administratif

Pour la partie médicale : votre prise en charge, votre attestation d'assuré social, votre attestation de mutuelle complémentaire, carnet de santé ou dossier médical, lettre de confirmation de réservation de l'établissement thermal.

Pour votre hébergement : votre contrat de location ou de réservation d'hébergement.



Votre maillot de bain, un bonnet de bain et des sandales antidérapantes.

MA CURE EN PRATIQUE

COMMENT SE DÉROULE CONCRÈTEMENT LA CURE ?

Si vous êtes un nouveau curiste, ne vous inquiétez pas. Dès votre arrivée, l'ensemble du personnel de l'établissement thermal mettra tout en œuvre pour que votre cure soit un séjour de soins bénéfique et réussi pour vous.

Chaque jour, un planning de soins sera établi et vous effectuerez un parcours optimisé au sein des thermes.

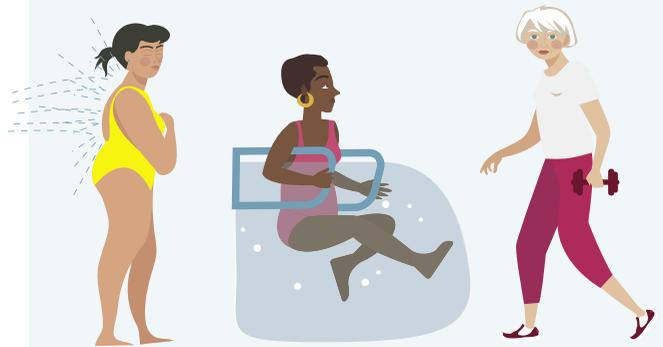
N'hésitez pas pendant votre séjour à poser toutes les questions qui vous pré-occupent, le personnel des thermes aura plaisir à vous aider.



JOURNÉE TYPE

Les soins se déroulent du lundi au samedi, jours fériés inclus. Il n'y a pas de soins le dimanche. En fonction de l'orientation thérapeutique et de la planification, le temps de la cure est compris entre 1h30 et 2h. Entre soins individuels et collectifs, il peut y avoir des moments d'attente qui peuvent être bénéfiques pour échanger.

Les soins se déroulent majoritairement le matin et peuvent être complétés par des activités santé l'après-midi qui vont optimiser les bienfaits de votre cure.



À PRÉVOIR

Sur place, vous aurez besoin de :

- vos documents médicaux (carte vitale, volets 1 & 2 de votre prise en charge, courrier du médecin traitant, vos radios ou dernières prises de sang...)
- l'équipement du parfait curiste : 1 ou 2 maillot(s) de bain, bonnet de bain et sandales antidérapantes. Le linge (peignoir et serviettes) sera fourni, ainsi que le sac de cure.

Des achats sont possibles dans la boutique thermale.



OPPORTUNITÉS OFFERTES PAR LA CURE

La cure est une occasion rêvée de devenir acteur de sa santé et de prendre du temps pour soi. Elle permet très souvent d'adopter des bons réflexes pour sa santé, que ce soit en terme d'activité physique, d'alimentation équilibrée ou de lâcher-prise. Optimisez votre cure avec des programmes complémentaires qui allient ateliers, soins et activités.

Reposez-vous car la cure est fatigante.

La cure permet également les échanges enrichissants, retrouvez les autres curistes lors d'animations, d'activités ou ateliers organisés par les thermes.

Et puis n'oubliez pas de découvrir la région et ses atouts touristiques nombreux.



11 DESTINATIONS DE PLEINE SANTÉ EN AUVERGNE THERMALE

CURES CONVENTIONNÉES - 18 JOURS		PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES
BOURBON-LANCY Rhumatologie - Maladies Cardio-Artérielles	p. 18	• Cure thermale spécifique Fibromyalgie
BOURBON-L'ARCHAMBAULT Rhumatologie - Gynécologie	p. 21	• Programme "Sommeil au naturel"
LA BOURBOULE Dermatologie - Voies Respiratoires Affections des Muqueuses Bucco-linguales Trouble du Développement de l'Enfant	p. 24	
CHÂTEAUNEUF-LES-BAINS Rhumatologie	p. 27	
CHÂTEL-GUYON Rhumatologie - Affections digestives Maladies Métaboliques - Affections urinaires	p. 30	• Programme "Santé et bien-être digestif" • Programme "Mieux vivre sa Fibromyalgie"
CHAUDES-AIGUES Rhumatologie	p. 33	
EVAUX-LES-BAINS Rhumatologie - Gynécologie - Phlébologie	p. 36	• Ateliers mensuels gratuits
LE MONT-DORE Rhumatologie - Voies Respiratoires	p. 39	Lombalgie (RH) • Gonarthrose (RH) • Prothèse de Hanche (RH) • Syndrome D'Ehlers Danlos (RH+VR)
NÉRIS-LES-BAINS Rhumatologie - Affections Psychosomatiques Neurologie	p. 42	Modules : Parkinson • Sclérose en plaques • Névralgie Pudendale • Stop aux Douleurs (NOUVEAUTÉ 2022)
ROYAT - CHAMALIÈRES Rhumatologie - Maladies Cardio-Artérielles	p. 45	
VICHY Rhumatologie - Affections digestives Maladies Métaboliques	p. 48	• Programme Après Cancer - Sessions féminine et masculine • Programme Thermaligne • Programme Accompagnement perte de poids

CURES LIBRES – À PARTIR DE 6 JOURS	ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Formule Découverte • Escapade Thermale • Mini cure " Mal de dos " • Mini cure " Anti- stress " • Mini cure " Jambes légères " 	<p>Programme de Prévention Santé :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Activité à la carte • Pass Prévention Santé - 3 semaines - activités en illimité <p>Activités et ateliers du programme : Marche nordique, Tai-Chi, Stretching aquatique, Couloir de marche, Gym douce, Atelier sommeil, Équilibre, Travail de la mémoire...</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Mini-cure 6 jours "Sur mesure" • Mini-cure "Sommeil au naturel" • Mini-cure "Mal de dos" 	<p>Relaxation profonde sur lit hydromassant, Sophrologie aquatique, Modelage au baume thermal, Réflexologie plantaire, Sophrologie, Pressothérapie, accès à l'espace fitness. Thermagym/Thermabike coaché + Jets...</p> <p>Activités à la carte ou bien pack 3 ou 6 activités</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Matinées "découvertes" • Mini-cures "100 % soins thermaux" • Remise en santé Voies Respiratoires à l'eau thermale • Offre découverte mini cure enfant • Remise en santé Régénération de l'épiderme à l'eau thermale • Remise en santé Voies Respiratoires et Régénération de l'épiderme à l'eau thermale • Remise en santé séquelles de brûlures et/ou de cicatrices • Séjours "je prends soin de moi" • NOUVEAUTÉS 2022 Séjour "Une Vie sans Tabac" et Séjour " Post COVID voies respiratoires " • "Séjour respirez Zen" • "Séjour Eclat de jeunesse" : régénérer ma peau et me sentir Zen 	<ul style="list-style-type: none"> • Programme Ressources & Vous : Activités artistiques : art-thérapie, psychophonie • Activités physiques : tai chi, Qi gong, marche nordique, méthode feldenkrais, randonnées pédestres... • Nutrition • Santé intégrative : réflexologie, sophrologie • Ateliers de psychologie positive
<ul style="list-style-type: none"> • Semaine thermale pour vos articulations 	<ul style="list-style-type: none"> • Ateliers de sophrologie, yoga, Qi Gong • Conférences santé gratuites
<ul style="list-style-type: none"> • Demi-journée découverte - établissement thermal • Demi-journée découverte - établissement premium • Séjour Bien-être digestif ou Rhumatologie - établissement thermal • Séjour Bien-être digestif ou Rhumatologie - établissement premium • Pack 2 soins digestifs - établissement thermal • Pack 2 soins digestifs - établissement premium • Cure de boisson 	<ul style="list-style-type: none"> • Ateliers Cuisine santé • Conférences nutrition • Consultations diététiques avec une diététicienne-nutritionniste • Packs nutrition : 1 consultation + 1 conférence + 2 ateliers cuisine santé • 3 Parcours santé et prévention • Des activités à la carte : marche nordique, aquabike, aquazen, pilates, assouplissements / étirements, renforcement musculaire nature, yoga, méditation
<ul style="list-style-type: none"> • Escale Zen, 2 soins • Parcours Découverte, 3 soins • Parcours Vitalité, 4 soins • Escale Du Randonneur, 4 Soins • Ma mini cure Souplesse Articulaire 	
<ul style="list-style-type: none"> • Formule "Découverte " • Formule "Jambes Lourdes" • Formule "Liberté" 	<ul style="list-style-type: none"> • Ateliers : Reflexologie Plantaire, Aquabike, Aquagym, Gym douce, Balade santé, Qi Gong, Marche nordique, Méditation • Conférences : sommeil, fibromyalgie
<ul style="list-style-type: none"> • Mini-Cures "Sur Mesure" • Mini-Cures "Mal de Dos" • Mini-Cures "Slow Nature" 	<ul style="list-style-type: none"> • Formule Classic : 6 activités • Formule Mini : 3 activités - Tai-Chi (60'), Rééducation Fonctionnelle en Piscine (30'), Sophrologie (60'), Yoga (90'), Lit Hydromassant (15')
<ul style="list-style-type: none"> • Séjour Aide aux aidants • Séjour 4 A • Mini-cure Halt'O Douleurs • Mini-cure Halt'O Stress • Séjour charge mentale (NOUVEAUTÉ 2022) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sonothérapie, Sophrologie, Réflexothérapie, Arthérapie, méditation guidée, Soins énergétiques, ostéopathie, aqua bien être, stretching, marche. • Ateliers en prévention santé sur différents thèmes tels que les addictions, la maladie de Lyme, le Burn out... • Conférences sur La maladie de Parkinson, la Sclérose en plaques, la Névralgie Pudendale, les traitements anti - douleur médicamenteux et non médicamenteux, les aidants.
<ul style="list-style-type: none"> • Mini-cure simple orientation RH ou MCA • cuREtrouvailles : mini cure en duo 	<ul style="list-style-type: none"> • Pilates, yoga, sophrologie, gym douce en piscine, aromathérapie, initiation méditation.
<ul style="list-style-type: none"> • Initiation Thermale en simple ou double orientation (RH / AD) • Post-Cancer • Perte de poids • Diabète • Douleurs articulaires 	<ul style="list-style-type: none"> • Ateliers : Diététique, Démonstration de cuisine diététique, Sophrologie, Mieux-être, Musicothérapie subaquatique • Conférences : Diététique, Ostéopathie, Sophrologie, Kinésithérapie

LES 12 ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES

agrées par la sécurité sociale



Rhumatologie

Arthrose des articulations : poignets, doigts, chevilles, orteils, genoux, hanche et colonne vertébrale, des cervicales aux lombaires.
Rhumatismes inflammatoires Arthrite, Polyarthrite rhumatoïde, Spondylarthrite ankylosante, Séquelles d'infections bactériennes ou virales (arthrites septiques) ou la goutte.
Tendinite et douleurs chroniques.
Séquelles de traumatisme, Algoneurodystrophie ou Algodystrophie, Scoliose ou troubles statiques du rachis.
Fibromyalgie ou Syndrome polyalgique diffus, Névralgies Lombalgies chroniques

- Bourbon-Lancy (p.18)
- Bourbon-l'Archambault (p.21)
- Châteauneuf-les-Bains (p.27)
- Châtel-Guyon (p.30)
- Chaudes-Aigues (p.33)
- Eaux-les-Bains (p.36)
- Le Mont-Dore (p.39)
- Nérès-les-Bains (p.42)
- Royat - Chamalières (p.45)
- Vichy (p.48)



Dermatologie

Adultes et Enfants

Acné, Cicatrices, Couperose, Dermatite atopique du nourrisson, Dermites diverses, Dyshidrose, Eczéma, Ichtyose, Impétigo, Lichen, Mal perforant plantaire, Prurits, Psoriasis, Séquelles de brûlures, Syndrome dermo-respiratoire (asthme et eczéma).

- La Bourboule (p.24)



Affections des Muqueuses Bucco-Linguales

Affections des gencives, Bouche sèche, Inflammation, Aphtes buccaux, Intolérance aux prothèses, Affections de la muqueuse, Chéilites, Candidoses, Perlèches, Glossodynies, Stomatodynies, Mauvaise haleine, (Halitose), Lichens plans buccaux.

- La Bourboule (p.24)

Votre orientation thérapeutique



Phlébologie

Varices et leurs complications, Séquelles de phlébites et de périphlébites, Œdème, Hypo-sclérodermite inflammatoire, Ulcère de jambe post-phlébite.

- Eaux-les-Bains (p.36)



Affections Urinaires Maladies métaboliques

Cystites et/ou infections vaginales à répétition, à germes intestinaux.

- Châtel-Guyon (p.30)



Voies

Respiratoires

Adultes et Enfants

Les Affections des voies respiratoires supérieures et de l'oreille moyenne :

Rhinites allergiques, Rhino-conjonctivite allergique, Rhino-sinusites, Rhino-pharyngites, Angines et pharyngites chroniques, Trachéite spasmodique, Otites, Catarrhes tubaires, Angines, Amygdalite cryptique, suite post-opératoire des amygdales, Polypose nasosinusienne, Sinusite, Perte de l'odorat.

Les Affections des voies respiratoires basses :

Asthme, Allergies broncho-pulmonaires, Bronchiolite du nourrisson, Bronchites, Broncho-pneumopathie obstructive, Dilatations des bronches, Trachéites spasmodiques, Emphysème, Infections pulmonaires, pneumonie.

- **La Bourboule** (p.24)
- **Le Mont-Dore** (p.39)



Affections Appareil Digestif – Maladies Métaboliques

Œsophage, Troubles de l'Estomac, Troubles de l'Intestin grêle, Troubles du colon, gros intestin et rectum, Troubles du Foie et des Voies Biliaires, Maladies du Pancréas, Séquelles après urgences digestives, Maladies métaboliques.

- **Châtel-Guyon** (p.30)
- **Vichy** (p.48)



Maladies Cardio-artérielles

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.

- **Bourbon-Lancy** (p.18)
- **Royat - Chamalières** (p.45)



Neurologie

Troubles sensitifs des neuropathies périphériques, Troubles moteurs centraux, Hémiplegie vasculaire, Poliomyélite, Maladie de Parkinson, Sclérose en plaque, Douleurs musculaires et neurologiques, Affections neuro-orthopédiques, Troubles pédopsychiatriques d'origine nerveuse (enfants stésés, agités, instables, énurésie).

- **Néris-les-Bains** (p.42)



Troubles du Développement de l'enfant

Retard Staturé pondéral pour ses conséquences voies Respiratoires et / ou Dermatologiques.

- **La Bourboule** (p.24)



Affections Psychosomatiques

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

- **Néris-les-Bains** (p.42)



Gynécologie

Séquelles d'affections inflammatoires, de métrite ou de salpingo-ovarite chronique, Douleurs pelviennes, Vaginites et Cervicites récidivantes, Troubles congestifs et neurotoniques de la ménopause.

- **Bourbon-l'Archambault** (p.21)
- **Evaux-les-Bains** (p.36)

LES PRINCIPAUX SOINS THERMAUX

Durant une cure thermale, de nombreux soins existent pour traiter au mieux votre pathologie. Quels que soient les soins, ils sont prodigués par des professionnels, après prescription par un médecin thermal et en fonction de la ou des orientation(s) thérapeutique(s) de la station.

Liste non exhaustive



Rhumatologie

- cure de boisson
- bain thermal
- aérobain
- bain local
- bain avec douche sous-marine
- douche au jet
- douche baveuse ou manteau
- douche sous immersion à haute pression en piscine
- douche de Vichy
- douche sous affusion
- piscine de mobilisation
- illutations ou cataplasmes de boue



Phlébologie

- aérobain
- bain local
- compresse d'eau thermale
- douche au jet
- couloir de marche
- piscine de mobilisation



Dermatologie

- bain thermal
- douche filiforme
- pulvérisation externe
- douche sous affusion



Voies Respiratoires

- cure de boisson
- bain local
- humage
- pulvérisations nasales et pharyngées
- douche nasale gazeuse
- irrigation nasale
- bain nasal avec pipette
- aérosols
- inhalation collective



Troubles du développement de l'enfant

Soins prescrits en fonction de l'orientation principale et/ou de la pathologie chronique de l'enfant.



Affections digestives Maladies métaboliques

- bain thermal
- aérobain
- douche sous affusion
- massage sous l'eau
- douche hépatique + douche générale au jet
- entéroclyse
- douche intestinale



Affections urinaires Maladies métaboliques

- aérobain
- douche au jet
- cure de boisson
- cataplasme d'argile
- irrigation vaginale
- entéroclyse



Gynécologie

- bain thermal
- douche au jet
- douche sous affusion
- cataplasme d'argile
- irrigation et pulvérisation vaginale



Maladies cardio-artérielles

- bain local
- couloir de marche
- cure de boisson
- douche générale au jet
- douche locale au jet
- piscine de mobilisation

GLOSSAIRE



Affections des muqueuses bucco-linguales

- douche gingivale
- gargarisme
- humage
- bain local



Neurologie

- aérobain
- douche au jet
- piscine de mobilisation
- cataplasme d'argile
- massage sous affusion



Affections psychosomatiques

- aérobain
- douche au jet
- piscine de mobilisation
- cataplasme d'argile
- massage sous affusion

- **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.
- **aérosols** : techniques d'aérosolthérapie utilisées selon la partie de l'arbre respiratoire que l'on veut atteindre.
- **bain thermal** : 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.
- **bain local** : bain des mains ou des pieds, pour un effet sédatif et antalgique.
- **bain avec douche sous-marine** : la douche est effectuée sur la région abdominale et/ou toute articulation douloureuse.
- **bain nasal avec pipette** : à usage personnel assure la mise en contact au niveau des muqueuses nasales d'eau thermale avec circulation d'une narine à l'autre.
- **cure de boisson** : ingestion d'eau minérale, une ou plusieurs fois par jour, selon la prescription.
- **compresse d'eau thermale** : imbibées d'eau thermale, elles sont appliquées sur les membres inférieurs ou sur les membres supérieurs. Favorise le retour veineux, diminue les œdèmes.
- **couloir de marche** : soin collectif, le curiste déambule à contre-courant dans un couloir d'eau thermale équipé de bulles d'air. Ce soin facilite le retour veineux et le drainage lymphatique des membres inférieurs.
- **douche au jet** : donnée par un agent thermal sur tout ou une partie du corps.
- **douche baveuse ou manteau** : s'administre avec une lance munie d'un embout plat, sans pression.
- **douche filiforme** : soin spécifique pour le traitement des dermatoses. Pratiquée quotidiennement par le médecin thermal, elle permet de décaper les lésions ou de masser le derme en profondeur.
- **douche sous immersion à haute pression en piscine** : soin collectif qui consiste en un massage intense effectué par un jet d'eau thermale sous-marin.
- **douche de Vichy** : réalisée en parfaite synchronisation, le modelage du corps est pratiqué par deux hydrothérapeutes sous une pluie d'eau thermale à 35°C.
- **douche intestinale** : instillation intestinale d'eau thermale. Effet évacuateur, rééquilibre le transit intestinal.
- **douche sous affusion** : consiste à projeter de l'eau thermale par des jets d'eau disposés sur une rampe surplombant une table où le curiste est allongé. Elle est effectuée sur le dos puis sur le ventre.
- **douche hépatique + douche générale au jet** : douche d'eau thermale sans pression sur le foie suivie d'une douche générale. Vasodilatation de la zone hépatique qui entraîne une décongestion en profondeur du foie.
- **douche nasale gazeuse** : met en contact le gaz thermal naturel avec les muqueuses.
- **douche gingivale** : mise en contact de l'eau thermale avec les muqueuses de la bouche.
- **entéroclyse** : instillation intestinale d'eau thermale. Drainage vésiculaire et intestinal. Rééducation des fonctions motrices de l'intestin.
- **étuve locale** : les pieds et les mains du curiste placés dans une étuve sont soumis à un courant de vapeur d'eau thermale. Antalgique, améliore la mobilité des membres.
- **étuve générale** : s'appuie sur les propriétés thérapeutiques de la vapeur d'eau. Elle possède des vertus anti-inflammatoires et antalgiques. Soulage les douleurs articulaires, améliore la microcirculation cutanée.
- **gargarisme** : action de l'eau thermale au niveau de la muqueuse du pharynx.
- **humage** : l'eau thermale est pulvérisée dans un bol, sous une pression forte permettant de baigner les fosses nasales, le rhino-pharynx, la gorge, les amygdales, le larynx et la trachée.
- **illutations ou cataplasmes de boue** : soulagent les douleurs et raideurs musculaires. La boue garde durablement la chaleur de l'eau au contact de la peau.
- **irrigation nasale** : permet la déterision des fosses nasales et la mise en contact des éléments actifs de l'eau thermale avec les muqueuses.
- **inhalation collective** : des brumificateurs alimentés en air comprimé réalisent un brouillard d'eau thermale.
- **irrigation et pulvérisation vaginale** : l'eau thermale est appliquée localement sur les muqueuses génitales pour favoriser leur cicatrisation, améliorer la qualité de la peau et calmer les douleurs. Effets désinfectants, cicatrisants et anti-inflammatoires sur la muqueuse vaginale.
- **piscine de mobilisation** : soin collectif. Les séances sont dirigées par un masseur-kinésithérapeute.
- **pulvérisation externe** : action sédatrice anti-prurigineuse et cicatrisante de l'eau thermale finement pulvérisée.
- **pulvérisations nasales et pharyngées** : de fines particules d'eau thermale sont pulvérisées d'une part, dans les fosses nasales, à l'aide d'une palette et, d'autre part, sur le pharynx, par un tamis.



BOURBON-LANCY

Mon Rendez-vous Santé dans une station conviviale et familiale

A Bourbon-Lancy, les sources ont tout d'abord été vénérées par les Celtes et leurs druides pour leurs vertus thérapeutiques avant que les Romains ne fassent ériger des thermes somptueux, faits de matériaux nobles et ornés de statues.

Les thermes de Bourbon-Lancy, à dimension humaine, bénéficient d'une ambiance conviviale, grâce à laquelle les curistes se sentent un peu "comme à la maison".



SES POINTS FORTS

- Une station thermale conviviale, familiale, dynamique et innovante, qui élargit son offre de soins et s'adapte aux demandes des curistes.
- La possibilité d'effectuer une cure double orientation Rhumatologie / Maladies Cardio-Artérielles.
- 1^{re} station thermale de France à avoir reçu l'autorisation de l'ARS pour son programme spécifique ETP Fibréaux, visant à aider les patients souffrant de fibromyalgie.

SITUATION

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

CLIMAT

Tempéré

ALTITUDE

240 m

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,
- Gare de Gilly-sur-Loire
- Gare de Le Creusot TGV

Avion

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

LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

- **Rhumatologie (RH)** : Rhumatismes inflammatoires, Arthrose, Polyarthrite rhumatoïde, Périarthrite, Tendinites, Séquelles de traumatismes, Suites post-opératoires
- **Fibromyalgie** : séjours spécifiques
- **Maladies Cardio-Artérielles (MCA)** : Artérite des membres inférieurs, Hypertension artérielle, Maladie de Raynaud, Séquelles d'Infarctus

Premier jour de soins aux thermes :

Entrée en cure possible tous les jours du lundi au samedi

LES PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES

Modules complémentaires à une cure thermale 18 jours :

Cure thermale spécifique Fibromyalgie

- du 18 avril au 7 mai
- du 30 mai au 18 juin
- du 11 au 30 juillet
- du 24 octobre au 12 novembre

Soins thermaux + Programme spécifique ETP Fibr'Eaux (Ateliers)

18 jours 75 €

LES CURES LIBRES

- **Formule Découverte**
1 matinée 57 €
- **Escapade Thermale**
1 journée 90 €
- **Mini cure " Mal de dos "**
6 jours - 24 soins 260 €
- **Mini cure " Anti-stress "**
6 jours - 24 soins 260 €
- **Mini cure " Jambes légères "**
6 jours - 24 soins 260 €

Détail des offres sur notre site internet :

www.thermes-bourbon-lancy.fr



Rhumatologie • RH

Maladies Cardio-Artérielles
• MCA

LES THERMES

Construit à l'emplacement même des thermes romains, l'actuel établissement thermal date du début du XIX^e siècle. Agrandi plusieurs fois, il est doté d'équipements offrant une grande qualité de soins mais aussi confort et sérénité. L'établissement thermal vous accueille, dans une ambiance conviviale et chaleureuse, où chacun se sent un peu "comme à la maison".



LES VERTUS DE NOS EAUX

- **Eaux** : Chlorurées Sodiques, Bicarbonatées mixtes, peu minéralisées (1.70g/L) avec des traces d'oligo-éléments (Fe, Mn...) et un fort dégagement gazeux (azote, gaz carbonique, gaz rares...), forte teneur en lithium.

- **Température** : 58°C (hyperthermales)

Sa composition minérale unique fait apparaître une forte teneur en lithium, excellent régulateur d'humeur soulageant angoisse, stress et anxiété ainsi qu'une faible quantité de calcium et magnésium.

L'action antalgique et sédative de l'eau soulage efficacement les douleurs articulaires.





LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

Les thermes vous proposent des activités et des ateliers à travers le programme de Prévention Santé :

- Activité à la carte 6 €
 - Pass Prévention Santé - 3 semaines - activités en illimité 45 € / personne
- Activités et ateliers du programme :** Marche nordique, Tai-Chi, Stretching aquatique, Couloir de marche, Gym douce, Atelier sommeil, Équilibre, Travail de la mémoire...

RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :
du 23 mars au 12 novembre inclus
5 place d'Aligre - 71140 Bourbon-Lancy

tél. : 03 85 89 18 84
e-mail : contact@stbl.fr

www.thermes-bourbon-lancy.fr
www.rendezvousaubourbonlancy.fr
www.residencesthermales.fr

Celtô Spa et Bien-Être

12 avenue de la Libération
71140 Bourbon-Lancy
03 85 89 06 66
e-mail : contact@celto.fr
www.celto.fr

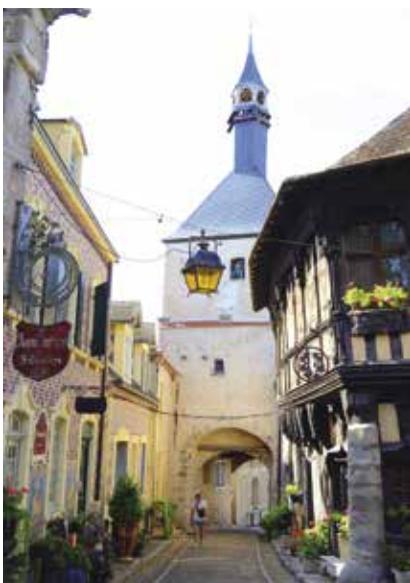
Office de Tourisme

Office de Tourisme et du Thermalisme
de Bourbon-Lancy
Place de la Mairie - 71140 Bourbon-Lancy
tél. : 03 85 89 18 27
e-mail : tourisme.bourbon@gmail.com
www.tourisme-bourbonlancy.com

LA REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

- Espace Evasion Bien-Être aux thermes dédiés aux soins esthétiques : Modelages corps, Soins du visage, Épilations...
- Accès aux Espaces Thermoludiques du centre Celtô Spa et Bien-Être pendant les 3 semaines de cure (piscine d'eau thermale, sauna, hammam, jacuzzi, spa nature extérieur...):
 - le pass curiste illimité (1 pers.) - 3 semaines. 75 €
 - le pass curiste illimité (couple) - 3 semaines. 99 €

Plus d'infos : www.celto.fr - 03 85 89 06 66



LES HÉBERGEMENTS

Partenaire hôtel Thermhôtel

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

Cet hôtel vous propose :

- **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**
Hébergement 21 nuits en demi-pension à partir de 1 039,50 € / personne
- **Les Séjours santé Thermhôtel**
Tarifs comprenant l'hébergement Thermhôtel en demi-pension et les soins thermaux de votre cure libre.
 - > Anti-stress (6 j. de soins/7 nuits) à partir de 802,50 € / personne
 - > Jambes Légères (6 j. de soins/7 nuits) à partir de 802,50 € / personne
 - > Mal de Dos (6 j. de soins/7 nuits) à partir de 802,50 € / personne

Pour votre hébergement Thermhôtel :

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

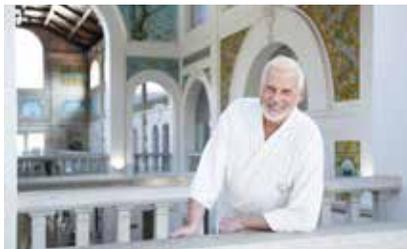
Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).



BOURBON-L'ARCHAMBAULT

Au nord de l'Auvergne, dans un havre de verdure propice à la détente

Les thermes vous enchanteront par leur architecture et le bocage bourbonnais vous incitera aux balades et aux découvertes du patrimoine historique des rois de France, de l'abbaye de Souvigny en passant par le Centre National du Costume de Scène. Votre séjour à Bourbon-l'Archambault vous enchantera à coup sûr.



SES POINTS FORTS

- La qualité des eaux qui ont fait de Bourbon-l'Archambault une station réputée depuis les Romains.
- La diversité et la qualité des soins proposés.
- Un établissement qui allie le charme du patrimoine thermal (avec un hall classé aux monuments historiques) et des installations techniques modernes.

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

Sédatif et tempéré

ALTITUDE

250 m

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-Mouëtier

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

LES THERMES

Classé Monument Historique, l'établissement thermal est un véritable bijou architectural construit en 1885 au sein d'un superbe parc dont les ombrages lui forment un gracieux encadrement.

Les faïences murales d'inspiration orientale enchantent par leur symbolique forte, dominées par le regard de la déesse des Eaux ; superbe également le plafond en caisson de châtaignier.



LES VERTUS DE NOS EAUX

• **Eaux** : carbo-gazeuses, chlorurées sodiques, bicarbonatées et sulfatées riches en oligo-éléments, sels minéraux et gaz rares.

• **Température** : 55°C (hyperthermales) provenant d'une faille géologique où elles se sont constituées sur des couches profondes au voisinage du socle volcanique du Massif Central.

La source exploitée est dite des "Trois-Puits Est". Elle est souveraine pour le traitement rhumatologique et gynécologique (simple ou double indication).

LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

- **Rhumatologie (RH)** : l'arthrose, les rhumatismes inflammatoires et abarticulaires, les séquelles de traumatismes, les névralgies, les paralysies ainsi que la fibromyalgie.
- **Rhumatismes dégénératifs** : Arthrose dans toutes ses localisations (coarthrose - arthrose de la hanche, gonarthrose - arthrose du genou, arthrose vertébrale et arthrose dans toute localisation articulaire)
- **Rhumatismes inflammatoires** : Polyarthrite rhumatoïde, Spondylarthrite ankylosante, Monoarthrites, Séquelles de rhumatisme articulaire aigu
- **Rhumatismes abarticulaires** : Tendinites, Périarthrite, Algodystrophie, Fibromyalgie
- **Séquelles traumatiques** : Rééducation après fracture ou prothèse
- **Névralgies** : Névralgie cervico-brachiale, Cruralgie, Lombo-sciatique
- **Paralysies** : Séquelles d'hémiplégies, Paraplégies, Poliomyélites
- **Gynécologie (GYN)** : les principales indications traitées sont l'hypofonctionnement ovarien ainsi que les infections chroniques et les troubles de la ménopause.

Premier jour de soins aux thermes :

Tous les jours de la semaine sauf le dimanche

+ LE PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE

- **"Sommeil au naturel"** : 8 soins-activités
Accéder à une profonde détente avec 1 séance de sophrologie (60 mn), 1 séance de sophrologie aquatique (45 mn), 2 séances de relaxation profonde PSIO sur lit hydromassant (30 mn). Prendre soin de son corps, 1 séance de réflexologie plantaire zone spéciale sommeil (45 mn), 1 modelage aromatique (20 mn), 1 bain reminéralisant hydromassant (10 mn), 1 massage au baume thermal de Bourbon-l'Archambault (20 mn) **150 €**

LES CURES LIBRES

- **Mini-cure "Sur mesure"** 6 jours - 24 soins
Véritable concentré de cure thermale, cette mini-cure, orientée selon vos besoins en Rhumatologie et Gynécologie. (4 soins thermaux au choix) **318 €**
- **Mini-cure "Sommeil au naturel"** 6 jours - 24 soins
3 soins thermaux + Sophrologie aquatique, 2 relaxations profondes sur lit hydromassant + 1 réflexologie plantaire spéciale Sommeil + 2 modelages aromatiques **395 €**
- **Mini-cure "Mal de dos"** 6 jours - 27 soins
3 soins thermaux + 3 thermagym + 2 lits hydromassants + 2 modelages avec baume thermal + 1 modelage aromatique + 1 séance fitness coachée **395 €**

Détail des offres sur notre site internet :
www.chainethermale.fr/bourbon-l-archambault

LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

Relaxation profonde sur lit hydromassant, Sophrologie aquatique, Modelage au baume thermal, Réflexologie plantaire, Sophrologie, Pressothérapie, accès à l'espace fitness. Thermagym/Thermabike coaché + Jets...

Activités à la carte ou bien pack 3 activités **75 €**
 pack 6 activités **150 €**

LA REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

Soins esthétiques, Cellu M6, Thermabike, Studio Fitness...

• **Studio fitness** : Un espace dédié à la pratique sportive avec des appareils de cardio-training et de musculation à votre disposition !

- **Tarif spécial curiste** :

> Accès libre au studio fitness tarif spécial curiste pendant votre cure de 18 jours **18 €**
 > Accès libre au studio fitness, à la piscine thermale de 17h à 19h, au vaporium (hammam thermal) **75 €**

Forfait 3 mois **105 €**

Forfait Saison **199 €**

Renseignements au 04 70 67 61 90



RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :
 du 17 mars au 26 novembre inclus
 Place des Thermes
 03160 Bourbon-Larchambault

tél. : 04 70 67 61 90
bourbonlarchambault@chainethermale.fr

Groupe Chaîne Thermale du Soleil
 31 avenue de l'Opéra - 75002 Paris
 tél. : 01 42 65 24 24 - www.chainethermale.fr

Office de Tourisme

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



LES HÉBERGEMENTS

Les thermes de Bourbon-l'Archambault proposent une formule résidence

Mobil-homes "Les Hauts du Parc". Dans un beau parc ombragé au cœur du camping municipal, des appartements confortables avec une grande terrasse, 1 ou 2 chambres, 1 cuisine équipée et une pièce de vie agréable.

Partenaire hôtel Thermhôtel

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

Cet hôtel vous propose :

• **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**

Hébergement 21 nuits en demi-pension à partir de **1 575 € / personne**

• **Les Séjours santé Thermhôtel**

Tarifs comprenant l'hébergement Thermhôtel en demi-pension et les soins thermaux de votre cure libre.

> Sur mesure (6 jours de soins/7 nuits) à partir de **878 € / personne**

> Mal de Dos (6 jours de soins/7 nuits) à partir de **955 € / personne**

> Sommeil au naturel (6 jours de soins/7 nuits) à partir de **955 € / personne**

Pour votre hébergement Thermhôtel :

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

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).



Voies respiratoires • VR

Dermatologie • DER

Affections des Muqueuses Bucco-linguales • AMB

Troubles du Développement de l'enfant • TDE



LA BOURBOULE

Au cœur du Massif du Sancy, la station familiale par excellence

Spécialisés dans les cures thermales en Voies Respiratoires, ORL et en Dermatologie, les Grands Thermes de La Bourboule disposent de soins spécifiques pour le traitement de l'asthme, des allergies respiratoires et des allergies cutanées.

Immédiatement repérable grâce aux dômes de son toit qui lui donnent un petit air de palais byzantin en plein Puy-de-Dôme, le bâtiment des Grands Thermes de La Bourboule s'ouvre sur un hall majestueux où se rejoignent les différentes galeries.



SES POINTS FORTS

- Large choix de courts séjours spécifiques pour la santé des Voies Respiratoires, de la Peau et des muqueuses.
- Une cure post-cancer dermatologie/ cicatrisation/ brûlures conventionnée prodiguée au sein de l'Espace Confort.
- Première station pédiatrique de France
- Une gamme de produits cosmétiques à base d'eau thermale destinée aux peaux sèches, abîmées et sensibilisées ainsi qu'aux peaux atopiques des adultes et des enfants à partir de trois ans.
- Un programme spécifique Post-COVID

SITUATION
 Au cœur du Massif du Sancy, à 45 mn de Clermont-Ferrand et à 10 mn de la sortie autoroutière A89

CLIMAT
 Moyenne montagne

ALTITUDE
 850 m - 1150 m

ACCÈS

Route

- A71 : Paris, Orléans, Bourges, direction Clermont-Fd puis A89, (Sortie 25)
- A72/A89 : Lyon, Clermont-Fd, puis D2089
- A75 : Montpellier, St-Flour, Clermont- Fd, puis D2089
- A89 : Bordeaux, Brive (Sortie 25)
- A10 : Orléans, Limoges, Sortie 45, (puis A89)

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

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

LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

- **Voies Respiratoires (VR)** : Asthme, rhinites allergiques, bronchites à répétition, ORL, rhino sinusites et rhino-pharyngites récidivantes, angines chroniques, otites séreuses ou aigües à répétition.
- **Dermatologie (DER)** : Principales pathologies traitées : Eczéma, dermatite atopique du nourrisson, prurits, psoriasis, ichtyose et autres états de sécheresse cutanée, acné, crises d'urticaire à répétition, séquelles de brûlures et problèmes de cicatrisation, suites de traitements du cancer...
- **Affections des Muqueuses Bucco-linguales (AMB)** : Les gingivites et affections des muqueuses buccales, le lichen plan, les aphtoses, les maladies parodontales, les mucites (effets secondaires d'un traitement du cancer par radiothérapie et chimiothérapie).
- **La cure Post-Cancer dermatologie / cicatrisation** : Destinée aux adultes et enfants en rémission, elle permet de prendre soin de votre peau, suite aux différents traitements et opérations et répond à vos besoins et attentes de mieux-être physique et moral.

Cette offre se compose :

- De la cure thermale "Dermatologie" de 18 jours, les matins, prise en charge par la sécurité sociale à 100% car consécutive à une ALD
- Du programme "Ressources et Vous" (75€, non pris en charge), dont les activités visent à améliorer le bien-être physique, psychologique et social : activités artistiques, activités physiques, santé intégrative, psychologie positive, nutrition... Un entretien de 45 min en début et en fin de cure permet d'adapter le programme d'activités en lien avec les attentes du/de la cure en post-cancer.

LES CURES LIBRES

- **Matinées "découvertes"**
4 à 6 soins thermaux par matinée **39 €**

Nos mini-cures "100 % soins thermaux"

- **Remise en santé Voies Respiratoires à l'eau thermale** - 6 soins sur 6 matinées, 36 soins thermaux **239 €**
Offre découverte mini cure enfant (de 18 mois à 12 ans) **199 €**
- **Remise en santé Régénération de l'épiderme à l'eau thermale**
6 soins sur 6 matinées, 24 soins thermaux **239 €**
Offre découverte mini-cure enfant (de 6 mois à 12 ans) **199 €**
- **Remise en santé Voies Respiratoires et Régénération de l'épiderme à l'eau thermale**
6 soins sur 6 matinées, 48 soins thermaux **269 €**
- **Remise en santé séquelles de brûlures et/ou de cicatrices**
6 soins sur 6 matinées, 24 soins thermaux et 5 massages sous affusion **309 €**

Nos séjours "je prends soin de moi"

- **NOUVEAUTÉ 2022 Séjour "Une Vie sans Tabac"**
6 soins thermaux "Voies Respiratoires" sur 6 matinées (36 soins),
3 séances d'activité physique adaptée, accès à l'espace confort. **269 €**
- **NOUVEAUTÉ 2022 "Séjour post COVID, voies respiratoires"** :
6 soins thermaux "Voies Respiratoires" sur 6 matinées (36 soins), 2 massages sous eau thermale, activité physique adaptée, séance d'entretien avec un psychologue (facultatif) **375 €**
- **"Séjour Eclat de jeunesse" : régénérer ma peau et me sentir Zen**
6 soins sur 6 matinées, 30 soins thermaux. **339 €**
- **"Séjour Respirez Zen" : me détoxifier et régénérer mes voies respiratoires**
6 soins sur 6 matinées, 36 soins thermaux
2 soins relaxants lit sensoriel, 1 flacon crème de soin corps Tendre Caresse - Les Grands Thermes de la Bourboule, 250 ml offert, Accès gratuit au programme d'activités hebdomadaires **309 €**

Détail des offres sur notre site internet : www.grandsthermes-bourboule.com

Voies respiratoires • VR

Dermatologie • DER

Affections des Muqueuses
Bucco-linguales • AMB

Troubles du Développement
de l'enfant • TDE

LES THERMES

Spécialisés dans les cures thermales en Voies Respiratoires, Dermatologie, Affections des Muqueuses Bucco-Linguales, les Grands Thermes de La Bourboule accueillent les curistes dans un bâtiment baigné de lumière et érigé sur les rives de la Dordogne.

Pour vous accueillir dans les meilleures conditions qui soient, nous sommes engagés depuis plusieurs années dans une démarche qualité HACCP et sommes à ce titre détenteurs du plus haut degré de certification. La station bénéficie également du label Famille Plus.



LES VERTUS DE NOS EAUX

- **Eaux** : Eau bicarbonatée, chlorurée, sodique et arsenicale
- **Température** : 58°C (hyperthermales)
- **Gaz thermal**

Grâce à ses propriétés anti-infectieuses, anti-inflammatoires et anti-radicalaires, l'eau thermale de La Bourboule est particulièrement indiquée pour le traitement des affections respiratoires dont l'asthme et les allergies ainsi que pour les problèmes de peau tels que l'eczéma, le psoriasis, la dermatite atopique ou encore les séquelles de brûlures et ses cicatrices pouvant être liées à des accidents domestiques et/ou à un traitement du cancer.



LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

Programme Ressources & Vous :

Profiter du temps de cure pour se faire du bien, cultiver sa santé physique, psychologique ou encore sociale... tel est l'enjeu du programme Ressources & Vous des Grands Thermes de La Bourboule. Coordonné par Christophe Teerlinck, psychologue, chargé de mission en promotion santé, le programme comprend une gamme complète d'ateliers animés par des professionnels de chaque discipline :

- Activités artistiques : art-thérapie, psychophonie
 - Activités physiques : tai chi, Qi gong, marche nordique, méthode feldenkrais, randonnées pédestres...
 - Nutrition : séances collectives et suivi individuel
 - Santé intégrative : réflexologie, sophrologie
 - Ateliers de psychologie positive : exercices pratiques visant à favoriser l'entraide, sessions autour de la motivation, de l'hypersensibilité, du haut potentiel ou encore de la psychologie de couple
- accès illimité aux activités durant les 3 semaines de cures **75 €**
ou **10 € la séance**

RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :

4 avril au samedi 5 novembre inclus
76 Boulevard G. Clemenceau B.P. 85
63150 La Bourboule

tél. : 04 73 81 21 00

contact@grandsthermes.com

www.grandsthermes-bourboule.com

SPA Thermal des Grands Thermes

1 place du Pr Cuvelier - B.P. 85
63150 La Bourboule

04 73 81 21 39

bienetre@grandsthermes.com

Bureau de Tourisme

Pl. de la République - 63150 La Bourboule
04 73 65 57 71
bt.bourboule@sancy.com - www.sancy.com



LA REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

L'espace bien-être des Grands Thermes de La Bourboule vous propose un large choix de soins visage et corps ainsi que des soins de balnéothérapie à l'eau thermale.

Informations : www.grandsthermes-bourboule.com

LES HÉBERGEMENTS

Partenaire hôtel Thermhôtel

- Hôtel Le Parc des Fées*** - tél. : 04 73 81 01 77
- Hôtel Le Charlet - tél. : 04 73 81 33 00

Ces hébergements vous proposent :

- **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**

Hébergement 21 nuits en demi-pension à partir de **1 365 € / personne**

- **Les Séjours santé Thermhôtel**

Tarifs comprenant l'hébergement Thermhôtel en demi-pension et les soins thermaux de votre cure libre.

- **Dermatologie** (6 jours de soins/7 nuits) à partir de **712 € / personne**
- **Voies respiratoires** (6 jours de soins/7 nuits) à partir de **712 € / personne**

Pour votre hébergement Thermhôtel :

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

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).





CHÂTEAUNEUF-LES-BAINS

En bord de Sioule, naturellement proche de vous

Proposant des traitements thermaux spécialisés dans le traitement des affections rhumatismales, l'établissement thermal de Châteauneuf-les-Bains accueille les curistes dans un cadre naturel et préservé.

A deux pas de l'établissement thermal entièrement rénové, le parc thermal de Châteauneuf-les-Bains, classé "arboretum" en 1994 et doté d'une superficie de 2,5 hectares, offre aux curistes la possibilité de se détendre avant ou après la cure tout en admirant des essences d'arbres rares, à l'instar de nombreux conifères d'Amérique du nord (séquoias géants, cèdres ou douglas plantés dès les années 1880).



SES POINTS FORTS

- Un établissement thermal entièrement rénové, avec une réhabilitation de l'espace de soins, du hall d'accueil, ainsi qu'une rénovation de la piscine,
- Une vue imprenable des thermes sur la Sioule voisine,
- Le caractère très chaleureux et convivial de l'établissement thermal, très apprécié des curistes.

SITUATION

A 380 km de Bordeaux, 200 km de Lyon, 45 km de Clermont-Ferrand et 35 km de Riom.

CLIMAT

Sédatif et tempéré

ALTITUDE

390 m

ACCÈS

Route

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

Train

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

Avion

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

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 sauvage idéal pour les amoureux de nature.

Dépaysement, tranquillité et sérénité... telle est l'atmosphère pour traiter les affections rhumatismales, la spécialité de Châteauneuf-les-Bains.

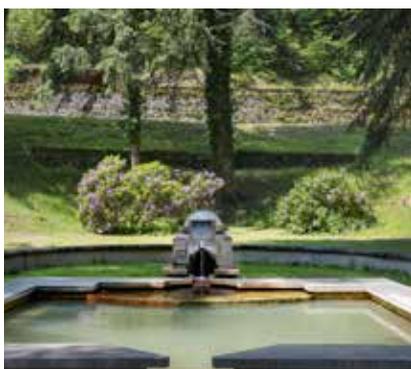


LES VERTUS DE NOS EAUX

Eaux : Bicarbonatées sodiques, Carbogazeuses

Température : 35°C (mésothermales)

Les vertus anti-inflammatoires et antalgiques de nos eaux ainsi que les propriétés vasodilatatrices du gaz carbonique permettent de soulager vos douleurs rhumatismales.



LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

• Rhumatologie et séquelles de traumatismes ostéo-articulaires - RH :

- **Rhumatismes inflammatoires** : Polyarthrites chroniques évolutives, spondylarthrites ankylosantes, arthrites.
- **Rhumatismes dégénératifs** : coxarthroses, gonarthroses, dosarthroses, lombarthroses.
- **Rhumatismes abarticulaires** : séquelles de tendinites et de périarthrites, syndrome algoneurodystrophique, troubles statiques du rachis, scolioses, dorsalgies diverses.
- **Néuralgies diverses** : séquelles de lombo-sciatiques, de cruralgies et de néuralgies cervico-brachiales, syndromes trophostatiques post-ménopause.

Premier jour de soins aux thermes :

Les entrées de cure se font uniquement les lundis.



LA CURE LIBRE

Véritable "concentrés de cure thermale", (non pris en charge).

• Semaine thermique pour vos articulations

Une formule plus souple, plus courte, plus simple pour vous offrir les bienfaits d'une cure thermale en une semaine ou deux... ou pour votre accompagnant !

Elaborées sur le modèle des cures de 18 jours, les soins proposés au cours des semaines thermales sont personnalisés en fonction des besoins du curiste par le médecin thermal ou votre médecin traitant (certificat de non contre-indication).

Dès votre arrivée au Centre, le médecin thermal vous recevra afin d'établir avec vous le programme de votre séjour.

6 jours - 4 soins/jour 262 €

Détail des offres sur notre site internet :
www.thermes-chateauneuf.com

LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

L'APAC organise pour la station thermale de Châteauneuf-les-Bains des ateliers de sophrologie, yoga, Qi Gong d'avril à septembre (voir le programme d'animation de la station thermale)

- Conférences santé gratuites.

Renseignements et inscriptions : 04 73 86 41 82 ou chateauneuf.animations@wanadoo.fr

REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

L'établissement thermal offre aussi des prestations de bien-être et de remise en forme avec des soins à l'unité (bain hydromassant aromatique, douche au jet relaxante, modelage corporel, soin des mains, soin du visage, épilations, etc).

L'espace Sioule : vous propose sauna et hammam ainsi que des jacuzzis extérieurs avec vue imprenable sur la Sioule. Détente garantie ! Forfait 1h30



L'HÉBERGEMENT

- **La Résidence du Parc** : tél. : 04 73 86 40 73 ou 04 73 86 67 65 - rdpchateauneuflesbains@orange.fr

A 150 m de l'Etablissement thermal et du Parc thermal, au milieu d'un écrin de verdure, la Résidence comprend :

- 18 studios pour 2 personnes dont 6 studios 3* et 12 studios 2*, labellisés Clévacances,
- 1 studio pour 4 personnes,
- 1 studio duplex pour 6 personnes.

Le studio du rez-de-chaussée est adapté pour les personnes à mobilité réduite. La Résidence comporte également une grande salle aménagée, équipée d'un vidéoprojecteur. Elle est labellisée "Gîte de Pêche", et à ce titre elle offre un espace dédié aux pêcheurs. A l'extérieur, un local peut accueillir les équipements et le matériel de pêche.

- **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**

Hébergement 21 nuits en demi-pension à partir de **594 € / studio**

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).



RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :

25 avril au 22 octobre inclus

63390 Châteauneuf-les-Bains

04 73 86 67 49

etablissement-thermal@orange.fr

www.thermes-chateauneuf.com

Retrouvez notre brochure en téléchargement sur notre site internet.

Office de Tourisme des Combrailles

Place Raymond Gauvin

63390 Saint-Gervais-d'Auvergne

tél : 04 73 85 80 94

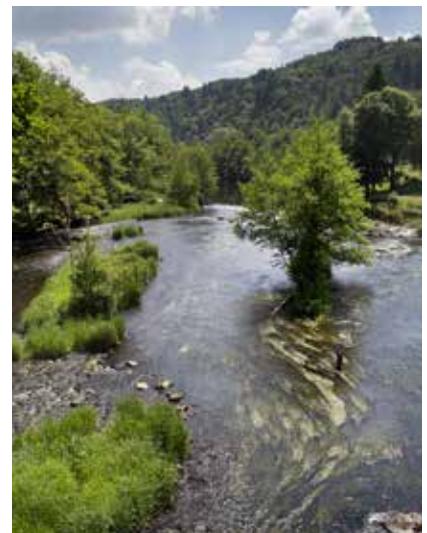
e-mail : contact@tourisme-combrailles.fr

www.tourisme-combrailles.fr

Bureau de Tourisme de Châteauneuf-les-Bains

Ouvert durant la saison thermale

tél : 04 73 86 67 86



Appareil Digestif
Maladies Métaboliques • AD

Rhumatologie • RH

Appareil Urinaire
Maladies Métaboliques • AU



CHÂTEL-GUYON

La station dédiée à l'équilibre du microbiote,
au bien-être digestif et à la rhumatologie

Aïga resort est le nouveau complexe thermal et touristique de Châtel-Guyon. Dédié à votre pleine santé, ce resort unique en Europe associe et relie entre eux tous les services nécessaires à votre séjour thermal.



SES POINTS FORTS

- Un centre thermal nouvelle génération incluant : un établissement thermal et un espace de soins premium, un spa thermal 100% naturel, une résidence de tourisme directement reliée aux espaces de soins, un restaurant nutrigastronomique, une boutique, des activités...
- Une station à dimension humaine, conviviale, chaleureuse
- Une équipe de soins diplômée, dédiée et à votre écoute

SITUATION

Dans le Puy-de-Dôme, à 20 min de Clermont-Ferrand et 10 min de Volvic, au cœur d'un site naturel d'exception reconnu patrimoine mondial par l'Unesco : La Chaîne des Puys - Faille de Limagne

CLIMAT

Tonique et tempéré

ALTITUDE

430 m

ACCÈS

- **Route** : Autoroutes jusqu'à Riom - Châtel-Guyon depuis Paris, Nice, Montpellier, Perpignan, Bordeaux, Lyon, Toulouse.
- **Bus** : Toute l'année, une ligne régulière dessert la commune et relie Riom et Clermont-Ferrand.

Train

Gare de Riom - Châtel-Guyon à 5 km.
Liaison en bus au centre-ville de Châtel-Guyon.
tél. : 04 73 38 08 09

Avion

Aéroport de Clermont-Ferrand - Auvergne à 20 km. tél. : 04 73 62 71 00

LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

- **Appareil digestif et urinaire (AD - AU) :** Syndrome de l'intestin irritable ou S.I.I. (également nommé Colopathie fonctionnelle), Troubles fonctionnels du transit (constipation - diarrhée - alternance des deux), Colites (diverticulaires, post-médicamenteuses, post-parasitaires, amibiase...) Maladie de Crohn et Recto-Colite Hémorragique (hors poussées aiguës), Infections urinaires (cystites à répétition à germes intestinaux), Rectite post-radiothérapie pour cancer de la prostate.
- **Rhumatologie (RH) :** Arthrose dans toutes ses localisations et manifestations (cervicarthrose, névralgie cervicale et cervico-brachiale, lombarthrose, lombalgie et lombosciatique, dorsarthrose, coxarthrose, gonarthrose, arthrose des mains), Rhumatismes abarticulaires (périarthrite, tendinite et bursite), Rhumatismes inflammatoires chroniques (spondylarthrite ankylosante, polyarthrite rhumatoïde, en dehors des poussées), Séquelles douloureuses des traumatismes ostéo-articulaires et de la chirurgie orthopédique.

Premier jour de soins aux thermes :

Entrée en cure les lundis

LES PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES

Modules complémentaires à une cure thermale 18 jours :

Programme "Santé et bien-être digestif"

- 14 soins-activités pour trouver des solutions et apprendre à mieux gérer votre Colopathie fonctionnelle, maladie de Crohn ou Recto-Colite Hémorragique au quotidien.

Dates des sessions : du 28 mars au 16 avril, du 11 juillet au 30 juillet, du 3 au 22 octobre

Supplément non pris en charge par l'Assurance maladie **169 €**

Programme "Mieux vivre sa Fibromyalgie"

- 15 soins-activités pour soulager vos douleurs et les symptômes associés à votre Fibromyalgie en complément des bienfaits de votre cure (conférence en nutrition, relaxation par le mouvement...).

Dates des sessions : du 18 avril au 7 mai, du 11 juillet au 30 juillet, du 14 novembre au 3 décembre

Supplément non pris en charge par l'Assurance maladie **169 €**

LES CURES LIBRES

• Demi-journée découverte - établissement thermal

1 à 5 jours - 4 soins / jour **53 €**

• Demi-journée découverte - établissement premium

1 à 5 jours - 4 soins / jour + accès à l'espace détente la demi-journée des soins **75 €**

• Séjour Bien-être digestif ou Rhumatologie - établissement thermal

6 jours - 4 soins / jour **309 €**

• Séjour Bien-être digestif ou Rhumatologie - établissement premium

6 jours - 4 soins / jour + accès à l'espace détente la demi-journée des soins **399 €**

• Pack 2 soins digestifs - établissement thermal

2 soins au choix / jour **40 €**

• Pack 2 soins digestifs - établissement premium

2 soins au choix / jour + accès à l'espace détente la demi-journée des soins **49 €**

• Cure de boisson 6 jours **19 €**

Détail des offres sur notre site internet :

www.aiga-resort.com

Appareil Digestif
Maladies Métaboliques • AD

Rhumatologie • RH

Appareil Urinaire
Maladies Métaboliques • AU

LES THERMES

Aïga resort, complexe thermal et touristique nouvelle génération, associe et relie entre eux tous les services nécessaires à votre séjour :

- 1 établissement thermal confortable et moderne,
- 1 établissement thermal Premium pour vivre une cure d'exception,
- 1 résidence de tourisme****⁽¹⁾ et ses 90 appartements directement reliés aux espaces de soins,
- 1 spa thermal 100% naturel,
- 1 restaurant nutrigastronomique,
- Des activités complémentaires pour optimiser votre cure.

(1) - En cours de classement



LES VERTUS DE NOS EAUX

• **Eaux :** eaux chloro-bicarbonatées calcaïques, fortement concentrées en magnésium (les plus riches d'Europe), en silicium et en oligo-éléments (Li, Zn, Mn, Se).

• **Température :** 19°C à 37°C.

L'eau thermale de Châtel-Guyon agit comme un médicament. Elle a des effets directs sur l'organisme lorsqu'elle est ingérée et des effets mécaniques et thermiques indirects en soins externes.

Sur le plan digestif, on constate une régularisation du transit intestinal, une action anti-inflammatoire au niveau de la muqueuse intestinale et une action réparatrice de la barrière intestinale et du microbiote.

Au niveau rhumatologique, les oligo-éléments et les sels minéraux ont un effet antalgique, sédatif et relaxant.

LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

Aïga resort, complexe thermal de pleine santé, et son équipe pluridisciplinaire de professionnels de la nutrition et du sport santé (ASM Vitalité) vous proposent des programmes issus des préconisations du Plan National Nutrition Santé Manger-bouger :

- **Ateliers Cuisine santé** (Choisir et doser les matières grasses / Cuisine maison sans gluten / Cuisine sans lactose...) 2h **25 €**
- **Conférences nutrition** (Manger simple, sain, savoureux et sur-mesure / La chrono-alimentation : savoir composer ses différents repas / Comment chouchouter son microbiote : alimentation et thermalisme) 1h30 **5 €**
- **Consultations diététiques avec une diététicienne-nutritionniste** - 1h **50 €**
- **Packs nutrition** : 1 consultation + 1 conférence + 2 ateliers cuisine santé **95 € au lieu de 105 €**
- **3 Parcours santé et prévention** :
 le Parcours découverte avec 1 bilan initial de condition physique avec un coach et 3 activités au choix **49 €**
 le Parcours mobilité avec le bilan initial de condition physique et 5 activités au choix **75 €**
 le Parcours Vitalité avec 1 bilan initial et final de condition physique et 7 activités au choix **119 €**
- **Des activités à la carte** : marche nordique, aquabike, aquazen, pilates, assouplissements / étirements, renforcement musculaire nature, yoga, méditation, à partir de **11 €**



REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

Pour tous les curistes :

Découvrez Aïga spa thermal pour une expérience 100% naturelle, grâce à l'alliance des bienfaits de l'eau thermale de Châtel-Guyon et de cosmétiques bio et locaux à base fleurs et légumes du jardin. Massages et soins signatures, soins d'hydrothérapie, soins du visage, bassin de détente en eau thermale, transats à bulles immergés, hammams, bain à remous extérieur... accessibles la demi-journée de vos soins.

Forfait de soins à partir de **99 €**
Informations : 04 73 86 00 08 ou aiga-resort.com

LES HÉBERGEMENTS

Partenaire hôtel Thermhôtel

- **Aïga résidence****⁽¹⁾** - tél. : 04 73 86 00 08 - ⁽¹⁾En cours de classement
- **Hôtel Chante Grelet***** - tél. : 04 73 86 02 05

Ces hébergements vous proposent :

- **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**
 Hébergement 21 nuits en demi-pension à partir de **1 260 € / personne**

Les Séjours santé Thermhôtel

Tarifs comprenant l'hébergement Thermhôtel en demi-pension et les soins thermaux de votre cure prévention santé.

- **Séjour Bien-être Digestif**
 6 jours de soins/6 nuits - à partir de **794 € / personne**
- **Séjour Rhumatologie**
 6 jours de soins/6 nuits - à partir de **794 € / personne**

Pour votre hébergement Thermhôtel :

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

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).

RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :

07 mars au 03 décembre inclus

9 A avenue du général de Gaulle
 CS 10051 - 63140 Châtel-Guyon

04 73 86 00 08
resa@aiga-resort.com

Office de Tourisme Terra Volcana

1 avenue de l'Europe - 63140 Châtel-Guyon
 04 73 86 01 17
accueil@terravolcana.com
www.terravolcana.com





CHAUDES-AIGUES

L'unique station du Cantal, à dimension humaine

Caleden, alimentée par les sources thermales dont la principale se trouve être la plus chaude d'Europe, (82° C à son émergence), vous propose une large gamme de soins. Les eaux thermales de Caleden sont remarquables pour leurs propriétés antalgiques et myorelaxantes, utilisées pour le traitement des affections rhumatismales, de l'arthrose et des séquelles post-traumatiques.

Tout comme les cures, la remise en forme est prodiguée avec les eaux thermales, qui constituent une médecine naturelle par excellence. Caleden Spa, offre une belle gamme de soins tant sur le domaine de la beauté et de la relaxation que dans celui du mieux-être.



SES POINTS FORTS

- Une station à taille humaine, conviviale et familiale,
- Une station située au cœur de l'Aubrac, propice aux randonnées,
- Un établissement regroupant de multiples activités dans le domaine du bien-être : thermalisme, spa, remise en forme,
- Un hébergement intégré au Centre Thermal Caleden : Hôtel du Ban** et Résidence du Par.

SITUATION

Porte nord de l'Aubrac, à 30 km de Saint-Flour, de Laguiole et de Nasbinals.

CLIMAT

Tonique et vivifiant

ALTITUDE

750 m

ACCÈS

Route

- Autoroute A75 - (Clermont-Fd - Montpellier),
- en venant de Clermont-Fd : sortie St-Flour Nord (Sortie 28),
 - en venant de Montpellier : sortie St-Chely-d'Apcher (Sortie 34).

Train

Renseignements auprès de la SNCF.

Avion

- Aéroport d'Aurillac (100 km)
tél. : 04 71 63 56 98
- Aéroport Clermont-Fd / Auvergne (130 km).
tél. : 04 73 62 71 00
- Aéroport de Rodez (90 km)

LES THERMES

Le complexe thermal de CALEDEN dispose de zones de soins parfaitement aménagées et regroupées sur un seul et même étage. Cet espace thermal vous permettra de pratiquer vos soins en toute quiétude dans un cadre lumineux et confortable.

Il est réservé au thermalisme médicalisé, à la remise en forme thermale et au séjours de Santé. Les thermes sont certifiés AQUA-CERT, depuis 2011, vous garantissant une qualité pour vos soins, au plan de la sécurité sanitaire, de l'hygiène, de la ressource thermale et du professionnalisme des équipes.



LES VERTUS DE NOS EAUX

Eaux : Chlorurées sodiques, riche en oligo-éléments

Température : 82°C à l'émergence
Hyperthermales - les plus chaudes d'Europe.

Les eaux thermales de Chaudes-Aigues sont remarquables pour leurs propriétés antalgiques et myorelaxantes. Ces eaux chlorurées sodiques et riches en oligo-éléments sont utilisées entre autres pour le traitement de fond des affections rhumatismales et articulaires.



LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple orientation

- **Rhumatismes dégénératifs (RH) :** arthrose rachidienne, arthrose des membres, rhumatismes inflammatoires (hors poussées évolutives), sciaticques et névralgies cervico-brachiales, périarthrites scapulo-humérales et périarthrites de la hanche, polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante, goutte (prévention des accès), goutte polyarticulaire, fibromyalgie, séquelles de traumatismes, suites de chirurgie orthopédique.

Premier jour de soins aux thermes :

Les entrées de cure se déroulent du lundi au samedi.



LES CURES LIBRES

MES DEMI-JOURNÉES DÉCOUVERTE INITIATION THERMALE

(Soins en après-midi - Pas de soins le Dimanche)

• Escale Zen, 2 soins

1 bain bouillonnant (15 min), 1 massage sous affusions d'eau thermale (20 min) **48 €**

• Parcours Découverte, 3 soins

1 bain bouillonnant (15 min), 1 massage du corps sous affusions d'eau thermale (20 min) ,
1 décontraction musculaire en piscine (20 min) **58 €**

• Parcours Vitalité, 4 soins

1 bain bouillonnant (15 min), 1 massage sous affusions d'eau thermale (20 min),
1 application de cataplasmes de boue (15 min), 1 douche au jet (5 min) **79 €**

• Escale Du Randonneur, 4 Soins

hammam (10 min), 1 décontraction musculaire en piscine (20 min), 1 douche au jet personnalisé (5 min), 1 massage au Thé d'Aubrac (20 min) **64 €**

MA MINI-CURE "MATIN"

• Ma mini cure Souplesse Articulaire

5 soins thermaux par jour (pas de soins le dimanche)
1 séance de piscine, 1 cataplasmes de boue, 1 bain aérobain, 1 douche au jet, 1 massage sous affusion d'eau thermale

Tarifs sans hébergement

6 jours **443 €**
9 jours **597 €**
12 jours **728 €**

Nos massages et nos soins sont destinés au bien-être et ne sont ni thérapeutiques, ni médicalisés. En aucun cas, ils ne remplacent ni se substituent totalement ou partiellement à un traitement médical, thérapeutique ou de kinésithérapie.

Détail des offres sur notre site internet : www.caleden.com

REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

L'espace SPA et Bien-être de CALEDEN propose une large gamme de soins tant sur le plan de la beauté et de la détente que celui du mieux être.

- **Massage et soins de bien-être**
(massages* du monde : Indien, Californien, Oriental,...)
50 mn à partir de **72€**
- **Soins esthétiques et relaxation du corps et du visage**
(gommages, enveloppements, soins amincissants, soins du visage SOTHYS,...)
- **Voyage des sens**
(Cérémonie d'Orient, Voyage Balinais, Voyage dans les Iles,...)
1h45, à partir de **122 €**

Découvrez aussi nos séjours :

- Initiation au bien être
- Moment romantique
- Happy Relax
- Massage du Monde,
- Eveil des Sens

Prix pour 2 personnes - Hébergement à l'Hôtel du BAN **, petits déjeuners inclus
à partir de **103 €**

*Nos massages et nos soins sont destinés au bien être et ne sont ni thérapeutiques, ni médicalisés.



LES HÉBERGEMENTS

Partenaire hôtel Thermhôtel

- **Hôtel du Ban **** - pour 3 semaines de cure - intégré au Centre Thermal Caleden
tél. : 04 71 23 51 06
Ouverture du 05 mars au 13 novembre 2022. **860 €**
- **Résidence du Par** - pour 3 semaines de cure - intégré au Centre Thermal Caleden
tél. : 04 71 23 51 06
Ouverture du 05 mars au 13 novembre 2022. **790 €**

Hôtel du Ban :

Séjour Souplesse Articulaires - Soins les matins

- Hébergement à l'hôtel du Ban**
- Petits-déjeuners buffet
- 5 soins thermaux par jour (pas de soins le dimanche) 1 séance de piscine, 1 application de cataplasmes de boue, 1 bain aérobain, 1 douche au jet, 1 massage sous affusion d'eau thermale

Tarif hors juillet et août - 8 jours / 7 nuits (6 demi-journées de soins)
..... **663 €**

Pour votre hébergement Thermhôtel :

Renseignements et pré-réserve : www.auvergne-thermale.com

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).



RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :
du 07 mars au 12 novembre inclus

Spa esthétique

du 05 mars au 13 novembre

27 avenue Georges Pompidou - BP 21
15110 Chaudes-Aigues

04 71 23 51 06

info@caleden.com - www.caleden.com

Office de Tourisme

3 Place du Gravier - 15110 Chaudes-Aigues
tél. : 04 71 23 52 75
chaudesaigues.info@pays-saint-flour.fr
www.pays-saint-flour.fr



Phlébologie • PHL

Rhumatologie • RH

Gynécologie • GYN



EVAUX-LES-BAINS

Un complexe thermal dans l'unique station du Limousin

Érigée sur un plateau des Combrailles surplombant le lieu d'émergence des sources thermales, Evaux-les-Bains a certainement été créée par les Gaulois avant d'être investie par les Romains qui y construisirent des thermes somptueux...

Aujourd'hui, disposant d'un plateau de soins de 1000m² en rez-de-jardin, les thermes disposent des derniers appareils de soins ainsi qu'une piscine de mobilisation et un couloir de marche des plus récents, spécialement indiqué pour le traitement de l'insuffisance veineuse. Ces thermes sont réputés pour le traitement conjoint des rhumatismes et de l'insuffisance veineuse.



SES POINTS FORTS

- Une station à taille humaine, un accueil chaleureux et convivial
- La double orientation Phlébologie / Rhumatologie, traitant conjointement insuffisance veineuse et arthrose,
- Traitement lymphoedème membre inférieur et supérieur
- Un cadre verdoyant, combiné à des activités et animations de qualité.

SITUATION

A l'extrémité nord-est du département de la Creuse, à la frontière des départements du Puy-de-Dôme et de l'Allier

CLIMAT

Sain et tempéré

ALTITUDE

469 m

ACCÈS

Route

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

Train

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

Avion

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

LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

• Phlébologie (PHL) :

- **Insuffisance lymphatique** : Lymphœdème des membres inférieurs et supérieurs
- **Séquelles de phlébites et périphlébites** : œdème, hypo-sclérodermite inflammatoire, eczéma variqueux, ulcères de jambe post-phlébite.
- **Varices et leurs complications** : pesanteur, lourdeur de jambes, crampes nocturnes, acrocyanose, engelures, ulcères variqueux, post-stripping.

• Rhumatologie (RH)

- **Arthrose dans toutes ses localisations** : coxarthroses et gonarthroses pour lesquelles sont recherchés un effet antalgique et une amélioration de la mobilité articulaire, arthroses des articulations des extrémités, arthroses vertébrales pour lesquelles le traitement à visée sédative doit souvent être complété par la pratique d'une gymnastique appropriée.
- **Affections péri articulaires** : périarthrites essentiellement scapulo-humérales (surtout si le sujet présente une limitation de la mobilité articulaire), tendinites diverses pour lesquelles la cure thermique est un bon complément au traitement médical.
- **Rhumatismes inflammatoires** : polyarthrite rhumatoïde, pelvispondylite rhumatismale, rhumatisme psoriasique.
- **Fibromyalgie, Ostéoporose, Séquelles, traumatismes ou interventions chirurgicales, Algoneurodystrophie**

• Gynécologie (GYN)

- **Troubles de la ménopause** : bouffées de chaleur, irritabilité, sécheresse de la muqueuse vaginale, ostéoporose (dans ce cas, cure Rhumatologie- Gynécologie).
- **Douleurs pelviennes chroniques** : post-inflammatoires, postopératoires, endométriose.
- **Dyspareunie** : douleurs lors des rapports sexuels.
- **Séquelles d'affections inflammatoires**, de métrites ou salpingo-ovaires chroniques.

Premier jour de soins aux thermes :

Les arrivées se font le plus souvent les lundis, mais nous vous accueillons tous les jours de la semaine pour commencer votre cure thermique.

LES PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES

- **Dans le cadre du Plan Santé**, et en collaboration avec les coordinatrices de Santé Publique de la Creuse, des ateliers mensuels sur des thèmes variés comme Dépistons-nous (audition, vision...), Nutrition et alimentation, Prévention solaire, Octobre rose... seront proposés gratuitement. Ouvert tous

LES CURES LIBRES

Véritables "concentrés de cure thermique", (non pris en charge), elles sont proposées selon des formules de 1 à 6 jours.

- **Formule "Découverte"** - 4 soins par jour **49 €**
- **Forfait "Jambes Lourdes"** - 18 soins thermaux et 3 soins bien être **290 €**
- **Formule "Liberté"** : 24 soins thermaux + 3 activités complémentaires **290 €**
avec option 1 application multiple de cataplasmes **308€**
avec option 1 soin bien être à l'eau thermale : 330€ avec les 2 options **345 €**

Détail des offres sur notre site internet : www.evaxthermes.com

Phlébologie • PHL

Rhumatologie • RH

Gynécologie • GYN

LES THERMES

Située dans le Limousin, la station d'Evax-les-Bains vous accueille dans un écrin de verdure, propice à la détente et au repos. Agréable et lumineux, le bâtiment de charme est situé dans un parc boisé et fleuri au cœur du vallon. Tous les soins se déroulent au sein de cet établissement sur un seul niveau. Différentes formules de cures sont proposées pour répondre aux maux et contraintes d'organisation de chacun.



LES VERTUS DE NOS EAUX

Eaux : sulfatées sodiques faiblement minéralisées, avec une forte teneur en lithium.

Température : 60°C au griffon - traitements de 27 à 38°C.

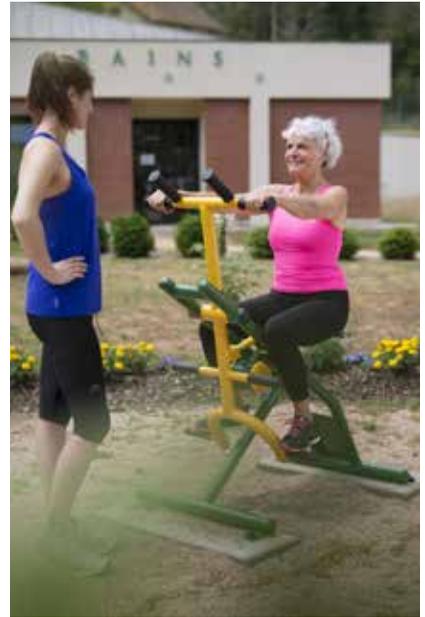
Evax-les-Bains possède un bassin hydrominéral particulièrement riche : ses eaux sont hyperthermales (60°C) et permettent d'agir sur le système neurovégétatif. Ses facultés anti-inflammatoires et décontracturantes sont reconnues ainsi que son pouvoir à combattre le stress grâce à la forte teneur en lithium, 2 mg/L.



LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

En parallèle des soins, les Thermes d'Evaux les Bains vous proposent de découvrir des activités en matière de prévention santé :

- Reflexologie Plantaire
- Qi Gong
- Aquabike : activité pratiquée sur un vélo immergé dans l'eau jusqu'à la poitrine
- Marche nordique
- Aquagym
- Méditation
- Gym douce
- Conférence sommeil
- Balade santé
- Conférence fibromyalgie



REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

Le centre de bien être se refait une beauté en 2021.

16 mois de travaux sont prévus . Le centre de bien être sera restructuré dans son ensemble : nouvel accueil, spa plus spacieux, nouvelles cabines...Cependant, nous maintenons l'activité dans un espace dédié pendant toute la durée des travaux. Soins corps, visage et esthétiques pourront vous être proposés.



RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :

du 21 mars au 05 novembre inclus

23110 Evaux-les-Bains

05 55 65 50 01

reservation@evauxthermes.com

www.evauxthermes.com

Office de Tourisme Creuse Confluence

Place Serge Cléret - 23110 Evaux-les-Bains

tél. : 05 55 65 50 90

www.creuseconfluentourisme.com



LES HÉBERGEMENTS

Pour votre hébergement :

Renseignements et pré-réserveation auprès de l'office de tourisme Creuse Confluence
05 55 65 50 90



LE MONT-DORE

Au cœur des Volcans d'Auvergne, des thermes somptueux

Inspiré par les thermes de Caracalla à Rome, le bâtiment des thermes du Mont-Dore impressionne tant par l'austérité de sa façade que par la flamboyance des décors intérieurs.

Aménagés pour recevoir les structures de soins les plus modernes, les thermes du Mont-Dore disposent de soins d'hydrothérapie "classiques" ainsi que d'une piscine de mobilisation tout à fait actuelle. Certains soins spécifiques aux Voies Respiratoires comme la douche nasale gazeuse se déroulent quant à eux dans la partie patrimoniale des thermes du Mont-Dore.



SES POINTS FORTS

- Une station à dimension humaine, conviviale, chaleureuse et familiale
- Un personnel dédié et à l'écoute
- La combinaison de deux orientations thérapeutiques :
 - > "Voies Respiratoires"
 - > "Rhumatologie"

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

1 050 m

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

Clermont-Ferrand - Paris
Clermont-Ferrand - Le Mont-Dore par le bus

Avion

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

LES THERMES

Bienvenue aux thermes du Mont-Dore. Au cœur du Massif des Volcans d'Auvergne et de la Chaîne des Puy répertoriée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO, les thermes du Mont-Dore vous invitent dans ce lieu classé Monument Historique. Grâce à des sources très riches en silice, à des soins exclusifs, les atteintes des Voies Respiratoires et Rhumatismales sont traitées simultanément, dans ce mythique "Temple de la Santé".



LES VERTUS DE NOS EAUX

Les eaux et gaz du Mont-Dore : Des sources bicarbonatées, sodiques, carbogazeuses qui émergent au sein des thermes tout comme les gaz qui sont directement prélevés aux griffons.

Température : 32° C et 44° C

Ces eaux minérales d'origine météorique sont les plus riches de France en Silice.



LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

- **Rhumatologie (RH) :**
Arthroses, Rhumatismes Dégénératifs inflammatoires, Troubles Musculo-squelettiques, Ostéoporose, Lomalgie, Mal de Dos, Sciatique, Tendinite, Polyarthrite Rhumatoïdes, Spondylarthrite Ankylosante...
- **Voies Respiratoires (VR) :**
Allergies Respiratoires, Asthme, Bronchites, Otites, Sinusites, Rhinites Allergiques, Angines, Rhino-Sinusites, Rhinoplastie...

Premier jour de soins aux thermes :

Les entrées de cure se font tous les jours sauf le dimanche. Il est préférable de commencer une cure les mercredis, jeudis ou vendredis.

LES PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES

Modules complémentaires à une cure thermale 18 jours :

- **Lomalgie (RH) :** 12 soins-activités, en complément de la cure pour mieux connaître la Lomalgie Chronique, se réapproprier son corps par la gestion de la douleur et de la fatigue et améliorer sa qualité de vie grâce aux séances d'activités physiques adaptées
..... 145 €
- **Gonarthrose (RH) :** 12 soins-activités, en complément de la cure pour mieux connaître la Gonarthrose, un programme de réentraînement au mouvement, améliorer sa qualité de vie et sa motricité pour apprendre à gérer la douleur.
..... 145 €
- **Prothèse de Hanche (RH) :** 14 soins-activités, en complément de la cure pour assouplir et améliorer la fonction musculaire et la mobilité des articulations, apaiser les douleurs liées notamment aux mauvaises postures du corps et accompagner l'autorééducation pour retrouver ses activités quotidiennes.
..... 195 €
- **Syndrome D'Ehlers Danlos (RH+VR) :** Elaborer en collaboration avec l'association SED1+

LES CURES LIBRES

Véritables "concentrés de cure thermale", (non pris en charge), elles sont proposées selon des formules de 6 à 12 jours.

- **Mini-Cures "Sur Mesure"**
6 jours - 24 soins 315 €
- **Mini-Cures "Mal de Dos"**
6 jours - 24 soins 385 €
- **Mini-Cures "Slow Nature"**
6 jours - 34 soins 345 €

Détail des offres sur notre site internet :
www.chainethermale.fr/le-mont-dore

LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

Soucieux de votre santé, parallèlement à votre cure thermale, des ateliers santé encadrés

Loption Santé Active :

A la carte ! un forfait d'activités et de séances Santé ou Bien-être à sélectionner selon vos besoins et envies !

- Formule Classic : 6 activités **150 €**
- Formule Mini : 3 activités **75 €**

Tai-Chi (60'), Rééducation Fonctionnelle en Piscine (30'), Sophrologie (60'), Yoga (90'), Lit Hydromassant (15')...



LA REMISE EN FORME & LE BIEN-ÊTRE

L'institut de Beauté : Massage Relaxant 100 % (40'), Massage aux Huiles Essentielles Ren'Essence (40').



RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :

du 7 avril au 9 novembre inclus

Place du Panthéon

63240 Le Mont-Dore

Tél : 04 73 65 36 33

lemontdore@chainethermale.fr

Groupe Chaîne Thermale du Soleil
31 avenue de l'Opéra - 75002 Paris

tél. : 01 42 65 24 24

www.chainethermale.fr

Office de Tourisme

Av. de la Libération - 63240 Le Mont-Dore

tél. : 04 73 65 20 21

e-mail : bt.mont-dore@sancy.com

www.sancy.com

LES HÉBERGEMENTS

Partenaire hôtel Thermhôtel

- **Hôtel Le Puy Ferrand ***** - tél. : 04 73 65 18 99
- **Le Grand Hôtel **** - tél. : 04 73 65 02 64
- **Le Régis **** - tél. : 04 73 65 02 95

Ces hôtels vous proposent :

- **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**

Hébergement 21 nuits en demi-pension à partir de **878 € / personne**

- **Les Séjours santé Thermhôtel**

Tarifs comprenant l'hébergement Thermhôtel en chambre et petit-déjeuner et les soins thermaux de votre cure libre.

- > **Sur mesure** (6 jours de soins/7 nuits)

à partir de **672 € / personne**

- > **Mal de dos** (6 jours de soins/7 nuits)

à partir de **752 € / personne**

Pour votre hébergement Thermhôtel :

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

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).



Rhumatologie • RH

Affections
Psychosomatiques • PSY

Neurologie • NEU



NÉRIS-LES-BAINS

Ici, on prend soin de vous... Dans un cadre propice à la détente

Située aux frontières de l'Allier, du Puy-de-Dôme et de la Creuse, Néris-les-Bains saura vous charmer par les doux reliefs des Combrailles. C'est une destination de charme pour les personnes qui souhaitent rester au calme mais également une destination de choix pour ceux qui souhaitent se divertir pendant leur temps libre. Casino, théâtre, randonnée, golf... de nombreuses activités vous invitent à vous ressourcer dans une ambiance de sérénité.

Son climat doux et tempéré vous accueille dans une oasis dont l'origine remonte à l'époque gallo-romaine. Une station agréable avec un riche patrimoine culturel et architectural.



SES POINTS FORTS

- Une eau thermale connue depuis 1 400 ans pour ses vertus thérapeutiques apaisantes.
- La présence du spa thermal Les Nériades à 100 m des thermes (idéal pour les accompagnants).

SITUATION

Dans le département Allier (03) au carrefour de la Creuse et du Puy-de-Dôme.

CLIMAT

Doux et tempéré

ALTITUDE

350 m

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.

Avion

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

LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

- **Affections psychosomatiques (PSY)** : états dépressifs réactionnels ou névrotiques, états anxieux avec troubles somatiques variés, dystonie neurovégétative d'expression cardio-vasculaire (palpitations), ostéoarticulaire et musculaire, troubles du sommeil.
- **Neurologie (NEU)** : pathologies des nerfs périphériques : névralgies dont la névralgie pudendale, sciatgies, polyneuropathies, douleurs après zona ; pathologies d'origine centrale : hémiplégie, syndrome parkinsonien ; pathologies du système neurovégétatif ; douleurs diffuses ; algodystrophie ; CMT ; sclérose en plaque ; séquelles d'AVC.
- **Rhumatologie (RH)** : arthrose dans toutes ses localisations, rhumatismes inflammatoires, tendinites et périarthrites, fibromyalgie, séquelles et suites post-opératoire, douleurs diffuses.

LES MODULES COMPLÉMENTAIRES

Modules complémentaires à une cure thermale 18 jours :

- **Module Parkinson** : Le module "Parkinson" propose aux curistes parkinsoniens un programme d'activités complémentaires visant à augmenter l'autonomie et soulager les douleurs. Du 16 mai au 04 juin, du 4 au 23 juillet, du 19 sept au 8 octobre, du 10 au 29 octobre 2022
- **Module Sclérose en plaques** : Le module "Sclérose en plaques" permet une prise en charge spécifique et a pour objectif de mieux connaître, comprendre et faire face à cette pathologie. Du 25 avril au 14 mai et du 29 août au 17 septembre 2022
- **NOUVEAUTÉ 2022 Module Stop aux Douleurs** : Comment faire face à la douleur, c'est ce que propose le module "Stop aux douleurs" avec un programme de soins relaxants et d'ateliers éducatifs pour mieux vivre le quotidien. Du 1^{er} au 20 août 2022
- **Module Névralgie Pudendale** : Apporte une réponse ciblée et efficace à cette affection caractérisée par des douleurs au niveau du bassin, dues à l'irritation du nerf pudendal. Du 6 au 25 juin 2022

LES CURES PRÉVENTION SANTÉ

- **Séjour Aide aux aidants** : redonner un second souffle à l'aidant, lui faire lâcher prise et évacuer la fatigue physique et psychologique 11 au 16 juillet et 10 au 15 octobre 2022
- **Séjour 4 A** : Anti-stress, Activités physiques et Alimentation Adaptées : prendre en charge le stress grâce à des conseils pour une alimentation adaptée et la reprise de l'activité physique douce : Du 27 juin au 02 juillet, du 25 au 30 juillet, du 22 au 27 août 2022
- **NOUVEAUTÉ 2022 Séjour charge mentale** : Quand le cerveau épuise le corps, besoin de lâcher prise ? Ce séjour permet de prendre du recul par rapport à votre situation, de prendre le temps de vous recentrer, de lâcher prise. Date libre
- **Mini-cure Halt'O Douleurs** : Dates libres
les 6 jours (4 soins thermaux par jour) **509 €**
- **Mini-cure Halt'O Stress** : Dates libres
les 6 jours (4 soins thermaux par jour) **509 €**

Détail des offres sur notre site internet : www.thermes-neris.com

Rhumatologie • RH

Affections
Psychosomatiques • PSY

Neurologie • NEU

LES THERMES

Les thermes actuels, qui datent du 19^e siècle, sont construits sur l'emplacement qu'occupaient les thermes antiques, et le bâtiment principal construit de 1818 à 1858 est classé Monument Historique. Entièrement modernisé en 1999, il répond aux normes sanitaires les plus draconiennes et apporte toujours plus de confort aux curistes.



LES VERTUS DE NOS EAUX

• **Eaux** : oligo-métalliques, bicarbonatées et sulfatées sodiques

• **Température** : 53°C (hyperthermales)

L'efficacité des traitements dispensés à l'établissement thermal est due principalement aux vertus sédatives, relaxantes, antalgiques et équilibrantes de cette eau thermale.

Sa composition chimique permet une prise en charge des pathologies neurologiques, des affections psychosomatiques et des rhumatismes.



LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

Les activités complémentaires proposées : Sonothérapie, Sophrologie, Réflexothérapie, Arthérapie, méditation guidée, Soins énergétiques, ostéopathie, aqua bien être, stretching, marche.

Ateliers en prévention santé sur différents thèmes tels que les addictions, la maladie de Lyme, le Burn out...

Conférences sur La maladie de Parkinson, la Sclérose en plaques, La Névralgie Pudendale, les traitements anti douleur médicamenteux et non médicamenteux, les aidants, les dates seront affichées aux thermes.

Réservation Saison thermale : 11 avril au 29 octobre 2022

LA REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

Pour tous les curistes :

- Pass 20h d'accès aux bassins du spa 160 €
- Accès illimité aux bassins du spa durant toute la durée de votre cure 280 €
- Pack visage : 1 soin signature visage + 1 soin flash + 1 soin visage 150 €
- Remise de 10% sur tous les soins à la carte.



RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :

11 avril au 29 octobre inclus

6 place des Thermes

03310 Nérès-les-Bains

tél. : 04 70 03 10 39

contact@thermes-neris.com

Office de Tourisme

Bd des Arènes - 03310 Nérès-les-Bains

04 70 03 11 03

accueil@otnerislesbains.fr

LES HÉBERGEMENTS

Partenaire hôtel Thermhôtel

- **Mona Lisa** *** - tél. : 04 70 08 79 80
- **Le Centre et Proxima** ** - tél. : 04 70 03 10 74
- **La Résidence de la Source** - tél. : 06 77 11 49 23

Ces hôtels vous proposent :

- **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**
Hébergement 21 nuits en demi-pension à partir de 375 € / personne

Les Séjours santé Thermhôtel

Tarifs comprenant l'hébergement Thermhôtel en chambre et petit-déjeuner et les soins thermaux de votre cure libre.

- > **Halt'O Douleurs** (6 jours de soins/7 nuits)
à partir de 837,50 € / personne
- > **Halt'O Stress** (6 jours de soins/7 nuits)
à partir de 852,50 € / personne

Pour votre hébergement Thermhôtel :

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

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).





ROYAT - CHAMALIÈRES

La station thermale urbaine aux portes des volcans

Erigé sur le modèle de la basilique de l'empereur Romain Constantin, l'établissement thermal de Royat, spécialisé dans l'artérite, a accueilli entre autres curistes prestigieux Gustave Corot, les frères Goncourt, Stéphane Mallarmé, Félix Faure et Maurice Barrès.

Aujourd'hui, l'établissement thermal dispose d'un très long couloir de marche à contre-courant très apprécié des curistes souffrant d'artérite. Royat-Chamalières est l'une des seules stations à proposer ce duo unique de soins, eau et gaz thermal, dans le traitement des maladies cardio-artérielles et des rhumatismes.



SES POINTS FORTS

- Une situation géographique idéale, à quelques kilomètres de la chaîne des Puys et à proximité immédiate de la métropole régionale.
- Des cures spécifiques qui s'inscrivent dans une prise en charge globale de la pathologie.
- Station de la carbothérapie : double orientation Rhumatologie et Maladies Cardio-Artérielles

SITUATION

Dans le Puy-de-Dôme, à la périphérie ouest de Clermont-Ferrand

CLIMAT

Sédatif et tempéré

ALTITUDE

450 m

ACCÈS

Route

- A89 Bordeaux (380 km, 3h)
- A72 Lyon (200 km, 1h30)
- A75 Montpellier (340 km, 3h)
- A71 Paris (410 km, 3h30)

Train

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

Avion

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

LES THERMES

L'établissement thermal est construit en arkose, gré choisi pour sa luminosité, en opposition à la pierre de Volvic jugée trop sombre à l'époque (1852/1856). En moins d'un demi-siècle, la Station Thermale acquiert l'infrastructure nécessaire à son bon fonctionnement.

Toute une architecture se développe afin d'accueillir comme il se doit l'aristocratie et la bourgeoisie du monde entier.

La station de Royat - Chamalières reste fortement marquée par le thermalisme et n'a cessé d'évoluer.



LES VERTUS DE NOS EAUX

Eaux : Bicarbonatées chlorurées sodiques, fortement carbogazeuses

Température : 27°C à 34°C

Gaz Thermal : CO₂ d'origine magmatique

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



LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

• Maladies Cardio-Artérielles :

Artérite des membres inférieurs (y compris chez le diabétique), phénomène de Raynaud primaire et secondaire (notamment pour la sclérodémie), ulcères artério-veineux (retard de cicatrisation).

• Rhumatologie

Arthrose vertébrale douloureuse (notamment l'arthrose cervicale et lombaire), lumbagos récidivants, sciatalgie, arthroses des extrémités (mains et pouces), lombalgie commune chronique, fibromyalgie, séquelles de périarthrite et tendinites, raideurs articulaires, séquelles de traumatisme ostéo-articulaires.

• La carbothérapie thermique : un traitement qui soulage la douleur

Basée sur la propriété vasodilatatrice du dioxyde de carbone (CO₂), la carbothérapie thermique utilise le gaz carbonique naturel à des fins thérapeutiques.

Les curistes bénéficient ainsi de soins à base de gaz thermal et d'eaux carbogazeuses fortement minéralisées (5g/L), tels que les bains locaux et généraux, des douches, un anneau de marche à contre-courant, des bains de gaz sec, ou encore la piscine en eau thermale.

Premier jour de soins aux thermes :

Entrée de cure possible du lundi au samedi.



LES CURES LIBRES

Véritables "concentrés de cure thermale", (non pris en charge), elles sont proposées selon des formules de 6 à 12 jours.

• Mini-cure simple orientation RH ou MCA

Entre 6 et 12 jours de soins 4 soins / jour

Les 6 jours de soins à partir de 270 €

• CuRetrouvailles : vivez la mini cure en duo

Programmez sans plus attendre un moment privilégié avec la personne de votre choix pour ne plus reporter à demain les moments que vous pouvez vivre aujourd'hui. Les thermes et le Spa Royatonic vous attendent pour une semaine de bien être inoubliable !

- 24 soins thermaux (4 soins quotidiens pendant 6 jours)

- Une entrée aux bains de Royatonic (2h30)

- Une séance de lit hydromassant (40 min) pour un moment de détente en apesanteur

Tarif : 295€/personne soit 590€/2 personnes

Détail des offres sur notre site internet : www.valvital.fr

LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

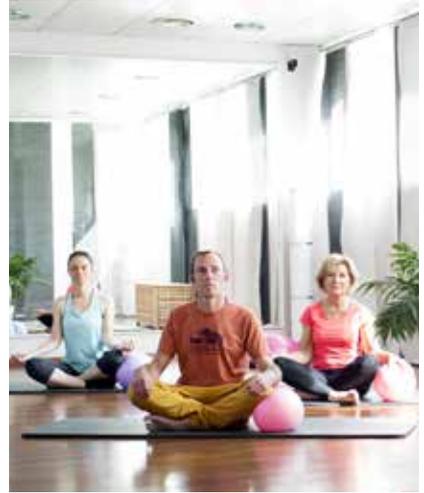
Soucieux de votre santé, parallèlement à votre cure thermale, des ateliers santé encadrés par des professionnels, vous sont proposés les après-midi au sein des thermes.

L'objectif est d'améliorer votre qualité de vie ou de profiter de cette rupture avec le quotidien pour reprendre ou même découvrir des nouvelles activités Santé : pilates, yoga, sophrologie, gym douce en piscine, aromathérapie, initiation méditation.

LA REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

Dans un espace privilégié, prolongez les vertus de l'eau thermale avec nos forfaits 2 ou 4 soins et découvrez des activités encadrées par des professionnels de la santé.

Plus infos au 04 73 29 51 51



RÉSERVATION

Etablissement thermal

Saison thermale 2022 :

du 4 avril au 29 octobre inclus

1 place Allard - CS 20053 Royat
63408 Chamalières cedex

tél. : 04 73 29 51 51

royat@valvital.fr

www.valvital.fr

Office de Tourisme

1 avenue Auguste Rouzaud - 63130 Royat

tél. : 04 73 29 74 70

royat@clermontauvergnetourisme.com

www.clermontauvergnetourisme.com

LES HÉBERGEMENTS

Partenaire hôtel Thermhôtel

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

Ces hôtels vous proposent :

• **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**

Hébergement 21 nuits en demi-pension à partir de **1 785 € / personne**

• **Les Séjours santé Thermhôtel**

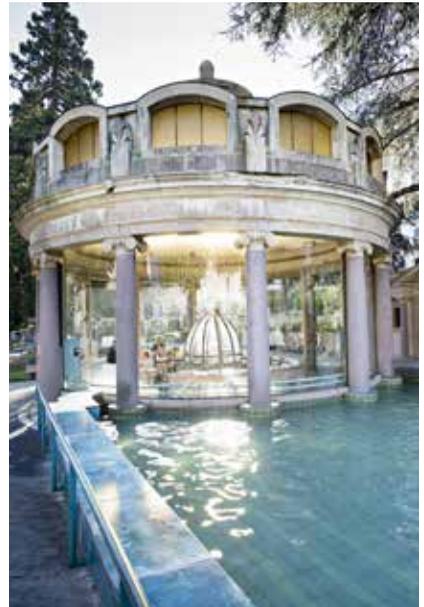
Tarifs comprenant l'hébergement Thermhôtel en demi-pension et les soins thermaux de votre cure libre.

6 jours de 4 soins/7 nuits - à partir de **872 € / personne**

Pour votre hébergement Thermhôtel :

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

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).





VICHY

Reine des Villes d'Eaux, une référence en matière de santé globale

Architecture foisonnante, prestigieux opéra Art Nouveau, quartiers luxueux, parcs et jardins, hippodrome, golfs, boutiques, font de Vichy depuis peu inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco, la station touristique phare de l'Allier et de l'Auvergne.

À Vichy, les curistes ont le choix entre les Thermes Callou (standard) et les Thermes les Dômes (premium), tous deux situés à proximité des berges de l'Allier, pour effectuer leur cure thermale.



SES POINTS FORTS

- Station de référence en matière de santé globale, avec une prise en charge s'ouvrant sur la recherche diététique et la prévention santé,
- L'encadrement médical et les programmes spécifiques d'accompagnement de cure combinés au savoir-faire thermal d'exception, permettent d'apporter aux curistes une réponse personnalisée à leurs besoins de santé,
- Un univers thermal unique, avec une eau minérale issue d'un lent voyage à travers la chaîne des Puys et la plaine de la Limagne, qui constitue un véritable don de la nature.

SITUATION

Dans le département de l'Allier à 55 km de Clermont-Ferrand

CLIMAT

Tempéré

ALTITUDE

260 m

ACCÈS

Route

- A71-A719 : Paris - Vichy
- A89 : Lyon - Vichy
- A75 : Montpellier - Vichy
- A89 : Bordeaux - Vichy

Train

Gare SNCF de Vichy, liaisons quotidiennes directes avec Paris (2h50), Lyon (moins de 2h), Marseille, Bordeaux et Nantes.

Avion

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

LA CURE MÉDICALISÉE

Les pathologies traitées :

Cure médicale de 18 jours en simple ou double orientation

- **Rhumatologie (RH)** : Arthrose, Rhumatismes, Rhumatismes chroniques dégénératifs, Rhumatismes chroniques, Séquelles de traumatisme ostéo-articulaire (raideurs articulaires, séquelles d'entorses, luxations, fractures), États douloureux chroniques séquellaires de chirurgie (prothèses de hanche ou de genou), Fibromyalgie, Lombalgie, Douleurs de l'ostéoporose, Arthropathies métaboliques (goutte).
- **Affections digestives & troubles du métabolisme (AD)** :
 - **La sphère digestive** : inflammations du tube digestif (gastrite, hernie hiatale, reflux...), pathologies bilio-vesiculaires, hépatopathies chroniques (hépatite virale, médicamenteuse...), colopathie fonctionnelle, syndrome de l'intestin irritable (colite, recto-colite...), suites de chirurgie bariatrique, migraines avec troubles digestifs, allergies digestives et alimentaires
 - **Les troubles métaboliques** : diabète de type 2, dyslipémie (cholestérol, triglycérides), crise d'acidurie, surcharge pondérale, obésité.

Premier jour de soins aux thermes :

Thermes Callou : fixes les lundis - **Thermes les Dômes** : possible en cours de semaine du lundi au samedi

LES PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES

Modules complémentaires à une cure thermale 18 jours :

- **Programme Après Cancer - Sessions féminine et masculine** **282 €**
- **Programme Thermaligne**
Pour les personnes en surpoids, qui souffrent de diabète ou d'un trouble métabolique **282 €**
- **Programme accompagnement perte de poids**
Le Centre Nutritionnel des thermes de Vichy vous propose un "Accompagnement perte de poids" par un amaigrissement efficace et durable pendant votre séjour thermal **227 €**

LES CURES LIBRES

- **Nouveauté** **Initiation Thermale en simple ou double orientation (RH / AD)**
1/2 journée - 4 soins **60 €**
- **Post-Cancer** à partir de 6 jours - 27 soins **749 €**
- **Perte de poids** à partir de 6 jours - 28 soins **862 €**
- **Diabète** à partir de 6 jours - 23 soins **672 €**
- **Douleurs articulaires** à partir de 6 jours - 25 soins **879 €**

Détail des offres sur notre site internet : www.thermes-de-vichy.fr



Appareil Digestif
Maladies Métaboliques • AD

Rhumatologie • RH

LES THERMES

Depuis 1853, la Compagnie de Vichy, sous l'ordre de Napoléon III, exploite les thermes ainsi que 9 sources.

Pendant un siècle, la société a été dirigée par ses fondateurs, principalement la famille Callou. Durant cette période, Vichy a été complètement rénovée dans le but d'accueillir l'Empereur et ses serviteurs.

En 1906, Coco Chanel fut donneuse d'eau à Vichy. Les donneuses d'eau servaient d'intermédiaires entre la source et le malade. La Compagnie de Vichy comprend 3 établissements thermaux : les Thermes Callou, les Thermes les Dômes (premium) et le Vichy Célestins Thermal Spa (luxe).



LES VERTUS DE NOS EAUX

- **Eaux** : bicarbonatées sodiques, chlorurées, sulfatées, sulfurées
- **Température** : 27°C en moyenne

D'origine plutonienne, les eaux thermales de Vichy sont liées à des phénomènes de transformations métamorphiques : interaction du magma et des couches superficielles de l'écorce terrestre. Les eaux de Vichy trouvent leur origine dans la Chaîne des Puys et traversent la plaine de la Limagne. Soit un trajet de plus de 50 km, à une profondeur estimée à 4 500 m. La durée de ce parcours est évaluée à 10 000 années.

Les vertus des eaux thermales de Vichy sont connues depuis l'époque romaine. Dès la fin du XIV^e siècle, les curistes viennent soigner leur foie, leur vésicule biliaire, leur estomac ou leur intestin à Vichy, où les eaux acquièrent rapidement une réputation quasi-miraculeuse.

LES ATELIERS & CONFÉRENCES SANTÉ

- **Ateliers** : Diététique, Démonstration de cuisine diététique, Sophrologie, Mieux-être, Musicothérapie subaquatique
- **Conférences** : Diététique, Ostéopathie, Sophrologie, Kinésithérapie

REMISE EN FORME & BIEN-ÊTRE

- **Aux Thermes Callou** :
 - **Salle de cardio-training** : centre indépendant dispose d'un pôle cardio-training et musculation ainsi que des cours de fitness. Vestiaires et douches sur place. (Débutants et confirmés)
 - **Le Centre Hit Form** : Ce partenaire indépendant dispose d'un pôle cardio-training et musculation et dispense des cours de fitness. Il accueille et guide sportifs débutants et confirmés. Vestiaires et douches sur place.
- **Aux Thermes Les Dômes (Premium)**
 - **Salle de Cardio-Training** : Vélos elliptiques, tapis, rameurs, avec la présence d'un coach diplômé en salle.
 - **Aquagym** : Mobilisation dynamique en piscine d'eau thermale à 35°C.
 - **Gym Douce** : Gymnastique douce et tonique afin de tonifier l'ensemble du corps.

LES HÉBERGEMENTS

Des hébergements directement reliés aux thermes de Vichy

Situés au cœur du centre-ville de Vichy, les Thermes Les Dômes sont intégrés à l'Hôtel Mercure Vichy Thermalia et à l'Hôtel des Thermes les Dômes. A quelques mètres seulement, les Thermes Callou sont reliés à l'Hôtel Ibis Vichy et l'Hôtel des Thermes Callou.

Dans nos hôtels, une cuisine saveur, plaisir et santé, vous permet et vous assure le choix d'une formule de restauration personnalisée.

Partenaire hôtel Thermhôtel

- **Hôtel Mercure Vichy Thermalia****** - tél. : 04 70 30 52 52
- **Hôtel des Thermes les Dômes** - tél. : 04 70 97 39 59

Ces hôtels vous proposent :

- **L'hébergement pour la cure de 3 semaines.**
Hébergement 20 nuits à partir de **640 € / personne**
- **Les Séjours santé Thermhôtel**
Tarifs comprenant l'hébergement Thermhôtel en demi-pension et les soins thermaux de votre cure libre.
 - Maigrir à Vichy - 6 jours de soins/6 nuits - à partir de **1 146 € / personne**
 - Diabète de type 2 - 6 jours de soins/6 nuits - à partir de **956 € / personne**
 - Douleurs articulaires - 6 jours de soins/6 nuits - à partir de **1 163 € / personne**

Pour votre hébergement Thermhôtel :

Renseignements et pré-réserve : www.auvergne-thermale.com

Liste non exhaustive, consultez l'office de tourisme pour obtenir le guide de tous les types d'hébergements (hôtels, meublés, campings...).



RÉSERVATION

Thermes de Vichy

Saison thermale 2022 :

- **Thermes les Dômes** :
du 7 février au 17 décembre inclus
- **Thermes Callou** :
du 28 février au 17 décembre inclus

0 800 30 00 63

(Service & appel gratuit)*

www.thermes-de-vichy.fr

Vichy Thermes Callou & Dômes

BP 21 38 - 03200 Vichy

thermes-de-vichy@compagniedevichy.com

Vichy Célestins Thermal Spa

Saison thermale 2022 :

du 1^{er} janvier au vendredi 13 novembre avec fermeture du 30 janvier au 11 février.

0 800 30 00 63

(Service & appel gratuit)*

www.vichy-spa-hotel.fr

111 boulevard des États-Unis - 03200 Vichy

vichy-thermal-spa@compagniedevichy.com

Office du Tourisme & du Thermalisme

19 Rue du Parc - 03200 Vichy

04 70 98 71 94

www.vichy-destinations.fr

*Depuis un poste fixe du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h.



En mai et en juin 2022,
c'est le printemps du thermalisme
EN AUVERGNE

Découvrez les établissements thermaux et testez

3 soins
pour 33 euros

du lundi 16 mai
au samedi 21 mai 2022

Participez
aux conférences
et ateliers autour
du thermalisme et
de la prévention
santé



AUVERGNE THERMALE

Tout le programme sur
www.auvergne-thermale.com

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

www.auvergne-thermale.com

8 avenue Anatole France - 63130 Royat - tél. : 04 73 34 70 79 - info@borvo.com

