Soins • Hébergements • Activités **2022**

bien dans ma cure

SAVOIE

Challes les-Eaux

CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

agit naturellement pour votre santé

DÉCOUVREZ
notre station en vidéo

CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL
S.A.S au capital de 8 129 638,30 €
SIREN 310 968 540 - APE 741
Nouvelle formule du Guide Pratique de Challes-les-Eaux, 22e édition

Directeur de la publication : Biche Barthélémy / Coordination édition : Cécile Tournois / Responsable de la Publicité : Jean-Claude Meyer / Photocomposition publicitaire : Nadia Bellik / Photos : Chaîne Thermale du Soleil (F. Dero – C. Tournois – E. Guerard – N. Barras – X. Boymond – Y. Chevojon – C. Clanet – J. Daurel – B. Fert – C. Mossière – M. Niels – A. Harnie-Cousseau – P. Le Chatelier – M. Riossan – J. Vieussens – C. Vidal – A. Michel - Ikona – P. Ahmadpanah – Anteale - L. Garnier - J. Damase) Stations Thermales et Offices de Tourisme.
Création : Agence Ponctuation / Studio graphique Ogham / Impression : imprimerie DELORT
Octobre 2021 - Tirage : 3 640 exemplaires

IMPRIM'VERT® PEFC 10-31-2486 Tous les papiers se trient et se recyclent

COVID-19 Charte sanitaire station thermale

Bienvenue aux Thermes de Challes-les-Eaux

Situés aux portes des Parcs Naturels Régionaux du Massif des Bauges et de la Chartreuse, au carrefour de la ville de Chambéry et des vignobles de la Combe de Savoie, les Thermes de Challes-les-Eaux vous accueillent dans son cadre de verdure favorisant la santé et le bien-être.

Sa source aux eaux les plus soufrées d'Europe permet de traiter les Voies Respiratoires et la Gynécologie.

Le service Gynécologie est proche de ses patients par l'encadrement spécifique de nos sages-femmes.

Toute l'équipe des Thermes s'attache à vous apporter leur professionnalisme et est attentive à vos attentes et suggestions. Nous veillons à ce que nos séjours spécifiques, s'articulent autour d'une véritable approche pluridimensionnelle de la pathologie.

Notre hébergement, tout confort, **La Maison aux Iris,** magnifique chalet savoyard, abrite 4 appartements.

Une Mini Cure « Jeûne et Rando »

Et si vous donnez quelques jours de répit à vos organes digestifs ? Inspirée sur les fondamentaux qui sont développés à la Clinique du jeûne Buchinger Wilhelmi, en Allemagne, cette mini cure aura toute sa place pour ceux qui aspirent au bien-être et à la santé.

Un séjour « Aidants Endométriose »

Resserrer les liens, comprendre la maladie, prendre « soin de soi ». Une vraie pause parenthèse pour tous les accompagnants des personnes atteintes d'endométriose.

Notre **spa thermal** ouvert toute l'année abrite dans un endroit chaleureux et cocooning 3 cabines esthétiques, une balnéothérapie, des modelages, des massages et bien d'autres soins pour parfaire votre bien-être.

Au plaisir de vous accueillir dans notre Maison.

Sophie THEAUDE,
Directrice des Thermes

9/10

c'est la note de satisfaction générale attribuée à la station en 2021.

Votre cure et votre hébergement en un appel ou un clic

01 42 65 24 24
reservations@chainethermale.fr
www.chainethermale.fr

06
LA MÉDECINE THERMALE

07 LES EAUX THÉRAPEUTIQUES
08 LES SOINS THERMAUX
10 LES ÉQUIPES THERMALES
11 LES MÉDECINS THERMAUX
12 DES THERMES TOUT CONFORT

14
NOS CURES MÉDICALES DE 18 JOURS

15 GYNÉCOLOGIE
16 VOIES RESPIRATOIRES

18
NOS CURES HAUTEMENT MÉDICALISÉES

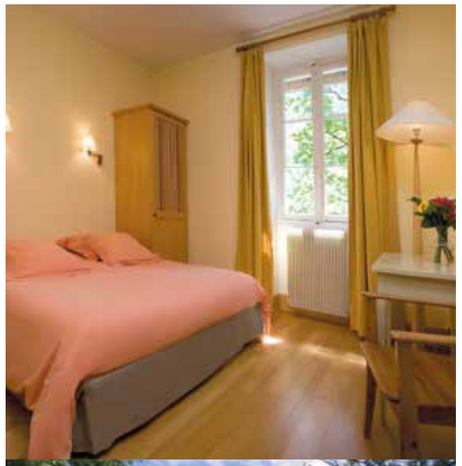
19 ENDOMÉTRIOSE
20 AIDANTS ENDOMÉTRIOSE

22
NOS MINI-CURES

23 SUR MESURE
24 FUTURE MAMAN
24 JEUNE MAMAN
25 JEÛNE ET RANDO NOUVEAU !

26
OPTIMISEZ VOTRE CURE

27 INSTITUT DE BEAUTÉ
28 OPTION SANTÉ ACTIVE



30
NOS HÉBERGEMENTS

31 LA MAISON AUX IRIS***

32
AUTOUR ET ALENTOURS

33 CHALLES-LES-EAUX ET SA RÉGION

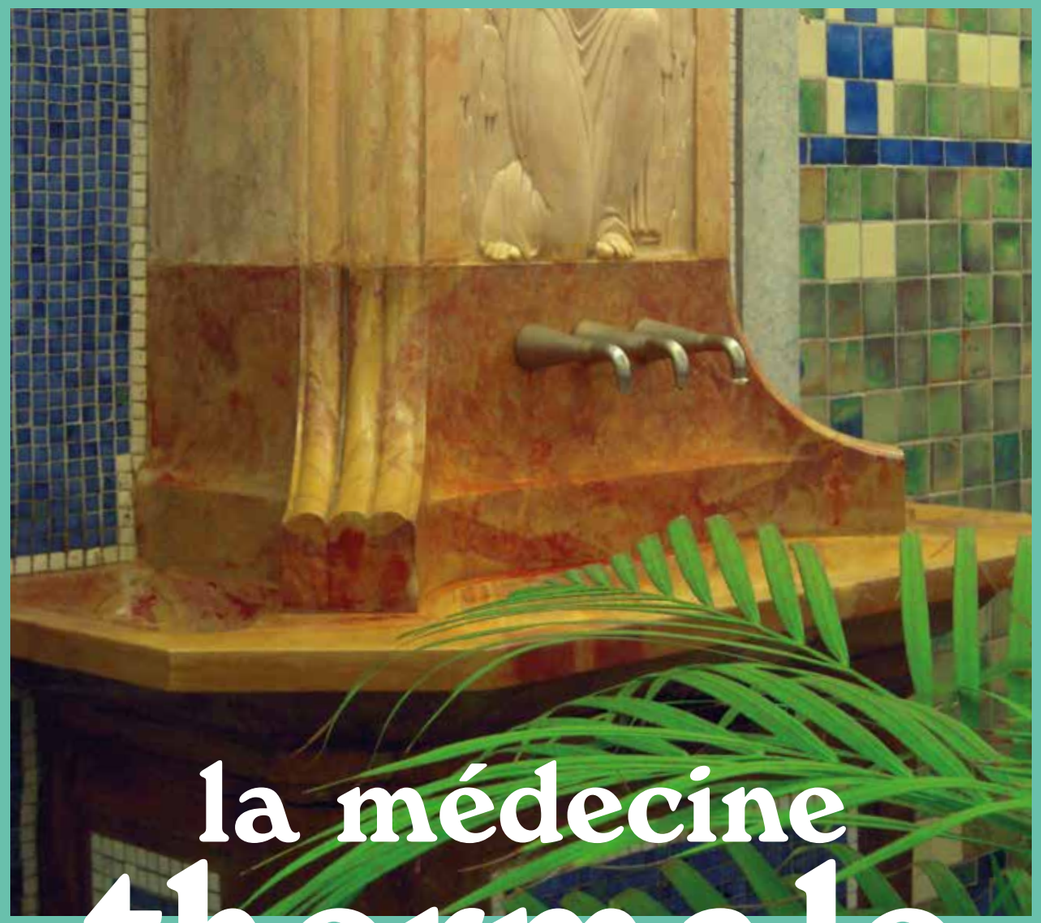
36
CARNET PRATIQUE

37 ACCÈS / JOURNÉES DÉCOUVERTE
38 RÉSERVEZ ET PRÉPAREZ VOTRE CURE
39 VOTRE REMBOURSEMENT
40 LE CLUB THERMAL
41 ÉVALUEZ LES BIENFAITS DE VOTRE CURE

THERMASSISTANCE
Pour vous assurer une cure en toute tranquillité, une assurance annulation-interruption de cure, garantie assistance vous est proposée à l'avant dernière page de ce livret.

Votre cure et votre hébergement en un appel ou un clic

01 42 65 24 24
reservations@chainethermale.fr
www.chainethermale.fr



la médecine thermale 100% naturelle

L'eau minérale de Challes-les-Eaux, sulfurée sodique, est l'une des plus soufrées d'Europe. Une de ses sources s'appelle d'ailleurs « Reine du Soufre ».

VR VOIES RESPIRATOIRES

GYN GYNÉCOLOGIE

Les eaux thérapeutiques de CHALLES-LES-EAUX

Des vertus reconnues

Grâce aux propriétés antibactériennes, décongestionnantes, cicatrisantes et antalgiques, elle est souveraine pour le traitement des voies respiratoires et des troubles gynécologiques. En résorbant l'inflammation et en renforçant les défenses locales, elle permet une raréfaction des épisodes infectieux. Elle jaillit à 16 °C des profondeurs de la montagne.

Le climat : un atout véritable

C'est dans les Préalpes à 290 mètres d'altitude, près des célèbres stations de ski, que se blottit notre station thermale de Challes-les-Eaux. Il règne ici un climat vivifiant de moyenne montagne, à la fois doux et tonique. Mais c'est aussi l'exceptionnelle pureté de l'air qui constitue un atout considérable pour compléter les bienfaits de la cure en voies respiratoires notamment.

Ca

Calcium

Utile dans la contraction musculaire et la coagulation sanguine

Mg

Magnésium

Sédatif, anti-inflammatoire

S

Soufre

Anti-inflammatoire, antiseptique

NH_4

Ammonium

Agit sur les muqueuses respiratoires, antalgique et décongestionnant

LES SOINS thermaux

Un panel de 15 soins thermaux sont dispensés dans nos Thermes

AÉROSOL INDIVIDUEL ..... VR

L'aérosol permet de traiter les voies aériennes jusqu'au larynx par la dispersion de particules d'eau minérale pulvérisée par de l'air comprimé. À la sortie du masque des particules de 2 à 5 microns sont émises. On dispose pour cette pratique d'embouts uni-narinaires ou bi-narinaires ainsi que d'embouts pour la bouche ou des masques.

AÉROSOL SONIQUE ..... VR

Un vibreur sonique à basse fréquence, couplé sur les aérosols individuels crée des alternances de pressions et dépressions dans le circuit de l'aérosol ce qui accélère les particules d'eau et leur permet d'atteindre des zones peu perméables de l'arbre respiratoire tels les sinus.

BAIN NASAL ..... VR

À l'aide d'une pipette, le patient emplit les cavités nasales d'eau thermale afin d'en imprégner les muqueuses. Il permet le nettoyage du nez surtout dans la partie postérieure. La position tête en arrière permet de baigner le cavum (arrière-nez).

BAIN THERMAL ..... GYN

En baignoire individuelle, il a lieu à une température de 34 à 38 degrés. Il dure 10 à 20 minutes selon la prescription médicale.

CATAPLASME D'ARGILE EN APPLICATION LOCALE, UNIQUE OU MULTIPLE .... GYN

En application locale sur les zones indiquées par le médecin thermal, les cataplasmes personnalisés pour chaque patient, favorisent la vasodilatation et le passage transcutané des éléments actifs de l'argile en maturation, la sédation des douleurs et une meilleure oxygénation des tissus entourant l'articulation. C'est un excellent anti-inflammatoire.

COMPRESSES D'EAU THERMALE ..... GYN

Sur les zones indiquées par le médecin, sont appliquées des compresses d'eau thermale, favorisant le passage transcutané des vitamines, oligoéléments et minéraux. La fraîche température des compresses a un effet antalgique et décongestionnant.

CURE DE BOISSON ..... VR

Les effets internes de la cure de boisson sont constitués essentiellement par la composition chimique des eaux mais également celles des oligoéléments, un élément de base du traitement thermal.

ÉLECTRO-AÉROSOL OU IONAÉROLISE ..... VR

Il s'agit d'un aérosol collectif. Cette salle est constituée d'un plafond et d'un plancher chargés d'électricité négative et d'un générateur électrostatique. Le plafond et le plancher repoussent les particules de soufre qui ont une concentration maximale au niveau du visage des patients.

GARGARISME ..... VR

Il s'agit d'un lavage de gorge avec de l'eau tiède effectué en gargarisant le fond de la gorge avec de l'eau tiède. L'eau thermale agit directement au contact de la muqueuse du pharynx, permet son hydratation et son imprégnation par les principes actifs (soufre, oligoéléments, minéraux).

INHALATION COLLECTIVE ..... VR

Ce soin consiste en l'humage de vapeur de gaz produisant un brouillard fin et froid. L'intérêt des inhalations est la rapidité d'absorption des principes minéraux sulfurés. Les particules très fines vont aller jusqu'aux alvéoles pulmonaires où se font les échanges et rejoindre la circulation sanguine.

IRRIGATION NASALE ..... VR

À l'aide d'une canule, à faible débit continu d'eau thermale, le patient effectue une véritable douche interne des cavités nasales. L'objectif est de nettoyer le nez par le passage de l'eau d'une narine à l'autre, afin de rendre les muqueuses plus réceptives au soufre.

IRRIGATION VAGINALE ..... GYN

Cette technique thermale dispensée avec une canule a une action décongestive et antalgique au niveau du petit bassin tant sur les organes génitaux féminins que sur les voies urinaires basses (vessie). La muqueuse vaginale retrouve un pH normal s'opposant à la prolifération des mycoses et bactéries pathogènes.

KINÉSITHÉRAPIE RESPIRATOIRE ..... VR

Il s'agit de séances de gymnastique respiratoire. À travers divers exercices respiratoires, l'objectif est d'apprendre à utiliser ses poumons de manière optimale. Le kinésithérapeute sensibilise chacun à la mécanique ventilatoire et aux mouvements respiratoires diaphragmatiques et costaux.

PULVÉRISATION ..... VR

Un jet de vapeur d'eau ordinaire aspire l'eau arrivant dans l'appareil et la pulvérise. Brisée par un tamis, cette vapeur d'eau thermale est absorbée par le patient bouche ouverte.

PULVÉRISATION VULVAIRE ET CERVICO VAGINALE ..... GYN

Ce soin thermal effectué en cabine individuelle nécessite la pose d'un speculum. La patiente est en position gynécologique. La pulvérisation en fines gouttelettes de l'eau thermale très soufrée se dépose sur les muqueuses jusqu'au col de l'utérus.

Des pratiques médicales spécifiques en voies respiratoires dispensées par le médecin thermal

Ce sont des pratiques thermales spécifiques prescrites par le médecin, l'établissement thermal mettant à sa disposition les installations techniques et le personnel auxiliaire compétent. Ces pratiques thermales sont comprises dans le traitement thermal pris en charge par la Caisse d'Assurance Maladie.

DOUCHE PHARYNGIENNE

Dispensée grâce à un « pistolet » pharyngien par le médecin lui-même, elle exerce une action décapante au niveau des cryptes amygdaliennes et de la paroi du pharynx.

INSUFFLATION DE LA TROMPE D'EUSTACHE

Le médecin thermal fait pénétrer lui-même les gaz thermaux dans la trompe d'Eustache, à l'aide d'une sonde introduite avec douceur le long du plancher des fosses nasales, émettant des gaz thermaux. La pression est réglable et contrôlée. Elle associe mécaniquement désobstruction des trompes et balayage des sécrétions. Répété quotidiennement au cours de la cure, ce soin favorise la rééducation tubo-tympanique chez l'enfant.

MÉTHODE DE DÉPLACEMENT DE PROËTZ

Cette pratique est aussi de la compétence exclusive du médecin thermal. Elle assure la pénétration de l'eau à l'intérieur des cavités sinusiennes à l'aide d'un système de pompe et permet un lavage complet des sinus.

Les équipes THERMALES

7 AGENTS DE SOINS

Ils travaillent sur le site de Challes-les-Eaux. Ils dispensent les soins aux patients selon la prescription du médecin thermal.

1 KINÉSITHÉRAPEUTE DIPLÔMÉ D'ÉTAT INTERVIENT DANS NOS THERMES

Il assure la rééducation respiratoire des patients dans le strict respect des prescriptions médicales en concertation avec les médecins thermaux dans le cadre plus précis des précautions particulières.

4 SAGES-FEMMES

Elles travaillent au sein du service Gynécologie et dispensent les soins aux patientes selon la prescription du médecin thermal.

1 SOPHROLOGUE/ PROF DE YOGA

Il intervient dans le cadre de nos cures hautement médicalisées et nos mini-cures.

1 OSTÉOPATHE

Il intervient dans le cadre de notre cure hautement médicalisée et nos mini-cures pré et post-natales.

L'hygiène, notre priorité

Au sein du Service Central Qualité, Hygiène et Ingénierie Sanitaire, notre préoccupation première est de tout mettre en œuvre pour vous garantir les meilleures conditions d'hygiène et des soins thermaux avec des produits de qualité.
Pour ce faire, un de nos laboratoires d'analyses microbiologiques, accrédité COFRAC (accréditation n° 1-5532, portée disponible sur www.cofrac.fr), composé d'un Ingénieur sanitaire et de deux Techniciennes microbiologistes, suit de manière assidue la qualité de l'eau minérale naturelle, circulant dans les installations et distribuée aux postes de soins, ainsi que celle des soins à base de boue thermale, sans oublier la vérification de l'efficacité et de l'application des procédures de nettoyage désinfection des locaux et des postes de soins.
Sur une saison thermale, cette fine équipe, forte d'une expérience et de compétences en microbiologie reconnues par les Autorités de Tutelle, et agissant sous l'égide d'un Docteur ès Sciences en chimie et microbiologie de l'eau, peut réaliser plus de 190 analyses bactériologiques en appliquant des méthodes techniques spécifiques et normées.

Isabelle SIBILLE, Responsable du Service Central, Qualité et Ingénierie Sanitaire

Les équipes MÉDICALES

Les médecins thermaux de Challes-les-Eaux

Prenez rendez-vous directement avec le médecin thermal de votre choix avant votre arrivée.

Nom	Spécialité	Adresse	Téléphone
Médecins thermalistes – Spécialistes ORL			
Docteur François CABANEL	Oto-rhino-laryngologiste-Att-d'Hydrologie	153 avenue des Thermes 73190 Challes-les-Eaux	04 79 72 97 64
Médecins généralistes			
Docteur Luce BERGERET	Homéopathie Phytothérapie	Avenue des Thermes / Centre Thermal 73190 Challes-les-Eaux	04 79 71 06 28
Docteur Jean Paul SEMERARO		L'Atrium, 91 av. Louis Domenget 73190 Challes-les-Eaux	04 79 72 83 11

Cette liste a été établie au 1er septembre 2021 ; elle peut donc être sujette à modification éventuelle en cours de saison.

Des thermes
TOUT CONFORT

COVID-19 Charte sanitaire station thermale

À deux pas du centre-ville, l'établissement thermal s'inscrit dans un beau bâtiment. Une magnifique verrière, très lumineuse, invite au repos et ouvre sur les salles de soin. Les Thermes de Challes-les-Eaux ont conservé le charme des années 1900. Leur verrière dentelée, les mosaïques années 30, les décors d'émaux abritent des services de soins modernes amples et fonctionnels, tous ouverts sur la nature.

104 postes polyvalents de voies respiratoires

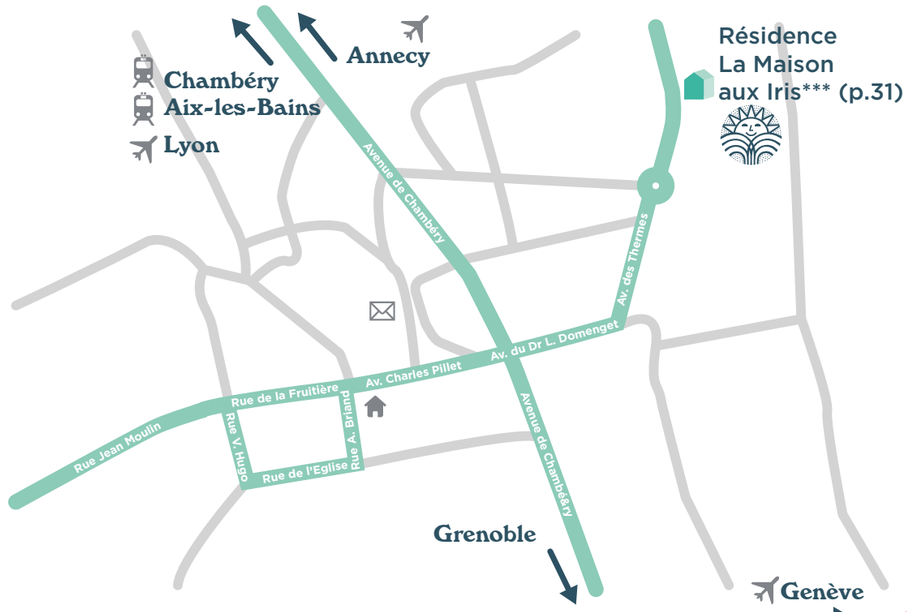
1 espace balnéothérapie

Des séjours jeunes et futures maman

1 cabinet kiné

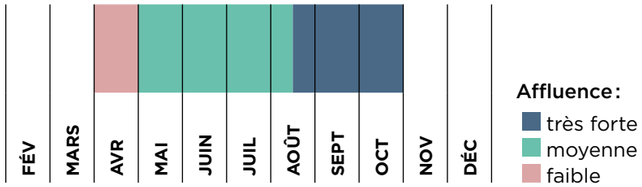
3 cabines de soins gynécologie

DES THERMES DANS LA VILLE...



DÉCOUVREZ notre station en vidéo

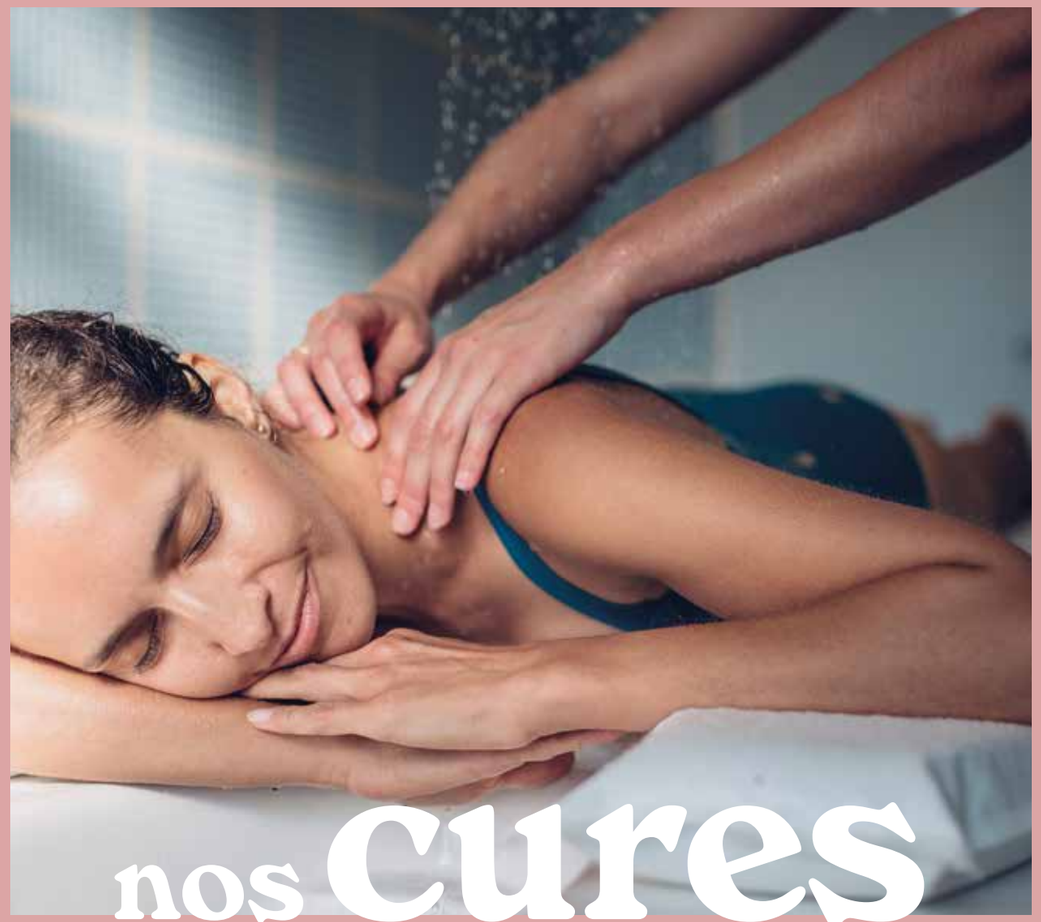
...OUVERTS DU 28 MARS AU 29 OCTOBRE 2022
POUR LES VOIES RESPIRATOIRES
DU 11 AVRIL AU 29 OCTOBRE 2022 POUR LA GYNÉCOLOGIE



Pour visiter nos établissements et découvrir nos soins avant de réserver, participez aux

Journées découverte

p. 37



nos cures médicales de 18 jours

La double orientation

SOIGNER
SES VOIES RESPIRATOIRES
ET SES AFFECTIONS
GYNÉCOLOGIQUE…
EN MÊME TEMPS,
C'EST POSSIBLE !

La station de Challes-les-Eaux est agréée pour traiter les deux orientations VOIES RESPIRATOIRES (VR) et GYNÉCOLOGIE (GYN). Une cure thermale est prescrite par votre médecin traitant. Elle comporte 18 jours de soins obligatoires, prescrits sur place par le médecin thermal, nécessaires pour bénéficier des effets des soins thermaux. La carte de cure pointant la totalité des soins pendant 18 jours déclenche le remboursement.

Votre médecin traitant vous précisera les contre-indications éventuelles.

GYNÉCOLOGIE (GYN)

DES AFFECTIONS GYNÉCOLOGIQUES À TOUTES LES ÉTAPES DE LA VIE

INFECTIONS ET INFLAMMATIONS CHRONIQUES (STREPTOCOQUE, MYCOSE, HERPÈS, COLIBACILLE) | ENDOMÉTRIOSE ET SES SÉQUELLES | ADHÉRENCES | DYSMÉNORRHÉES | DYSPAREUNIES ORIFICIELLES | ALGIES PUDENDALES | PATHOLOGIES LIÉES À LA MÉNOPAUSE (LICHENS VULVAIRES, SÉCHERESSE DES MUQUEUSES, BOUFFÉES DE CHALEUR…) | SUITES DE L'ACCOUCHEMENT (CICATRISATION ÉPISIOTOMIE, CÉSARIENNE, ACCOUCHEMENT TRAUMATIQUE) | FIBROMES (EN PÉRIODE DE PRÉMÉNOPAUSE OU LORSQU'IL EXISTE UN RISQUE OPÉRATOIRE IMPORTANT) | TROUBLES HORMONAUX | SYNDROME DES OVAIRES POLYKYSTIQUES

+31 %
de qualité de vie, 9 mois après la cure

DES SOINS GYN TRÈS CIBLÉS

- **Bain**
- **Irrigation vaginale**
- **Pulvérisation vulvaire et cervico-vaginale**
- **Cataplasme d'argile en application locale, unique ou multiple**
- **Compresse d'eau thermale**

avis d'expert

Dr A. Garcia,
médecin prescripteur

*S'il est une chose à retenir, qui justifie la prescription de **cures thermales en Gynécologie,** qu'il s'agisse en post-ménopause de sécheresse vaginale ou lichen, ou encore chez des femmes plus jeunes de névralgie pudendale, mycoses à répétition, leucorrhées, dysménorrhée, endométriose, cicatrisation en post-opératoire ou en post-partum…, c'est qu'elles permettent d'observer toutes orientations confondues, **les plus fortes progressions de la qualité de vie après cure** prolongée plusieurs mois, en moyenne de l'ordre de **+45 %.** Contribuent à ce résultat remarquable, outre la correction des troubles fonctionnels à l'origine de cette prescription, certainement l'effet thérapeutique de l'eau thermale et des soins individuels pratiqués, mais aussi comme le soulignent les patientes, l'importance de l'accompagnement médical, médecin thermal et sage-femme, de la coupure réalisée par les 3 semaines de cure, et du partage de vécu et d'expérience entre femmes.*

TARIFS

		PRIX LIMITE DE FACTURATION
CURE THERMALE GYN	72 séances de soins ciblés	**494,69 €**
DOUBLE ORIENTATION GYN + VR	72 séances de soins GYN + 54 séances de soins VR	**+246,27 €**

Prix Limite de Facturation arrêté au 01/03/2021. Susceptibles de varier sous décret public.

Pris en charge par l'Assurance Maladie **p. 39**

Réservez votre cure **p. 38**

VOIES RESPIRATOIRES (VR)

DES AFFECTIONS DES VOIES RESPIRATOIRES ET ORL, TOUTES GÉNÉRATIONS CONFONDUES !

RHINOPATHIES CHRONIQUES DE L'ADULTE ET DE L'ENFANT | RHINITES ALLERGIQUES | RHINOSINUSITES | RHINOPLASTIE | RHINOPHARYNGITES RÉCIDIVANTES | SINUSITES AIGUËS RÉCIDIVANTES ET CHRONIQUES | PHARYNGITES | AMYGDALITES | LARYNGITES | OTITES (Y COMPRIS SÉROMUQUEUSES) | BRONCHITES | BPCO | DILATATION DES BRONCHES | SEVRAGE TABAGIQUE

DES SOINS SPÉCIFIQUES POUR GRANDS ET PETITS

- **Bain nasal et gargarisme**
- **Irrigation nasale**
- **Pulvérisation chaude ou froide**
- **Aérosol individuel**
- **Aérosol sonique**
- **Inhalation**
- **Cure de boisson**
- **Electro-Aérosol**
- **Rééducation respiratoire collective et individuelle**

3 SOINS DISPENSÉS UNIQUEMENT PAR LE MÉDECIN THERMAL

- **Insufflation de la trompe d'Eustache**
- **Douche pharyngienne**
- **Méthode de déplacement de Proëtz**

avis d'expert

Dr A. Garcia, médecin prescripteur et curiste en VR

Dépendant pendant plus de 20 ans d'un traitement antihistaminique pris chaque jour, pour une rhinite allergique et une toux chronique, une cure thermale deux années de suite m'a libéré définitivement de ma prison médicamenteuse. C'est la même raison qui fait que l'on côtoie de nombreux enfants accompagnés de leurs parents qui viennent soigner leur asthme ou leurs troubles respiratoires, pour s'en débarrasser souvent définitivement. De même les patients atteints de BPCO ont moins d'épisodes de surinfection bronchique, moins de difficultés respiratoires dans les mois qui suivent la cure thermale, et déclarent avoir récupéré un souffle qu'ils pensaient avoir définitivement perdu.

-18%

dans la fréquence et l'intensité des crises d'asthme 9 mois après cure chez les curistes concernés

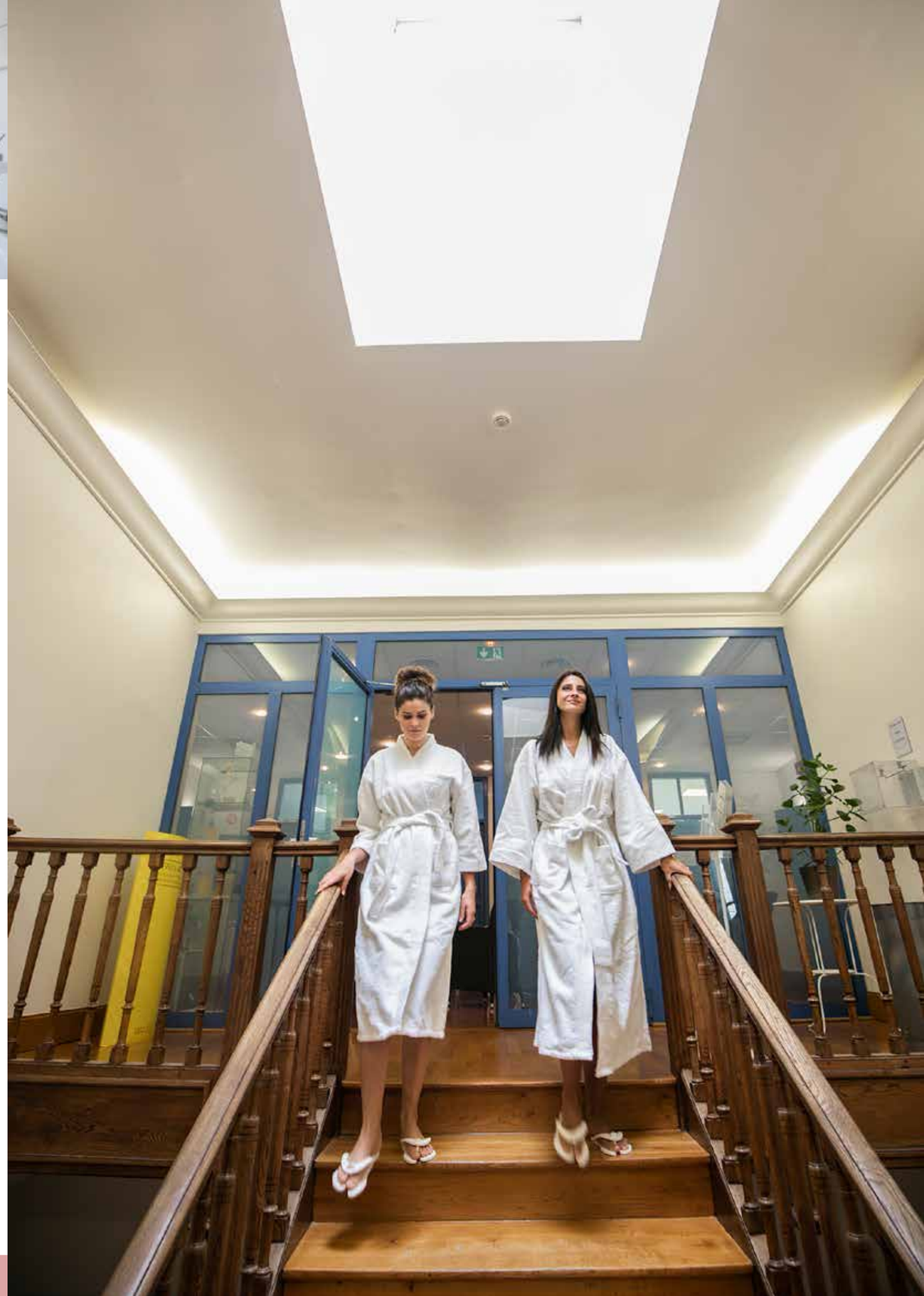
TARIFS

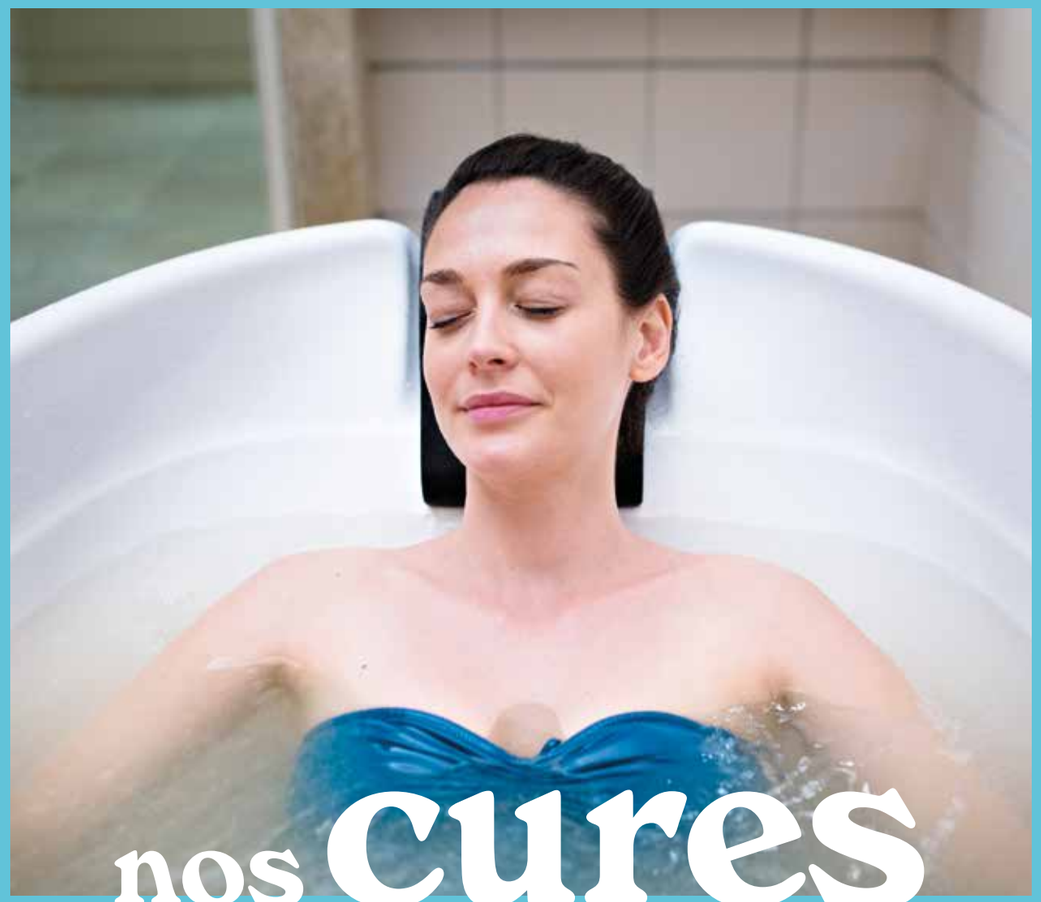
		PRIX LIMITE DE FACTURATION
CURE THERMALE VR	108 séances de soins ciblés	**494,54 €** Avec kinésithérapie collective **496,40 €** Avec kinésithérapie individuelle **635,40 €**
DOUBLE ORIENTATION VR + GYN	108 séances de soins VR + 36 séances de soins GYN	**+247,33 €**

Prix Limite de Facturation arrêté au 01/03/2021. Susceptibles de varier sous décret public.

Pris en charge par l'Assurance Maladie p. 39

Réservez votre cure p. 38





nos cures hautement médicalisées

En partenariat avec l'association, notre équipe de professionnels vous propose une prise en charge pluridisciplinaire de cette pathologie particulièrement douloureuse et très évolutive. Médecin, sage-femme, sophrologue, ostéopathe, kinésithérapeute, diététicien travaillent en équipe pour apporter une solution globale et personnalisée à chaque patiente.

ENDOmind FRANCE

EndoFrance
Association française de lutte contre l'endométriose
www.endofrance.org
Soutenir, Informer, Agir

ENDOMÉTRIOSE

À dates fixes

- **18 avril au 7 mai**
- **16 mai au 4 juin**
- **6 juin au 26 juin**
- **4 juillet au 23 juil.**
- **1er août au 20 août**
- **29 août au 17 sept.**
- **19 sept. au 8 oct.**
- **10 oct. au 29 oct.**

avis d'expert

Dr A. Garcia,
médecin prescripteur

*La cure thermale pour **Endométriose à Challes-les-Eaux** permet d'obtenir une importante amélioration de la Qualité de vie (diminution des douleurs, diminution de la fréquence des crises, diminution de la prise de médicaments, diminution de l'inflammation…) qui est ressentie dans les suites de la cure et les cures suivantes considérées comme très efficaces. Plus qu'une cure thermale classique, c'est une réelle prise en charge globale qui est assurée par une équipe pluridisciplinaire prenant en compte les aspects très variés de cette affection extrêmement douloureuse et traumatisante dans tout ce qui touche à la vie d'une femme: alimentation anti-inflammatoire, gestion de la douleur de type hypnose et sophrologie, groupe de parole encadré par une sage-femme qui accompagne chaque patiente, suivi psychologique, grande écoute du médecin thermal gynécologue. Il est arrivé que certaines patientes retrouvent une fertilité, d'autres viennent en pré-FIV pour se donner un maximum de chance.*

Un protocole de soins, activités et ateliers pour répondre à 3 objectifs :

Objectif 1

APPRENDRE À MIEUX COMPRENDRE L'ENDOMÉTRIOSE

- 1 consultation de phytothérapie (45 mn)

Objectif 2

ÉCHANGER / PARTAGER

- 1 réunion d'accueil et d'information
- 1 groupe de parole
- 1 atelier Féminité (60 mn)
- 1 atelier Gynéco-Anatomie (90 mn)

Objectif 3

SE RÉAPPROPRIER SON CORPS ET BÉNÉFICIER DE TECHNIQUES DE RELAXATION

- 1 séance collective de Pilates adaptée Endo (60 mn)
- 9 accès hammam
- 1 séance de sophrologie collective (60 mn)
- 1 conférence diététique sur l'alimentation anti-endométriose
- Au choix, 1 séance d'ostéopathie ou hypnose ericksonienne

TARIF			
	CURE GYNÉCOLOGIE	**Protocole en 3 étapes sur 20 jours**	**494,69 €** Avec kinésithérapie
	LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE		**+210 €**

Il n'y a pas de prise en charge du programme par l'Assurance Maladie. Des arrhes de 30 € sont demandées lors de la réservation.

AIDANTS
endométriose (GYN)

NOUVEAU !

Un programme établi en concertation avec l'association de patients endomind :

Objectif 1

MIEUX COMPRENDRE L'ENDOMÉTRIOSE

- 1 groupe de parole et d'échanges
- 1 accompagnement consultation médecin

Objectif 2

SE RELAXER ET SE DÉTENDRE

- 1 séance de sophrologie en duo
- 1 SPA LIBERTÉ (1 bain reminéralisant, 1 lit hydromassant, 1 hammam)

Objectif 3

RESSOURCER SON ESPRIT

- 1 séance collective au choix : Pilates, Yoga ou Yoga du son (60 mn)

Programme accompagant se déroulant sur une semaine entre le :

- 25 avril et le 7 mai
- 23 mai et le 4 juin
- 13 juin et le 26 juin
- 11 juillet et le 23 juil.
- 8 août et le 20 août
- 5 sept. et le 17 sept.
- 26 sept. et le 8 oct.
- 17 oct. et le 29 oct.

TARIF	AIDANTS ENDOMÉTRIOSE	
	LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE	+120 €

Il n'y a pas de prise en charge du programme par l'Assurance Maladie. Des arrhes de 30 € sont demandées lors de la réservation.

les mini cures

Pour tous ceux que leur emploi du temps mobilise, santé et vie active ne sont plus incompatibles. Les Thermes de Challes-les-Eaux déclinent pour vous une mini-cure « véritable concentré de cure thermale ».

Une visite préalable

EST NÉCESSAIRE, LE MÉDECIN THERMAL PERSONNALISANT VOTRE PROGRAMME DE SOINS. VOUS RETIREZ AINSI UN MAXIMUM DE BIENFAITS DE VOTRE CURE.

Honoraires en sus non remboursés par l'Assurance Maladie

SUR MESURE*

VR 40 SOINS / 6 JOURS
GYN 25 SOINS / 6 JOURS

Véritable concentré de cure thermale, cette mini-cure, orientée selon vos besoins en **Gynécologie** ou en **Voies Respiratoires**, “a tout d’une grande”. Décliné en 6 jours, le programme de 4 soins quotidiens en Gynécologie ou 6 en voies respiratoires est personnellement prescrit par un médecin thermal.

Découvrez nos hébergements
p. 30
Tarif hébergement 6 jours en mini cure à partir de
85 €/jour
par personne

VR
252€*

Voies Respiratoires, soins obligatoires :

6 soins quotidiens au choix parmi :
- Irrigation nasale
- Gargarisme
- Pipette
- Pulvérisation chaude
- Aérosol
- Ionaérolise
- Inhalation collective

GYN
285€*

4 soins quotidiens au choix parmi :
- Bain thermal
- Irrigation vaginale
- Pulvérisation vulvaire et cervico-vaginale
- Compresse thermale
- Cataplasme d’argile

+
Accès libre au Hammam

* Les mini-cures thermales ne sont pas prises en charge par l’Assurance Maladie. La consultation médicale de début de cure n’est pas prise en charge par la CPAM et vient en sus de ce tarif, elle est à régler directement au médecin thermal. Acompte de 30 % du montant à verser lors de la réservation.

FUTURE MAMAN*

8 SOINS / 2 JOURS

Préparer l'arrivée de bébé… Un programme de 2 jours pour une prise en charge globale grâce à une équipe pluridisciplinaire : sophrologue, esthéticienne… Conçue pour le bien-être et la prévention, cette mini-cure apporte sérénité à une période exceptionnelle et, de bons conseils pour préparer dans des conditions optimales l'arrivée de bébé.

295€*

Relaxation
- 1 séance de Lit Hydromassant (20 mn)
- 1 séance individuelle de Sophrologie (1h)
- 1 bain bouillonnant (15 mn)

Plaisir
- 1 massage spécifique « femme enceinte et Rebozzo » (1h)
- 1 modelage du Crâne (15 mn)
- 1 soin Découverte Fondamental par Sothys (30 mn)

Connaissance/Conditionnement
- 1 consultation individuelle d'Ostéopathie (1h)
- 1 séance de Gymnastique Posturale Prénatale adaptée (30 mn)

JEUNE MAMAN*

10 SOINS / 3 JOURS

Pour souffler après la naissance de votre enfant, un programme de 3 jours permet d'évacuer le stress, retrouver la ligne et glaner une foule de bons conseils auprès de différents professionnels.

310€*

Découvrez nos hébergements
p. 30
Tarif hébergement 3 jours en mini cure à partir de
85 €/jour
par personne

Lien parent-enfant & silhouette
- 1 bain hydromassant parent-enfant (20 mn)
- 1 atelier apprendre à masser bébé atelier individuel (30 mn)
- 1 séance de gym posturale avec bébé

Silhouette & minceur
- Minceur : 1 Cellu M6 (35 mn)
- Minceur : 1 enveloppement détoxifiant sur lit flottant (20 mn)
- Minceur : 1 douche au jet sculptant (10 mn)

Silhouette & plaisir égoïste
- Plaisir : 1 hammam en accès libre
- Plaisir : 1 bain bouillonnant (15 mn)
- Plaisir : 1 modelage du dos (15 mn)
- Plaisir : 1 massage Décontractant (45 mn)

* Les mini-cures thermales ne sont pas prises en charge par l'Assurance Maladie. La consultation médicale de début de cure n'est pas prise en charge par la CPAM et vient en sus de ce tarif, elle est à régler directement au médecin thermal. Acompte de 30 % du montant à verser lors de la réservation.

JEÛNE ET RANDO* NOUVEAU !

28 SOINS / 6 JOURS

Un programme établi par des professionnels (médecin et accompagnateurs de séjour formé par la FFJR), fondé sur un jeûne hydrique de type Buchinger.

610€*

Découvrez nos hébergements
p. 30
Tarif hébergement 6 jours en mini cure à partir de
85 €/jour
par personne

ÉTAPE 1 : PRÉPARER LE JEÛNE
- 1 atelier préparation à la descente nutritive et la reprise nutritive (45 mn)
- 1 réunion d'information collective (60 mn)
- Bilan d'entrée : discussion et échange autour du bouillon
- Discussion et échange autour du jus du soir
- 1 atelier découverte phytothérapie (75 mn)
- 1 conférence sur la présentation du jeûne

ÉTAPE 2 : ADAPTER SON CORPS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE
- 5 marches collectives (120 mn)
- 2 SPA LIBERTÉ (1 bain reminéralisant, 1 lit hydromassant, 1 hammam)

ÉTAPE 3 : RESSOURCER SON ESPRIT
- 1 séance de yoga du son (60 mn)
- 1 atelier collectif de gestion du stress par la méthode de « The Work de Byron Katie »
- 2 séances de sophrologie (60 mn)

À dates fixes

- **14 fév. au 19 fév.**
- **25 avril au 30 avril**
- **29 août au 3 sept.**
- **24 nov. au 29 nov.**

Groupe de 4 à 12 personnes (en dessous de 4 personnes, le séjour est annulé)

* Les mini-cures thermales ne sont pas prises en charge par l'Assurance Maladie. La consultation médicale de début de cure n'est pas prise en charge par la CPAM et vient en sus de ce tarif, elle est à régler directement au médecin thermal. Acompte de 30 % du montant à verser lors de la réservation.

optimisez votre cure

Dans un espace privilégié ouvrant sur la nature, le Service Premier vous accueille de façon personnalisée : la fréquentation est volontairement limitée à 12 curistes. Petits et grands bénéficiez des soins à votre rythme !

Découvrez notre Spa thermal

OUVERT DU MARDI AU SAMEDI DE 9H À 18H. RÉSERVEZ AU 04 79 71 06 28

L'Institut de BEAUTÉ

Notre institut prodigue soins de détente, soins modelages et soins esthétiques.

Le top 5 de nos soins Spa & Beauté

Des soins au masculin

Les hommes ne sont pas oubliés dans nos instituts, eux aussi peuvent bénéficier de soins qui leur sont réservés. Au programme : soin détoxifiant homme entre autres.

** Nos massages, réalisés par des esthéticiennes diplômées, n'ont pas de vocation thérapeutique et ne se substituent pas aux massages médicaux réalisés par un kinésithérapeute.*

1

GRAND RITUEL CORPS ET VISAGE 115€
REN'ESSENCE PAR SOTHYS (75 MN)
Ce grand rituel ultra-complet allie un Soin Visage Oxygénant, avec exfoliation, modelage détoxifiant et masque cocon végétal, suivi d'un Massage* 100 % sur mesure du corps. Évasion et renouveau garanti, de la pointe des pieds au sommet du crâne.

2

MASSAGE* PROFOND 85€
NUTRI-DÉLASSANT PAR SOTHYS (60 MN)
Un massage* de haute qualité inspiré du Deep Tissue, spécialement conçu pour apporter confort et détente absolue. À recommander aux sportifs, pour tonifier ou réconforter avant ou après la pratique sportive, ou aux amateurs de massages « premium » pour détendre tous les muscles du corps en profondeur, et redonner de la souplesse aux peaux sèches.

3

MASSAGE* RELAXANT 100 % 65€
SUR MESURE PAR SOTHYS (40 MN)
Choisissez votre texture préférée : huile nourrissante, crème douce et onctueuse, cire fondante ou beurre de karité. 5 évasions au choix : citron & petitgrain - fleur d'oranger & bois de cèdre - cannelle & gingembre - frangipanier & prune - Sothys homme - pour un modelage complet et cocon.

4

MASSAGE* RELAXATION INTENSE 65€
AUX HUILES ESSENTIELLES
REN'ESSENCE (40 MN)
Ce rituel ultra-complet et naturel invite à faire « peau neuve » de la façon la plus suave : modelage profond, étirements, bercements du corps se conjuguent, pour retrouver vitalité et énergie.

5

SOIN EXCELLENCE ANTI-ÂGE 120€
« SECRETS » PAR SOTHYS (90 MN)
Découvrez la perfection d'un rituel Visage de luxe par Sothys : hydratation, anti-âge, éclat. Le Soin Secrets de Sothys® conjugue avec excellence un ingrédient breveté de haute qualité – les cellules souches de Rose et les gestes experts de l'esthéticienne en 8 étapes : démaquillage sensation, gommage ultra-efficace, modelages d'exception, masques haute performance, lissage final effet glaçon et remise en beauté sublimatrice. Une parenthèse de bien-être inoubliable et un visage éblouissant de jeunesse.

L'Option SANTÉ ACTIVE

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

FORMULE MINI
3 ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE ET SANTÉ AU CHOIX
75€*

FORMULE CLASSIC
6 ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE ET SANTÉ AU CHOIX
150€*

ACTIVITÉS *Bien-être*

DOUCHE AU JET

10 mn - Cette douche tonifiante agit tel un pétrissage décontracturant, souverain pour dénouer les points de tension. Orientée sur les rondeurs superflues et les capitons, elle stimule également le drainage des tissus et relance le processus d'élimination.

ENVELOPPEMENT AROMATIQUE SUR LIT FLOTTANT

20 mn - Un doux enveloppement aromatique sur un matelas d'eau tiède, Soin détoxifiant, relaxant et décontractant.

PRESSOTHÉRAPIE

30 mn - Bottes pressurisées pour activer la circulation des retours veineux et lymphatiques.

MODELAGE AROMATIQUE DU DOS

20 mn - Modelage doux aux huiles essentielles pour suspendre le stress et dénouer les tensions.

POWERPLATE

Exclusif Classic

30 mn - Sculptez votre corps par un travail musculaire sur une plateforme vibrante, encadré individuellement par un coach.

BAIN HYDROMASSANT

15 mn - Dispensé dans une baignoire, ce soin revitalise l'ensemble du corps. Le massage est assuré par de multiples et puissants jets d'eau qui procurent une intense sensation de bien-être.

MODELAGE TÊTE OU MAINS OU PIEDS

15 mn - Modelage ciblé, doux et habillé pour suspendre le stress et se relaxer.

HAMMAM

Pack de 2 séances - Dans une salle humide, les bienfaits de l'eau pulvérisée créent une ambiance de vapeur aux douces effluves d'eucalyptus associés à la luminothérapie, pour une parfaite détente.

* DES ARRHES DE 30€ SONT DEMANDÉES À LA RÉSERVATION.

ACTIVITÉS *Santé*

SÉANCE DE SOPHROLOGIE COLLECTIVE

60 mn - Dispensée par un sophrologue, cette séance permet d'apprendre les techniques de relaxation pour mieux gérer stress et douleurs.

PILATES

60 mn - Accessible à tous, cette gymnastique douce raffermit le corps en douceur et en profondeur. Équilibre et maintien sont les maîtres-mots de cette activité fondée sur la respiration et la maîtrise posturale.

YOGA

60 mn - Dispensé par un thérapeute spécialisé, apprenez des techniques de relaxation afin de mieux gérer votre stress et vos douleurs, pour une meilleure détente mentale et musculaire.

YOGA DU SON

60 mn - Apprenez à utiliser votre voix comme un outil de bien-être pour travailler souffle et posture. Le son harmonise la respiration, améliore la détente et aide dans la gestion de la douleur.

LIT HYDROMASSANT

15 mn - Étendu sur un matelas d'eau chaude, des jets parcourent votre corps et vous massent en mouvements circulaires. Un moment de relaxation et de décontraction assuré.

MARCHE NORDIQUE

60 mn - Initiez-vous à cette technique de marche avec bâtons qui mobilise l'ensemble du corps. Grâce aux bâtons, repartez sur les sentiers en apprenant à économiser vos articulations inférieures. C'est un exercice physique qui se veut aussi efficace que ludique.

ACCÈS ILLIMITÉ SALLE DE SPORT

Une semaine de libre-accès à la salle de sport pour faire des exercices sur appareils (tapis de course à inclinaison, vélo, rameur, vélo elliptique)

votre hébergement

Hôtel, résidence, location, camping…
Les possibilités d'hébergements et de restauration sont nombreuses pour faire un choix ! Chaque option présente ses avantages et la meilleure formule est fonction de vos envies et de votre budget.
Voici quelques pistes pour vous aider.

Sur la base d'un forfait hébergement (21 nuits/18 jours), à partir de
60€ nets TTC
par nuit par personne

La Maison aux Iris***

Au cœur du grand parc thermal, une coquette résidence à 2 pas du centre-ville. Ce ravissant chalet savoyard au décor de bois abrite 4 appartements de charme de 2 à 5 personnes.

CATÉGORIE			TARIF FORFAIT 21 NUITS
	Appartement 2 pièces	38 m²	dès 1260 €
	Appartement 2 pièces	41 m²	dès 1260 €
	Appartement terrasse	64 m²	dès 1449 €

Confort

- Cuisine intégrée tout équipée
- Point wifi
- Petits-déjeuners (sur commande)

Atouts

- Jardin privé
- Parking privé
- Animaux acceptés
- Loggia / terrasse ou balcon

Votre cure et votre hébergement en un appel ou un clic

01 42 65 24 24
reservations@chainethermale.fr
www.chainethermale.fr

Tél. résidence : 04 79 71 06 20

Ouvert toute l'année

autour & alentours

Il fait bon vivre à Challes-les-Eaux, petite ville de Savoie, aux pieds des Alpes et entourées de vignobles. De part et d'autre de la ville, s'élèvent les massifs des Bauges et de la Chartreuse, classés parcs naturels régionaux, qui font de Challes un îlot de verdure. C'est aux chevaliers de Challes, établis au XIVe siècle, que la station thermale doit son nom. En ville, vous pourrez encore admirer le château du XVe siècle qui en témoigne.

Challes-les-Eaux ET SA RÉGION

Culture & patrimoine

Les grands lacs

- Le Lac Saint André, moulin à papier de la Tourne (8 km).
- Le lac d'Aiguebelette (10 km) : Maison du Lac, plage, activités nautiques.
- Le Lac de la Thuile (13 km).
- Aix-les-Bains : musée Faure, port, thermes, lac du bourget (25 km).

La vallée de la Maurienne

(de 40 à 130 km)

Le musée Opinel à Saint-Jean-de-Maurienne, le musée de Félicien à Argentine, le grand filon à Saint-Georges-d'Hurtières, les villages typiques de Haute-Maurienne, la route des grands cols.

Des villes célèbres

- **Chambéry** ville d'art et d'histoire (6 km) : château des Ducs, vieille ville, les Charmettes, musée des beaux-arts : pour découvrir la vielle ville, suivez le circuit des éléphants.
- **Montmélian** (10 km) : cette ancienne citadelle des ducs de Savoie, assiégée à plusieurs reprises par les rois de France avant d'être démantelée par Vauban, conserve de nombreux témoignages de son riche passé. Pensez à visiter le Musée régional de la Vigne et du Vin.
- **Albertville et cité des Conflans** (47 km).
- **Annecy, lac et vieille ville** (55 km).
- **Grenoble** (52 km), **Genève** (93 km), **Lyon** (108 km) sont des villes riches en monuments historiques.

Des abbayes

- Abbaye et fort de Tamié (53 km).
- Abbaye d'Hautecombe (40 km).

Des musées

- Musée de l'ours des cavernes (20 km).
- Musée de la Vigne et du Vin, fort de Montmélian (10 km).
- Écomusée de la Combe de Savoie (35 km).
- Maison Faune-Flore, chapelle de Bellevaux (40 km).

Culture & patrimoine

Et d'autres idées de balades...

- Sanctuaire de Myans (4 km).
- Col du Granier (15 km).
- Grotte de Saint-Christophe (27 km).
- Château de Miolans (25 km).
- Chartreuse d'Aillon, espace visite de la fromagerie (20 km).
- Belvédère du Revard (27 km).
- Pont de l'Abîme, grottes de Banges, pont du Diable (35 km).
- Belvédère de la Chambotte (40 km).
- Canal de Savière, moulin à huile à Chanaz (42 km).
- L'Isère : fort Barraux, château et funiculaire du Touvet.

La découverte d'un terroir riche : vignobles et découvertes

Le circuit des vignobles de Savoie et la route des fromages vous conduiront d'une vallée à l'autre à la découverte de villages typiques, de vignerons passionnés (labellisés de la Combe de Savoie), de coopératives laitières au savoir-faire ancestral...
Plus d'informations :
www.vignobles.coeurdesavoie.fr

Loisirs et culture

À Challes : parc de loisirs et plan d'eau

Un espace de détente pour toute la famille : aires de jeux, et de pique-nique, buvette de mai à septembre, pêche, tennis, parcours de santé, vélo (pistes cyclables), paintball, planeur (la ville possède un important centre de vol à voile), minigolf, pétanque. Le parc de loisirs de Challes est pratique pour vos promenades et joggings, doté d'un plan d'eau (la baignade est autorisée et surveillée l'après-midi de fin juin à fin août).

Quant aux petits curistes, la station a tout particulièrement pensé à eux, en organisant des animations spécialement conçues à leur attention (tir à l'arc, jeux de ballons, travaux manuels etc.).

En hiver, vous pourrez aller skier, dans un rayon de 100 kilomètres autour de Challes. La Féclaz, Les Aillons, ou les stations prestigieuses de Maurienne et Tarentaise. comme Courchevel. De quoi vous concocter un sympathique programme !

Les Rendez-vous annuels

CASINO

FOOT EN SALLE, FOOT BULLE, KID PADDLE

JEU D'ÉVASION

BRIDGE

CINÉMA

MÉDIATHÈQUE

SORTIES EN CAR TOUTE L'ANNÉE
(réservations à l'office de tourisme).

EXPOSITIONS
tous les 15 jours à l'office de tourisme.

VISITES GUIDÉES
avec conférenciers en été.

DÎNERS ŒNOLOGIQUES
au château des comtes de Challes tous les jours (sur réservation).

LES SPECTACLES MUSICAUX
ne sont pas en reste avec des concerts gratuits tous les derniers vendredis du mois.

POUR EN SAVOIR PLUS, CONTACTER L'OFFICE DE TOURISME AU 04 79 72 86 19

carnet pratique

Vous voilà prêt à réserver un séjour thermal dans notre station : voici toutes les informations qui vous aident à préparer votre venue aussi bien sûr le plan administratif que pratique. Notre Centrale de réservation se tient à tout moment à votre écoute pour répondre à vos questions et vous accompagner dans vos démarches.

VENIR
à Challes-les-Eaux

SAVOIE
AUVERGNE - RHÔNE-ALPES

Il fait bon vivre
à Challes-les-Eaux,
petite ville de Savoie,
située aux pieds des Alpes
et entourée de vignobles...

L'OFFICE DU TOURISME DE CHALLES-LES-EAUX
www.challes-les-eaux.fr
1374 avenue de Chambéry,
73190 Challes-les-Eaux
Téléphone : 04 79 72 86 19

MAIRIE DE CHALLES-LES-EAUX
171 avenue Charles Pillet,
73190 Challes-les-Eaux
Téléphone : 04 79 72 80 91

en voiture

GPS 45.55 - 5.9833
- **de Genève, Annecy ou Grenoble** par la nationale N6, à Chambéry, prendre la direction Albertville jusqu'à Challes-les-Eaux (6 km).
- **de Grenoble par l'autoroute A41,** sortie Challes-les-Eaux.
- **de Lyon par l'autoroute A43** (Carte Michelin n° 333).

en train

- **Gare TGV Chambéry et Aix-les-Bains** puis liaison régulière avec Chambéry.
- **Des gares à la station :** Correspondance pour Challes-les-Eaux en bus urbain STAC ligne 8 ou par taxi.
  Info Bus : 04 79 68 73 73.

en avion

Aéroports à votre disposition :
- Chambéry (10 km).
- Lyon Saint-Exupéry (90 km).
- Genève (90 km).

covoiturage

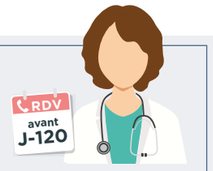
Pensez au covoiturage
pour partager les frais de route
et des moments de convivialité.

Pour visiter
nos établissements et
découvrir nos soins avant
de réserver, participez aux
Journées découverte
NOUS CONSULTER AU 04 79 71 06 28

Réservez et préparez
VOTRE CURE

1

Consultez votre médecin



Au plus tard au cours du trimestre qui précède votre cure !

Il prescrit votre cure en fonction de votre état de santé. Il indique sur la prise en charge de l'Assurance Maladie la ou les orientations thérapeutiques et la station thermale recommandée pour votre pathologie.
Complétez les rubriques vous concernant, notamment « ressources » pour étudier vos droits éventuels à des forfaits de déplacement et d'hébergement. Adressez ensuite ce formulaire à votre caisse d'Assurance maladie habituelle pour l'accord.

> Le retour de votre prise en charge doit vous parvenir dans un délai de 1 mois : vérifiez-la !
> **Consultez ameli.fr** pour accéder à votre prise en charge. En cas de refus, les arrhes de garantie de réservation thermale vous seront remboursées, sur justificatif.

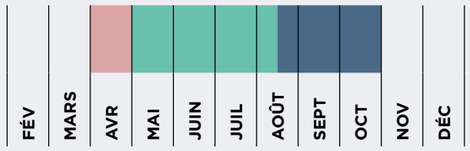
2

Pensez à vos dates de cure

Réservez le plus tôt possible

= plus de latitude pour le choix de vos dates et tranches horaires d'entrée en soins.

Réservez votre cure thermale avant votre hébergement !



Affluence : très forte moyenne faible

3

Comment réserver votre cure thermale ?

sur notre site **www.chainethermale.fr** en réglant directement les arrhes de garantie de réservation par carte bancaire

Tél. 01 42 65 24 24 ou par mail à reservations@chainethermale.fr

Par courrier à l'**adresse de la station choisie** en remplissant la fiche de réservation adaptée + un chèque d'arrhes de garantie de réservation thermale.

Prenez rendez-vous directement avec le médecin thermal de votre choix avant votre arrivée.

Pensez à la garantie Assurance-Annulation Interruption de cure avec **THERMASSISTANCE** (voir le formulaire à l'avant dernière page de ce livret).

Votre cure et votre hébergement en un appel ou un clic

4

Préparez votre cure

- **Prenez rendez-vous avec le médecin thermal avant votre arrivée en cure.** Chaque établissement vous fournira ses coordonnées.
- **Rassemblez les documents à présenter sur place :** votre carte vitale, les volets 1 et 2 de votre prise en charge, votre reçu d'arrhes, le courrier de votre médecin traitant, vos radios et/ou dernières analyses de sang
- **Ne pas oublier de mettre dans sa valise :** bonnet et sandales de bain antidérapantes, maillot de bain, votre sac de cure (si vous êtes déjà curiste). Peignoirs de bain et serviettes fournis durant votre cure.

Votre journée de cure

Les soins se déroulent du lundi au samedi, jours fériés inclus (pas de soins le dimanche). Suivant l'orientation thérapeutique, ils durent entre 1 h 30 et 2 h. Le planning de soins est préalablement établi pour vous, en fonction de la prescription du médecin thermal.

Votre
REMBOURSEMENT

1

Vos frais médicaux
(VOLET 1)

3 visites médicales obligatoires avec le médecin thermal (80 € minimum)
- **70 %** sur la base des tarifs conventionnels
- **ou 100 %** de ce même tarif en cas d'exonération du ticket modérateur

2

Votre cure thermale de 18 jours de soins*
(VOLET 2)

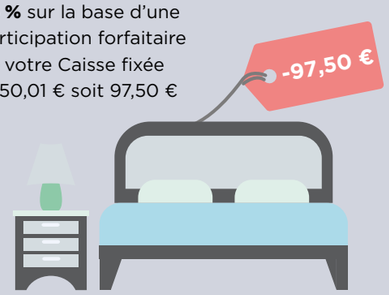
1 seule cure par an et par personne
- **65 %** du Tarif Forfaitaire de Responsabilité (T.F.R.)
- **ou 100 %** en cas d'exonération du ticket modérateur (hors complément tarifaire)

* hors frais des soins de confort

3

Vos frais d'hébergement
(VOLET 3)
(remboursement soumis au plafond de ressources*)

- **65 %** sur la base d'une participation forfaitaire de votre Caisse fixée à 150,01 € soit 97,50 €



4

Vos frais de transport
(VOLET 3)
(remboursement soumis au plafond de ressources*)

Par train ou voiture, sur la base d'un aller/retour SNCF 2e classe (pièces justificatives demandées)
- **65 %** du prix du billet
- **ou 100 %** en cas d'exonération du ticket modérateur

** Pour bénéficier du remboursement de vos frais de transport et d'hébergement, vous devrez adresser à votre caisse d'assurance maladie, au retour de votre cure, le volet 3 du formulaire de prise en charge ainsi que les justificatifs de transport. Selon les ressources de votre foyer, l'Assurance Maladie peut prendre en charge vos frais de transport et d'hébergement : pour une cure prescrite en 2020, vos ressources de 2019 ne doivent pas dépasser un plafond fixé à 14 664,38 €. Ce plafond (en vigueur depuis 2010) est majoré de 50 % - soit 7 332,19 € - pour votre conjoint et pour chaque ayant droit à votre charge (enfant, partenaire lié par un pacte civil de solidarité, etc.)*

Nouveau

LE CLUB THERMAL

Le Club de Fidélité et de Parrainage des amis de la Chaîne Thermale du Soleil

Nos programmes de Fidélité et de Parrainage évoluent, pour vous offrir une nouvelle expérience, plus agréable, plus dynamique, 100 % en accord avec vos attentes de curiste.

Le concept du Club Thermal est simple : accompagner votre santé au quotidien et vous offrir une expérience de cure optimale.

Dans ce programme, vous ne compterez pas vos points, mais vous bénéficierez de nombreux avantages, en fonction de votre statut : BLEU, ARGENT ou OR. Votre statut évolue en fonction de votre fidélité et des services et prestations réservées dans nos stations.

Pour adhérer au Club Thermal, c'est très simple

Si vous avez renseigné une adresse email auprès de notre Service Clientèle, vous recevrez une **invitation** à rejoindre le Club Thermal. En cliquant sur le lien, vous pourrez vous inscrire au programme.
Que vous ayez déjà adhéré ou pas encore, découvrez tous les avantages de notre nouveau programme sur www.club-thermal.com

Que deviennent Thermes+ et Club des amis ?

Ces deux programmes ont été dissous le 31 décembre 2020. Mais **votre "historique"** de curiste, a lui été renseigné sur la plateforme du Club. Vous démarrerez donc avec un statut à jour !

Une plateforme web personnalisée

Vous pouvez accéder à tout moment à votre espace personnel digital du Club
Une fois connecté sur votre compte, vous avez accès à :

- **Votre Profil personnel,** votre Statut Membre et la liste des avantages qu'il confère
- **Des contenus santé et bien-être de grande qualité :** cours de sport en vidéo, dossiers santé, recettes de cuisine diététique…
- **Un espace Parrainage** pour inscrire vos filleuls potentiels et suivre vos parrainages.

Inscrivez-vous vite !
www.club-thermal.com

ÉVALUEZ
les bienfaits de votre cure

1

Votre suivi médical de cure

Un questionnaire électronique, validé par un médecin référent, anonyme, gratuit, en fonction de votre pathologie vous est envoyé sur votre adresse email après votre cure puis à 3, 6, 9 mois. 10 mn pour répondre et permettre ainsi de mieux évaluer symptômes, douleurs, consommation de médicaments et qualité de vie. Les données collectées aident à mesurer les effets thérapeutiques de la cure dans le temps et évaluer les prestations de soins pour les améliorer.

2

Des résultats médicaux quantifiables

Cet outil constitue ainsi un véritable observatoire des bénéfices physiologiques, psychologiques et sociaux résultant du traitement thermal dont voici quelques données capitales

VOIES RESPIRATOIRES (VR)

46%
des curistes concernés avaient réduit leur traitement de fond, encore 9 mois après cure

GYNÉCOLOGIE (GYN)

+25%
de bien-être ressenti 9 mois après cure

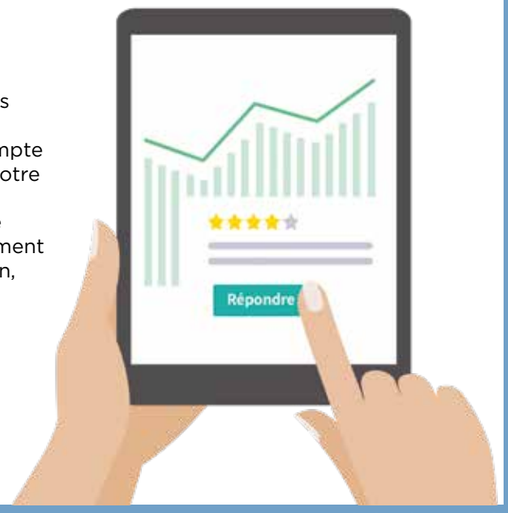
3

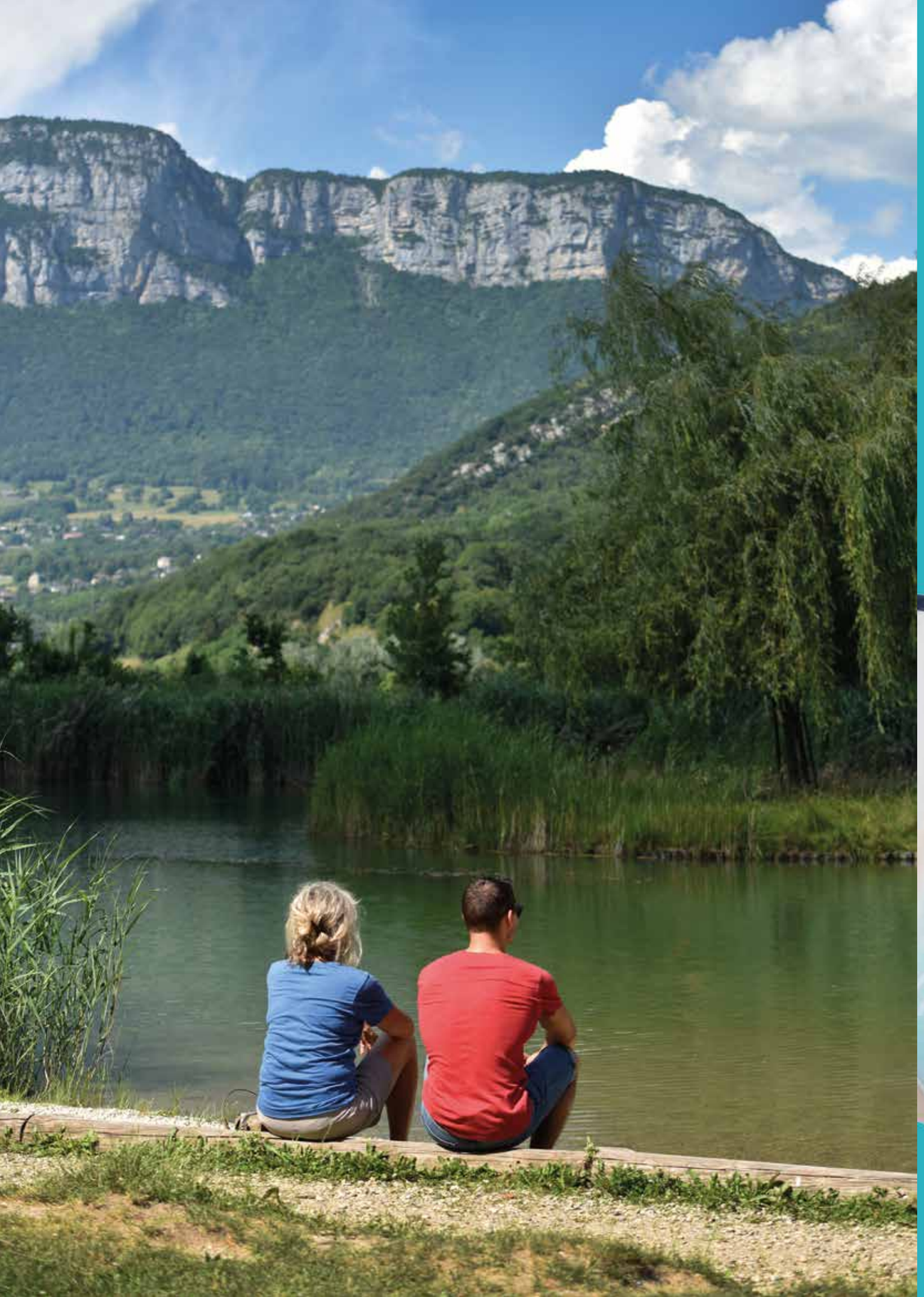
Répondez aux 3 questionnaires par e-mail

Nous vous envoyons 3 questionnaires à 3 moments différents de votre cure :
- Lors de votre réservation
- Pendant votre cure
- À votre retour

Si vous prenez la peine d'y répondre, vous participez directement à l'amélioration en temps réel des prestations que nous mettons à votre disposition. Nous tenons compte de vos remarques pendant votre parcours de réservation. Pendant la cure et si vous ne vous manifestez pas directement à la Direction de votre station, nous prenons en compte les points évoqués pour les résoudre en direct. Après votre cure, votre ressenti nous est essentiel.

Donnez votre avis en 10 minutes !





à rapporter chaque année : votre sac de cure

SERVICE APRÈS-VENTE

IL SE DÉCHIRE ?
Sac remplacé

OUBLI OU PERTE ?
Prêt pour la journée d'un sac souple

UN 2e EXEMPLAIRE ?
Disponible en boutique : 2 €

PRATIQUE

ÉCOLOGIQUE
Sac unique et réutilisable

Gratuit lors de votre première cure ou en vente dans nos boutiques

THERMES DE CHALLES-LES-EAUX
73190 CHALLES-LES-EAUX
Email : challesleseaux@chainethermale.fr
www.chainethermale.fr

Ouverts du 28 mars (VR), du 11 avril (GYN) au 29 octobre 2022

CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

VOTRE RÉSERVATION AVEC UN NUMÉRO UNIQUE
01 42 65 24 24
ou par mail
reservations@chainethermale.fr

FICHE D'INSCRIPTION

1er CURISTE		2e CURISTE	
Nom :		Nom :	
Nom de jeune fille :		Nom de jeune fille :	
Prénom :		Prénom :	
Date de naissance (jj/mm/aa) :		Date de naissance (jj/mm/aa) :	
Adresse :		Adresse :	
Code postal/Ville :		Code postal/Ville :	
Tél. fixe :	Portable :	Tél. fixe :	Portable :
Email :		Email :	

COORDONNÉES MÉDECIN(S) PRESCRIPTEUR(S) DE CURE

1er CURISTE		2e CURISTE	
Nom :	Prénom :	Nom :	Prénom :
Adresse :		Adresse :	
Code postal :	Ville :	Code postal :	Ville :

CURE MÉDICALE DE 18 JOURS – REMBOURSÉE PAR L'ASSURANCE MALADIE (CPAM OU AUTRES)

21 jours de cure dont 18 jours de soins (dimanche non compris) :
seule durée de cure reconnue légalement pour être prise en charge par votre organisme social

	1er CURISTE	2e CURISTE
Êtes-vous pris en charge ?	Oui ☐ Non ☐	Oui ☐ Non ☐
Votre n° d'immatriculation Sécurité Sociale		
Votre mutuelle		

TRAITEMENT THERMAL – REMBOURSÉ PAR L'ASSURANCE MALADIE (CPAM OU AUTRES)

1er CURISTE		2e CURISTE	
1re orientation* : VR uniquement ☐	GYN uniquement ☐	**1re orientation*** : VR uniquement ☐	GYN uniquement ☐
2e orientation* : VR + GYN ☐	GYN + VR ☐	VR + GYN ☐	GYN + VR ☐

GYN : Gynécologie - VR : Voies Respiratoires

MÉDECIN DE CURE

	1er CURISTE	2e CURISTE
Si vous êtes déjà curiste à Challes-les-Eaux		
Nom de votre médecin de cure		

Prenez rendez-vous directement avec le médecin thermal de votre choix avant votre arrivée.

MINI-CURES – NON REMBOURSÉES PAR L'ASSURANCE MALADIE (CPAM OU AUTRES)

Acompte de 30 € du montant à verser lors de la réservation			1er CURISTE	2e CURISTE
SUR MESURE **VR**	(6 JOURS)	**252 €**/personne	☐	☐
SUR MESURE **GYN**	(6 JOURS)	**285 €**/personne	☐	☐
FUTURE MAMAN	(2 JOURS)	**295 €**/personne	☐	☐
JEUNE MAMAN	(3 JOURS)	**310 €**/personne	☐	☐
JEÛNE ET RANDO	(6 JOURS)	**610 €**/personne	☐	☐

CURE HAUTEMENT MÉDICALISÉE* – NON REMBOURSÉE PAR L'ASSURANCE MALADIE (CPAM OU AUTRES)

Arrhes de 30 € à verser lors de la réservation* ***Calendrier : se renseigner auprès de la station***		1er CURISTE	2e CURISTE
ENDOMÉTRIOSE	**210 €**/personne	☐	☐
AIDANTS ENDOMÉTRIOSE	**120 €**/personne	☐	☐

OPTION SANTÉ-ACTIVE – NON REMBOURSÉE PAR L'ASSURANCE MALADIE (CPAM OU AUTRES)

Arrhes de 30 € à verser lors de la réservation		1er CURISTE	ACCOMPAGNANT OU 2e CURISTE
OPTION SANTÉ-ACTIVE CLASSIC	**150 €**/personne	☐	☐
OPTION SANTÉ-ACTIVE MINI	**75 €**/personne	☐	☐

VOS DATES DE CURE CONVENTIONNÉE OU MINI-CURE

DATE DE DÉBUT DE CURE SOUHAITÉE	1er CURISTE	2e CURISTE
1re date souhaitée	___/2022	___/2022
2e date souhaitée (au cas où la 1re date serait indisponible)	___/2022	___/2022

Début des soins: La tranche horaire souhaitée d'entrée en soins ne pourra être accordée que dans la mesure des **places disponibles** au moment de la réception de la confirmation de votre réservation thermale accompagnée des arrhes de garantie de réservation thermale.

Pour les mini-cures: inutile de sélectionner une tranche horaire d'entrée en soins

1er CURISTE	2e CURISTE
Entre 8h30 et 11h00 ☐	Entre 8h30 et 11h00 ☐
Entre 11h00 et 13h00 ☐	Entre 11h00 et 13h00 ☐
Entre 13h00 et 15h00 ☐	Entre 13h00 et 15h00 ☐
Entre 15h00 et 17h00 ☐	Entre 15h00 et 17h00 ☐

VOTRE SOUHAIT D'HÉBERGEMENT À LA CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

*Arrhes de 30 % du montant total du séjour : prestations hébergement + programmes ou activités complémentaires optionnels (dispense des arrhes thermales)	1er CURISTE	2e CURISTE
	Date d'arrivée: ___/___/2022 Date de départ: ___/___/2022	Date d'arrivée: ___/___/2022 Date de départ: ___/___/2022
Heure approximative d'arrivée:	.... h	.... h ....
LA MAISON AUX IRIS*** Appartement 2 pièces ☐ Appartement 3 pièces ☐	☐	☐
Nombre de curistes: ☐ Nombre d'adultes: ☐ Nombre d'enfants: ☐		
Lit supplémentaire ☐ Animal domestique ☐	☐	☐

Nos Hôtes(ses) vous contacteront par téléphone pour finaliser votre réservation d'hébergement.

VOTRE RÈGLEMENT DE CURE SANS HÉBERGEMENT – ARRHES DE GARANTIE DE RÉSERVATION / ACOMPTE

TOUS LES PRIX EXPRIMÉS SUR CETTE FICHE SONT NETS TTC

CURE THERMALE (SANS HÉBERGEMENT)

Choix alternatif obligatoire	1er CURISTE	2e CURISTE
☐ Service Standard: **90 €**/personne	☐	☐
OPTIONS DE CURE EN SUS (choix facultatif)		
☐ Cure hautement médicalisée: **30 €**/personne	☐	☐
☐ Programme complémentaire: **30 €**/personne	☐	☐
☐ Option Santé-Active: **30 €**/personne	☐	☐

MONTANT TOTAL DES ARRHES DE RÉSERVATION: _____ **€**

Additionner les montants des arrhes cochées selon votre choix

MINI-CURE (SANS HÉBERGEMENT)

Acompte de 30 % du montant par personne: _____ **€**

Votre mode de règlement: Chèque ☐ Espèces ☐ Carte Bancaire (réservation par téléphone) ☐

Tous les règlements sont à libeller à l'ordre de: Société des Eaux Minérales de Challes-les-Eaux - Thermes de Challes-les-Eaux.

J'atteste avoir pris connaissance de la possibilité de souscrire l'assurance Annulation de Séjour(3) "THERMASSISTANCE" et des conditions de garanties afférentes, dans le mois qui suit la présente inscription, à compter de la confirmation du séjour, comme il est dit aux Conditions Générales de Vente par souscription via le formulaire en ligne https://thermassistance.diot.com

(3) Contrat proposé par DIOT. Société de Courtage d'Assurance. SA à directoire et conseil de surveillance au capital de 1784768 €. 582 013736 RCS PARIS. Garantie financière et assurance de responsabilité professionnelle conformes aux articles L.530-1 et L.530-2 du Code des Assurances.

☐ **J'atteste avoir pris connaissance préalablement à la présente inscription, pouvant intervenir un an à l'avance, des Conditions Générales de Vente figurant sur le site www.chainethermale.fr**

DATE ET SIGNATURE:

Le droit de rétractation légal n'existe pas en cas de réservation sur place, ni en cas de réservation à distance, pour les prestations relevant des services de santé fournis par des professionnels de la santé aux patients pour évaluer, maintenir ou rétablir leur état de santé, (article L. 221-2 2° du Code de la consommation) ou relevant d'un forfait touristique au sens de l'article L. 211-2 du Code du tourisme (article L. 221-2 5° du Même Code), et ne s'applique pas aux prestations d'hébergement, de restauration, et d'activités de loisirs (article. 221-28 12° du même Code). La réservation peut être annulée soit par vos soins
moyennant la perte des arrhes versées soit par l'Établissement thermal moyennant la restitution au double (art. 214-1 Code Consommation et 1590 du Code civil)
N.B.: les données personnelles de ce questionnaire sont collectées et traitées par la Chaîne Thermale du Soleil SAS ayant son Siège Social au 32, avenue de l'Opéra - 75002 PARIS. Vos réponses sont certes facultatives mais il est de votre intérêt de les faire les plus complètes possibles afin que nous puissions traiter efficacement votre réservation. En tout état de cause, vous aurez accès à la présente fiche au Secrétariat Thermal où il vous sera possible de la rectifier si nécessaire. La totalité de la politique de la Société concernant la collecte et le traitement de vos données personnelles est disponible sur le site chainethermale.fr, rubrique "Mentions légales" ou à l'accueil de votre établissement de soins.
Vous pouvez formuler toute réclamation auprès de la CNIL – 3 Place de Fontenoy – TSA 80715 – 75334 PARIS CEDEX 07 ou sur le site www.cnil.fr

SAS CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL
SIÈGE SOCIAL - 31 AVENUE DE L'OPÉRA 75001 PARIS - SAS AU CAPITAL DE 8129638,30 € - RCS PARIS B 310968540

THERMASSISTANCE

Assurance annulation/interruption - Assistance

Annulation et interruption de séjour

Lorsque vous annulez ou interrompez votre séjour ou votre location en cas de:
maladie grave, accident grave ou décès, licenciement économique, convocation devant un tribunal à une date au cours de votre cure, destruction de vos locaux privés et/ou professionnels (ou vol dans lesdits locaux), attentat, refus de prise en charge de la cure par la Sécurité sociale, impossibilité de vous rendre à la station thermale le jour prévu (maxi 72 heures) par suite de barrages routiers, manifestations ou grèves empêchant toute circulation.

Vous seront remboursées
(sous réserve des exclusions contractuelles, des franchises et plafonds d'indemnisation)

- Les sommes versées entre la réservation et le premier jour de cure, restées à votre charge.
- En cas d'interruption, et pour la période restant à courir jusqu'à la fin de la cure, la part non restituée des frais d'hébergement et de cure non conventionnée non utilisés.

Assistance

Pendant votre séjour, vous bénéficiez des prestations suivantes
(sous réserve des exclusions contractuelles)

En cas de maladie ou blessure
. Votre transport / rapatriement ainsi que pour les membres de la famille assurés (ou deux accompagnants assurés)
. La présence hospitalisation (si supérieure à 5 jours)
. L'accompagnement d'enfants de moins de 18 ans
. Votre retour anticipé en cas d'hospitalisation d'un membre de votre famille
. Un chauffeur de remplacement

En cas de décès
. Le transport du corps et la prise en charge des frais de cercueil ou d'urne (en fonction des conditions contractuelles)
. Le retour des membres de la famille ou d'un accompagnant assurés
. Le retour anticipé en cas de décès d'un membre de la famille

En cas de sinistre concernant votre domicile: le retour anticipé.

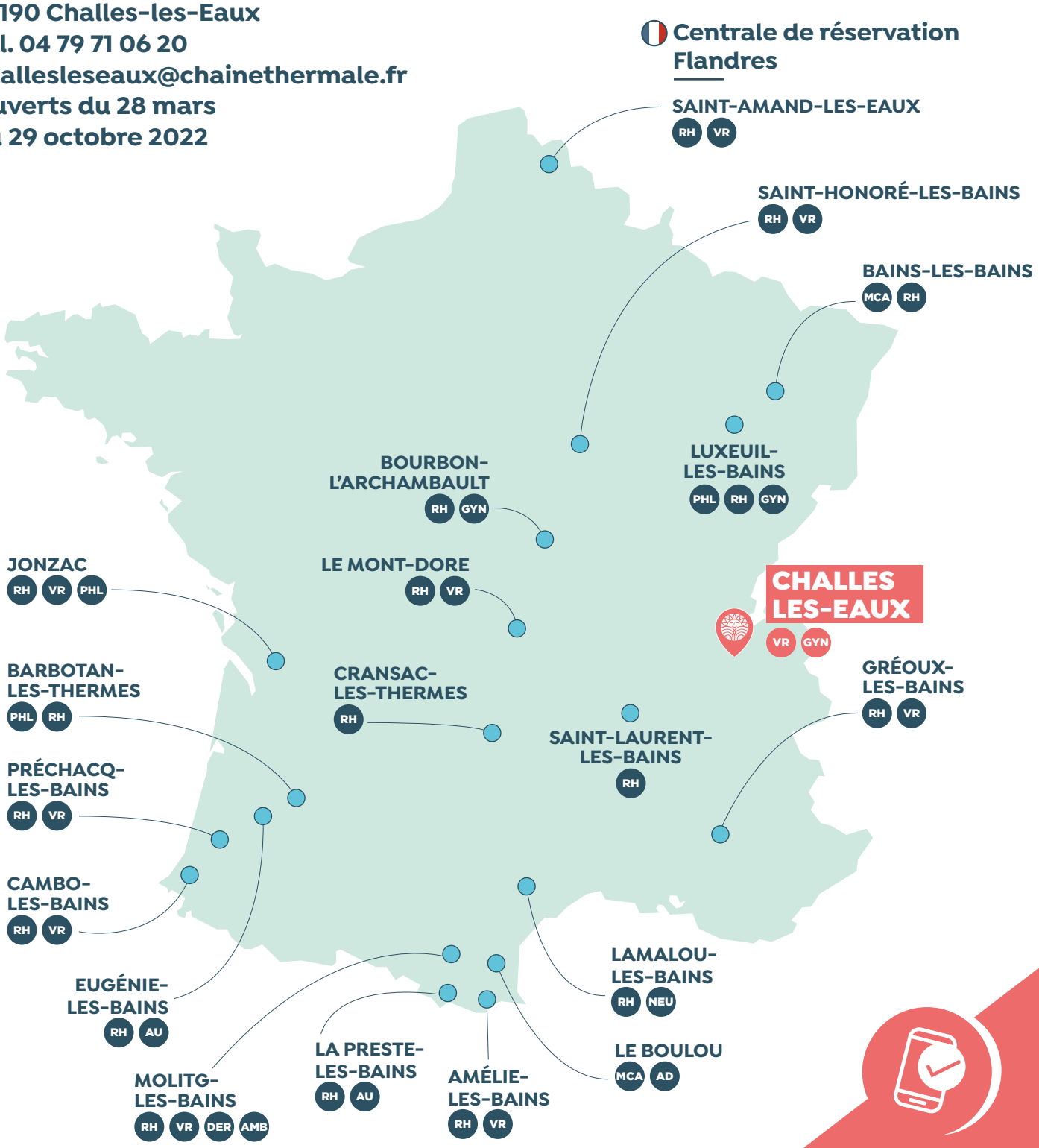
Pour souscrire :

https://thermassistance.diot.com

Le contrat THERMASSISTANCE est souscrit par CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL par l'intermédiaire de DIOT, société de courtage d'assurances et de réassurance, SAS au capital 1 784 768 €, RCS Paris 582 013 736, siège social 1 rue des Italiens - 75009 PARIS, N°ORIAS: 07 009 129 (www.orias.fr). Entreprises régies par l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution (ACPR), 4 place de Budapest, CS 92459, 75436 PARIS CEDEX 09. La liste des assureurs avec lesquels DIOT collabore est à la disposition de toute personne en formulant la demande écrite auprès de DIOT. Le détail des garanties, leurs modalités et conditions d'application et cas d'exclusion figurent dans les Dispositions Générales (disponibles sur simple demande auprès de DIOT). Traitement des réclamations : reclamations@diot.com.

thermes de
CHALLES-LES-EAUX

73190 Challes-les-Eaux
Tél. 04 79 71 06 20
challesleseaux@chainethermale.fr
Ouverts du 28 mars
au 29 octobre 2022



Votre cure et votre hébergement en un appel ou un clic

01 42 65 24 24
reservations@chainethermale.fr
www.chainethermale.fr