

# Lamalou les Bains

*Une station thermale pour me soigner*



**Lamalou se mobilise  
autour de votre santé**  
*page 4*



**Optimisez  
les bienfaits  
de votre cure  
thermale** *page 24*



**Organisez votre séjour :  
suivez  
le guide** *page 26*



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL  
agit naturellement pour votre santé

02

La piscine romaine des Thermes

CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL - S.A.S au capital de 8.129.638,30 € - SIREN 310 968 540 - APE 741 j  
Nouvelle formule du Guide Pratique de Lamalou-les-Bains, 23<sup>ème</sup> édition - Directeur de la publication : Biche Barthélémy - Coordination édition : Anne Mascarou  
Responsable de la Publicité : Jean-Claude Meyer - Photocomposition publicitaire : Servei Grafic NJR.  
Photos : Chaîne Thermale du Soleil (M.H Bergeron - X. Boymond - J.M. Cousin - J. Daurel - F. Dero - B. Fert - E. Guerard - R. Grenet - D. Lannelongue - C. Linchet - F. Pelizzari - G. Thomas - D. Tutin  
- M. Rosati - R. Auvray - Bruant - Clinch - Creatio - J. Damase - J. Debergh - C. De Virieu - Dinault - X. Franquet - A. Harnie-Cousseau - G. Hervais - Ikona - C. Larivière - H. Le Ber - P. Le Chatelier  
- C. Medale - F. Meesters - Mopy - A. Rioche - L. Rousseau - Sarramon - Tessier - G. Tordjeman - C. Tournois - JP Vallorani - J. Vieussens - O'Hara - Stations Thermales.

Création : Agence Toile et Papier - Impression : Delort Imprimerie - Achevé d'imprimer : Novembre 2012 - Tirage : 27 000 exemplaires.



# Edito

Séverine PELLEGRIN Directrice des Thermes

## Bienvenue aux thermes de Lamalou-les-Bains,

Dans le parc régional du Haut Languedoc, entre vignobles et contreforts des Cévennes, la jolie station méridionale de Lamalou vous accueille dans un cadre verdoyant, propice à la récupération tant physiologique que psychologique : une pause salutaire, pour mettre entre parenthèses votre rythme de vie trépidante et le stress du quotidien.

Vous profiterez des bienfaits des eaux thermales dont les vertus thérapeutiques, mises en lumière par le Docteur CHARCOT pour les affections neurologiques, sont aussi souveraines dans le traitement des rhumatismes.

Depuis plus de 20 années, la station de Lamalou-les-Bains a développé un véritable savoir-faire dans la prise en charge pluridisciplinaire des maladies chroniques et notamment des atteintes neurologiques :

- **Un personnel formé** à la prise en charge du handicap et à l'écoute des malades.
- **Des séjours spécifiques** élaborés en collaboration avec les associations de patients et encadrés par des professionnels médicaux et paramédicaux.
- **Une résidence accessible aux curistes en fauteuil** dans 5 appartements spacieux.
- **Une navette thermale pour personnes à mobilité réduite.**

## En 2013, les thermes de Lamalou proposent ainsi :

- Un plateau technique performant accessible aux personnes à mobilité réduite grâce à l'aménagement de sièges hydrauliques dans toutes les zones de soins. **Nouveau : un second secteur de soins en Neurologie, autour de la piscine permettant une concentration des soins dans un même espace.**
- **Une cure spécifique "Névralgie Pudendale"** permettant, grâce à des activités et soins ciblés, de soulager vos douleurs.
- **Un parking face aux thermes réservés aux personnes à mobilité réduite.**

Nous sommes convaincus que ces 3 semaines de cure vous permettront de soulager vos douleurs et de modifier vos habitudes notamment en termes d'hygiène de vie.

L'ensemble du personnel est soucieux de répondre au mieux à vos attentes et de faire en sorte que vous passiez un séjour des plus efficaces. Dans l'attente du plaisir de vous accueillir dans notre Maison.

Avec tout notre dévouement.

# Ma Cure Thermale à Lamalou le

## 2 Spécialités pour se soigner efficacement et naturellement

**Affections rhumatismales**, séquelles de traumatismes ostéo-articulaires et **troubles neurologiques**, névralgies, troubles de la motricité, atteintes chroniques spécifiques.

*Lire la suite page 6*



## Ces Eaux et Boues qui agissent

Reconnues par l'Académie Nationale de Médecine pour leurs compositions physico-chimiques bienfaisantes.

*Lire la suite page 10*

## Les Thermes

Dans cette jolie petite ville méridionale, les thermes vous accueillent pour une cure confort et personnalisée.

*Lire la suite page 11*

## Des équipes médicales et thermales expérimentées

Médecins, kinésithérapeutes, agents thermaux, diététicienne, enseignants en activités physiques adaptées, découvrez comment ces **professionnels de santé** accompagnent chaque patient.

*Lire la suite page 12*



## Des soins experts, ciblés et exclusifs

Choisir les Thermes de Lamalou-les-Bains, c'est opter pour l'une **des offres de Soins les plus complètes**.

*Lire la suite page 16*

## Découvrez nos cures spécifiques !

**Maladie de Parkinson, Sclérose en plaques, Charcot Marie Tooth, Fibromyalgie, Séquelles Post polio.**

Une prise en charge pluridisciplinaire qui permet de ralentir l'installation des symptômes, d'atténuer les douleurs et surtout de redonner confiance au patient.

*Lire la suite page 18*

## Pas le temps de partir en cure ? Vite une mini-cure thermale !

Difficile parfois de concilier cure thermale et emploi du temps surchargé. Pour répondre aux **besoins de santé** de tous ceux qui n'ont "pas le temps", **la mini-cure est une alternative bien pratique**.

*Lire la suite page 22*

## Dynamisez votre cure !

Les Thermes de Lamalou-les-Bains ont développé des activités complémentaires adaptées pour renforcer l'efficacité du programme traditionnel de soins thermaux.

*Lire la suite page 24*

## Dossier Pratique : Réservez et organisez votre Cure à Lamalou

Tout ce qu'il faut savoir avant de partir : **réservation, rendez-vous médicaux, remboursements...**

*Lire la suite page 26*

## Des curistes fidèles !

Votre état de santé nécessite des cures régulières ? Bénéficiez des points Thermes Plus, des points Fidélité et rejoignez le Club des Amis.

*Lire la suite pages 28 à 30*

# s Bains



Activités  
sportives



Climat  
vivifiant et tonique



Bourgade  
à vivre



Espace  
culturel

## Votre hébergement

Un vaste choix d'hôtels, de résidences, de gîtes et d'hôtellerie de plein air s'offre à vous.

*Lire la suite page 33*

## Carnet de Route : Venir et Vivre à Lamalou-les-Bains

Blottie dans le Parc naturel du Haut Languedoc, la **vivante station de Lamalou-les-Bains** vous invite à mille et unes découvertes dans une région riche de trésors architecturaux et de vignobles.

*Lire la suite page 36*

## Carnet d'adresses

Restaurants, Hôtels, Campings, Meublés, Services etc..., retrouvez tout ce dont vous avez besoin pour un agréable séjour de cure.

*Lire la suite page 39*



**Claudine Garibot**  
61 ans  
Lombalgie

*Je suis cadre dans une entreprise. Je marche beaucoup mais suis peu sportive. Constamment assise et les yeux rivés sur l'ordinateur, j'ai commencé à souffrir du dos, d'abord par crises, puis de manière plus sournoise, jusqu'à me réveiller la nuit. J'en avais "plein le dos", si j'ose dire ! Mon médecin m'a conseillé une cure et franchement je trouvais ça désuet ! Mais il a bien insisté sur le fait que mes douleurs n'allaient pas s'arranger ! Au bout de 8 jours de cure à Lamalou, grâce aux trombes et aux bains de boue notamment, j'ai commencé à ressentir un net soulagement et me suis décrispée grâce aux douches pénétrantes en particulier, qui faisaient disparaître les douleurs. Les programmes du kiné en piscine accentuaient ces effets m'obligeant à renforcer les muscles du bas du dos. Avec le stress, on se noue tout le temps, ici on nous apprend à muscler la sangle abdominale en respirant par le ventre : un vrai nouveau souffle, cette cure !*

06

# Que soigne-t-on à Lamalou ?

Les eaux de Lamalou-les-Bains constituent un véritable petit bassin hydrologique. Leur composition permet de les classer parmi les eaux bicarbonatées mixtes (calciques et sodiques), magnésiennes, hyperthermales et carbogazeuses. Elles contiennent également magnésium, potassium, zinc et silice. L'efficacité thérapeutique du traitement dispensé par l'Établissement Thermal est due à l'effet antalgique combiné à l'action tonique sur le plan musculaire et régulatrice du point de vue neurologique tant sur le Système Nerveux Central que Périphérique.



## Des soins RH très ciblés

- Piscine thermale de mobilisation
- Bain en eau thermale
- Douche générale au jet
- Douche locale mains
- Douche locale pieds
- Douche locale
- Douche sous immersion en piscine générale
- Douche thermale pénétrante
- Douche de forte pression sous immersion en piscine
- Bain de boue pieds
- Bains de boue mains
- Bain de boue général
- Cataplasmes de boue
- Piscine de mobilisation
- Massage sous l'eau
- Sudation en cabine individuelle

## Les rhumatismes : des atteintes douloureuses qui nous concernent tous

**Arthrose - Rhumatismes dégénératifs - Syndromes algiques - Postopératoires - Rhumatismes inflammatoires (en dehors de poussées évolutives) - Rhumatismes abarticulaires - Séquelles de traumatismes ostéo-articulaires - Fibromyalgie...**

### Des bienfaits de la médecine thermale "spécial douleurs"

La médecine thermale est un traitement préventif ou curatif selon les pathologies, mais aussi éducatif qui permet de :

- **soulager** les douleurs,
- **améliorer** la mobilité,
- **réduire** la consommation de médicaments,
- **diminuer** la fréquence des crises,
- **favoriser** le retour à des activités physiques,
- **favoriser** le retour à un sommeil réparateur.

La cure thermale prend en charge globalement les atteintes rhumatismales sous toutes leurs formes.

**Pour les pathologies chroniques (rhumatismes, arthrose, ...)** on cherche dans un premier temps à soulager la douleur et diminuer la consommation d'anti-inflammatoires. L'eau thermale est utilisée directement dans des bains (eau thermale et/ou boue), qui imprègnent totalement l'organisme, décontractent les muscles et les articulations douloureuses. Le volet éducatif repose sur l'entretien d'activités physiques régulières,

l'apprentissage de postures et démarches qui soulagent, ainsi que la mise en place d'une nouvelle hygiène de vie permettant de ralentir la pathologie.

**Pour les suites de fractures, les séquelles traumatiques ou d'interventions chirurgicales,** l'objectif consiste à résorber les douleurs, en réapprenant progressivement les activités physiques : les mouvements réalisés renforcent les muscles, qui soutiennent ainsi mieux l'articulation défaillante et régénèrent la souplesse.

### TARIFS

#### CURE THERMALE RHUMATOLOGIE (RH)

72 séances de soins ciblés.

Tarif conventionnel : 500,50 €

Avec kinésithérapie : 570,91 € (max.)

#### TARIFS CURE THERMALE DOUBLE ORIENTATION RH+NEU

72 séances de soins RH

+ 36 séances de soins NEU

Tarif conventionnel : 750,75 €

Avec kinésithérapie : 820,96 € (max.)

Tarifs arrêtés au 24.03.2012.

Susceptibles de varier sous décret public

# Le + de cette cure

- Des Thermes en coeur de ville où cohabitent belles piscines classées et espaces de soins modernes et fonctionnels.
- Un vrai accompagnement pour tous ceux qui ont des difficultés à se mouvoir.

Lamalou-les-Bains  
traite conjointement  
les affections Rhumatismales  
et Neurologiques  
Des effets qui se ressentent  
en général dès le premier mois  
suivant la cure et qui sont  
cumulatifs d'une cure  
à une autre.

## Des affections Neurologiques

*Affections du système nerveux central et périphérique, Séquelles de paraplégies ou d'hémiplégies, Syndromes extrapyramidaux, Maladie de Parkinson, Myélopathies, Séquelles de poliomyélite, polynévrites, polyradiculonévrites, névrodermites, algies post-zostériennes, causalgies, névralgies (en particulier sciatiques, crurales, cervicobrachiales, intercostales, faciale), pathologies canalaies, paresthésies, parésies, paralysies diverses, dystrophies musculaires progressives, paraostéoarthropathies, membres fantômes, névromes, Sclérose en plaques, SLA, Maladie de Charcot Marie Tooth.*

### Troubles de la mobilité, de la parole, spasticité, tremblements, vertiges, fatigue...

Les symptômes des atteintes neurologiques sont nombreux et handicapent les patients dans leur quotidien.

Parmi les pathologies affectant le système nerveux, certaines sont parfois des pathologies lourdes. Les traitements médicamenteux visent alors principalement à améliorer les symptômes et permettent une légère stabilisation de la maladie malgré le caractère souvent évolutif de ces pathologies. En parallèle, les fonctions affectées par ces atteintes neurologiques, souvent liées à la motricité ou à la parole, sont stimulées par le biais d'ateliers spécifiques avec des professionnels, qui complètent ainsi le traitement médicamenteux.

La médecine thermale repose sur une prise en charge multidisciplinaire qui permet de ralentir l'installation des symptômes, d'atténuer les douleurs et surtout, de redonner confiance au patient. Pour certaines pathologies, des cures dédiées sont proposées. Les professionnels de santé s'adaptent ainsi au rythme et aux besoins du patient.

**TARIFS**  
**CURE THERMALE NEUROLOGIE (NEU)**  
72 séances de soins ciblés.  
Tarif conventionnel : 500,50 €  
Avec kinésithérapie : 570,91 € (max.)

**TARIFS CURE THERMALE**  
**DOUBLE ORIENTATION NEU+RH**  
72 séances de soins NEU  
+ 36 séances de soins RH.  
Tarif conventionnel : 750,75 €  
Avec kinésithérapie : 820,96 € (max.)

Tarifs arrêtés au 24.03.2012.  
Susceptibles de varier sous décret public

### La double indication : en même temps, Rhumatologie et Neurologie, c'est possible !

Votre demande de prise en charge pour les deux traitements simultanés doit être mentionnée sur le formulaire de prise en charge établi par votre médecin prescripteur.

## Des soins spécifiques Neurologie (NEU)

- Piscine thermale de mobilisation
- Bain en eau thermale
- Douche locale mains
- Douche locale pieds
- Douche sous immersion en piscine générale
- Douche thermale pénétrante
- Douche de forte pression sous immersion en piscine
- Bain de boue pieds
- Bain de boue mains
- Cataplasmes de boue
- Massage sous l'eau
- Sudation en cabine individuelle
- Pulvérisation faciale et cervicale
- Compresses thermales
- Bain douche sous marine





**Mme Brigitte  
TRIPET/CACLIN**  
55 ans

**Sclérose en plaques  
depuis 20 ans**

*J'ai moins de fourmillements aux mains grâce à la douche locale des mains. La piscine de mobilisation permet de faire des exercices à ma portée sous l'œil attentif du kinésithérapeute, le bain avec douche sous-marine a un effet décontractant et calmant. Grâce aux cures, je marche plus vite et plus longtemps, je regrette de ne pas avoir commencé les cures plus tôt tant les bienfaits sont appréciables le personnel est compétent, et l'ambiance très conviviale : c'est important pour cette maladie ! Les activités "spécifiques" SEP permettent de renforcer les liens avec les personnes atteintes de la même maladie.*



**Mme Chantal FERRE**  
**Maladie de Parkinson**

*La cure fait impérativement partie du combat contre la maladie. J'apprécie les bons effets de l'eau thermale et les soins prodigués par un personnel compétent et attentionné, j'aime particulièrement la douche pénétrante et les trombes, le programme de gymnastique, très bien ciblé sur Parkinson par ceux qui animent les activités physiques adaptées. La rencontre avec d'autres malades et accompagnants a un effet dynamisant et réconfortant, ainsi que les réunions où l'on apprend beaucoup sur sa maladie, comment l'aborder, en maîtriser au mieux les manifestations, et même l'évolution. Je repars tous les ans en meilleure forme qu'à mon arrivée, la cure est à recommander absolument !*



# Vos témoignages nous parlent...



**Mme Annick  
LEFIEUX LEMAIRE**

**60 ans**

**Douloureuse chronique  
Fibromyalgique**

*Depuis environ 40 ans, je suis douloureuse chronique suite à des séquelles d'accident et d'un AVC. En 2004, j'ai été diagnostiquée Fibromyalgique. J'ai découvert Lamalou-les-Bains depuis 5 ans. Je souffrais en particulier d'une insensibilité de mes membres inférieurs et de douleurs dorso-lombaires et neurologiques du côté droit. La cure a été bénéfique dès le début sur les douleurs fibromyalgiques, stabilisées à ce jour et j'ai récupéré de la sensibilité sur mes pieds et mes jambes. De plus, les activités adaptées, "adossées" à la cure, ateliers, conférences, sont très complémentaires et tout à fait bénéfiques. J'ai même réussi à retrouver mon sommeil.*

# 10

# Les eaux à Lamalou-les-Bains

## Des vertus venues des profondeurs de la Terre

Les eaux de Lamalou venues des profondeurs de la Terre sont utilisées à l'état natif. Les sources sont situées sur une faille importante et sont apparues à la suite de percements de galeries minières.

Ce sont des eaux de type bicarbonaté, calciques et sodiques, ferrugineuses, riches en magnésium et en potassium, renfermant du gaz carbonique. Elles contiennent du manganèse, du potassium, du zinc et de la silice, des gaz rares.

Lamalou exploite deux sources principales :

- **L'Usclade** avec une source à 53°
- **Vernière** avec une source à 28°

Le mélange de ces deux eaux permet d'obtenir la température voulue dans chaque soin.

La température des piscines est comprise entre 32 et 36° en fonction des pathologies.

## Le facteur climatique

Le climat est essentiellement méditerranéen par la température et la luminosité. Il est sec, doux, tempéré l'été par les brises du Nord-Est. Le voisinage des hauts plateaux amène, les nuits d'été, un courant d'air frais, puissant correctif à la chaleur de la journée. Il est sédatif et tonique et s'associe harmonieusement aux traitements dispensés, notamment dans le cadre des atteintes neurologiques qui y sont traitées.



## L'hygiène, notre souci permanent :

*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 internes d'analyses microbiologiques basé dans les Alpes de Haute Provence, composée d'un Ingénieur Sanitaire et de deux Techniciennes microbiologistes et nos équipes locales, 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 ; en respectant 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, réalise plus de 748 analyses bactériologiques, en appliquant des méthodes techniques spécifiques et normées.*

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



# Des thermes tout confort

Ouverts du lundi 2 Février au samedi 14 Décembre 2013

Lamalou-les-Bains est l'un des rares centres thermaux à traiter les affections liées à la Neurologie et à la Rhumatologie. Structure de dimension humaine d'une superficie de 2100 m<sup>2</sup>, le plateau technique, de plain pied, est adapté aux personnes à mobilité réduite.

## Forts de nombreuses années d'expérience,

les thermes de Lamalou-les-Bains abritent un service de soins centré sur la prise en charge et l'accompagnement du patient. Il bénéficie ainsi d'installations techniques modernes et adaptées qui assurent au curiste un traitement thermal pour les deux orientations thérapeutiques dans les conditions optimales de confort et d'efficacité.



1 1

## Les Thermes de Lamalou-les-Bains

### Soins thermaux

- 3 piscines de relaxation.
- 12 Baignoires dont 5 équipées d'un siège hydraulique.
- 14 cabines de massages + 1 avec table hydraulique.
- 2 piscines de mobilisation dont 1 équipée d'un siège hydraulique.
- 9 cabines de douche pénétrante.
- 1 pulvérisation faciale.
- 1 buvette thermale.
- 2 piscines de jets à forte pression ou immersion dont 1 équipée d'un siège hydraulique.
- 2 bains de boue dont 1 équipée d'un siège hydraulique.
- 23 cabines de cataplasmes.
- 4 manu pédi douches.
- 2 manu boues.

### Espace SPA thermal

- 4 cabines Aquamodelages.
- Institut de beauté : 2 cabines.
- 2 cabines d'ondée thermale ou douche au jet.
- 1 piscine de jets à forte pression.
- 4 bains reminéralisants.
- 1 piscine de bain de kaolin (sophrologie en bain de boue).
- 1 lit hydromassant.
- 1 Salle de gymnastique.
- 1 Espace Activités Aquatiques : Aquagym, Aquapower, Aquarelast, Aquastep + Aquaphobie, Aquagym adapté.
- 1 salle de relaxation : Sophrologie, Yoga, Qi gong, Do in.

# 12

# Nos équipes dans les thermes



**Jean-Jacques  
VACARESSE**  
Kinésithérapeute

Les deux soins  
de masso-kinésithérapie

que j'exerce au sein des thermes de Lamalou-les-bains, sont la mobilisation et le massage sous affusion. Réalisés en contact avec l'eau thermale, ces deux soins d'eau thermale sont très différents, mais complémentaires et essentiels dans la prise en charge des curistes.

Les exercices de kinébalnéothérapie (renforcement, étirements, coordination, ou équilibre), vont lutter efficacement contre spasticité et l'ankylose articulaire. De plus, la dynamique de groupe créée par ce travail collectif, va inciter bon nombre de patients à continuer, ou à reprendre, une activité physique tout au long de l'année.

Les différentes techniques de massage vont avoir des effets myorelaxant, antalgique et circulatoire, entraînant une souplesse et un relâchement musculaires et améliorant grandement la mobilité articulaire. ●



## Des équipes médicales et thermales expertes

Les Médecins Thermaux : ils exercent une activité libérale et perçoivent directement leurs honoraires auprès de leurs patients.

Avant son arrivée à Lamalou-les-Bains, le Curiste prend rendez-vous avec le médecin thermal de son choix afin que celui-ci puisse le recevoir pour la consultation obligatoire préalable au début de cure.

Il lui prescrit un programme de soins personnalisé et adapté. Le patient est remboursé à hauteur de 70 % du montant forfaitaire alloué, à hauteur de 100 % en cas d'exonération du ticket modérateur (Affections Longues Durées).

Le Curiste doit adresser le volet A correspondant aux visites médicales à son organisme social, pour remboursement.

**6 Médecins généralistes dont 1 Rhumatologue consultant dans leur cabinet au centre ville** tous les jours (sauf le dimanche) et assurent le suivi de tous les curistes selon leur pathologie.

**Les 80 agents de soins thermaux** travaillant sur le site de Lamalou-les-Bains sont diplômés. Ils dispensent les soins aux patients selon la prescription du médecin thermal.

**2 infirmières** sont présentes afin de veiller au bon déroulement des soins. Elles interviennent à tout moment auprès des curistes et prennent des précautions particulières pour préparer le curiste à pratiquer ses soins dans de bonnes dispositions. Elles sont en contact avec les médecins thermaux.

**17 kinésithérapeutes** Diplômés d'Etat : ils assurent la rééducation des patients durant les soins en piscine thermale, pratiquent des séances de massages sous l'eau et rééduquent les patients dans le strict respect des prescriptions médicales en concertation avec les médecins thermaux dans le cadre plus précis des précautions particulières.

**1 diététicienne** propose des bilans individuels, et intervient dans le cadre de conférences sur la nutrition pour nos cures spécifiques.

**2 enseignants en activités physiques adaptées**, encadrent les ateliers adaptés et utilisateurs de l'Espace Forme, et dispensent les séances d'Aquagym, Pilates et Gym tonique...

**Avis d'expert,  
Docteur Daniel B.  
Médecin généraliste  
à orientation en Neurologie**

*La cure thermale ne va pas agir sur la cause de l'affection neurologique, mais va permettre d'améliorer la qualité de vie des patients.*

*Les soins dispensés sont bien adaptés et vont entraîner une diminution des symptômes, des douleurs et de l'anxiété.*

*L'autre intérêt de la cure thermale est de pouvoir proposer une prise en charge globale, offrant en complément des soins thermaux des thérapies basées sur la relaxation, la gymnastique douce...*

*L'information joue également un rôle central.*

*Des conférences délivrent des conseils pour accomplir plus facilement au quotidien des tâches de la vie courante. Mieux armé, le patient trouve plus facilement sa place dans la société, ce qui facilite ses relations sociales et contribue à réduire son isolement.*

*En termes d'efficacité, la cure thermale sera d'autant plus intéressante qu'elle sera réalisée rapidement après l'apparition de la pathologie, pour stabiliser le patient au plus tôt. Il ne faut pas attendre que la pathologie ait atteint un stade avancé pour recommander la cure.*

*La cure de 3 semaines est recommandée, les patients ayant besoin d'un certain temps d'adaptation.*

## Liste des Médecins Thermaux consultant à Lamalou-les-Bains

Prenez rendez-vous avec votre médecin thermal avant votre arrivée dans notre station.

La consultation se déroulera dans son cabinet en ville, la veille ou le matin de votre cure, afin qu'il vous délivre votre prescription médicale.

Dr D. BALDY .....	2 Avenue Capus .....	04 67 95 65 09
Dr M. EDO (Médecine du Sport) .....	6 Avenue Charcot .....	04 67 95 60 33
Dr M. FROMAGET (Rhumatologue) .....	Centre Ulysse - 5 Boulevard de Mourcairol .....	04 67 23 02 62
Dr P. GIBAUD (Homéopathie, Mésothérapie) .....	29 Avenue Charcot .....	04 67 95 65 41
Dr R. LATAPY .....	6 Avenue Charcot .....	04 67 95 60 33
Dr M. ORTENZIO .....	4 Rue Capel .....	04 67 23 14 68

Le Spa propose  
des soins à l'unité  
dès 16 €  
ou des forfaits  
à la demi-journée  
à partir de 55 €



# Le Spa Thermal

Le Spa thermal vous invite à découvrir des soins de bien-être et de relaxation qui accompagneront agréablement votre séjour tout en bénéficiant des eaux thermales de Lamalou-les-Bains propice à la détente. L'accès au Spa vous permet de profiter de la piscine de relaxation et de la tisanderie Bio.



## Aquagym, Aquapower, Aquastep

Soin collectif dynamisant. Succession de mouvements de gymnastique aquatique, toniques ou lents, permettant de travailler en douceur la souplesse de votre corps et de renforcer votre musculature.

Séance de 40 minutes de gymnastique en piscine thermale suivie de 10 minutes de jets sous-marins.

Cours de différents niveaux.  
**A partir de 17€ la séance**

D'autres activités aquatiques sont également à découvrir.

### **Aquarelax**

(séance de relaxation en piscine),

### **Aquaphobie**

(maîtriser ou appréhender sa peur de l'eau)

## Le Bain Reminéralisant

Confortablement installé dans une baignoire hydromassante, vous vous laissez bercer et masser par de multiples et puissants jets d'eau thermale reminéralisante. Grâce à sa concentration importante en minéraux et oligo-éléments, ce soin est souverain pour les flux circulatoires, l'oxygénation des tissus et la détente musculaire. **20 €**

## L'Aquamodelage

Pour un ressourcement total du corps et de l'esprit, le modelage sous l'ondée thermale est un must. Sous une fine pluie d'eau thermale chaude, votre corps est entièrement massé en douceur. Ce modelage vous apporte relaxation, tonus, détente musculaire profonde et souplesse... **30 €**

## Le Bain de boue en Apesanteur

Le Kaolin, argile blanche, fine et pure mélangée à l'eau thermale, place votre corps en état d'apesanteur, recouvre votre silhouette d'une crème douce et onctueuse et offre à votre peau un toucher de velours. Le flux de l'eau, en circulation permanente, effectue un massage subtil et profond, suspend le stress et dénoue les tensions musculaires. **20 €**

## Le lit hydromassant

est un soin relaxant et décontractant : vous êtes étendu sur un matelas d'eau chaude dont les hydrojets massent entièrement votre dos et le corps entier en mouvements circulaires. **16 €**

## Les jets de forte pression

Dans une belle piscine d'eau thermale, ce jet ultra-puissant parcourt votre corps de bas en haut et de haut en bas. Il agit tel un hydromassage puissant et profond qui rappelle le pétrissage, il décontracte ainsi tous les muscles du dos, draine les tissus et procure une détente générale profonde. **16 €**



# Votre accompagnant

# 15

*Votre conjoint, votre ami ou vos enfants, ne souhaitent pas faire de cure : notre Spa Thermal les accueille pour une parenthèse de détente ou de découverte de soins thermaux. Bien entendu, ces activités sont également accessibles à tous les curistes !*

## Bilan diététique

Notre diététicienne réalisera votre bilan diététique personnalisé et pourra vous adapter un programme pour vous faire plaisir tout en respectant vos besoins journaliers.

## Sophrologie, Do in, Yoga, Qi gong

Des ateliers de relaxation pour être en harmonie avec son corps et son esprit.

## L'Institut de Beauté

Nos esthéticiennes vous prodiguent, dans une ambiance douce et relaxante, des soins corps ou visage....

- Soins complets régénérants.
- Modelages visage, silhouette et corps avec les protocoles d'aromathérapie Decléor.
- Modelages Relax : soins cocoon par excellence.

Ces messieurs ne sont pas oubliés et peuvent pousser, sans timidité, la porte pour des soins spécifiques notamment un soin visage énergisant intense.

Tout un éventail de soins douceur et détente.

**L'Institut se compose de 2 cabines de soins, accessibles aux personnes à mobilité réduite.**

## L'Espace Forme

Une salle de gymnastique ensoleillée et climatisée, pour tous niveaux : Gym douce, Stretching-relaxation, Atelier du Dos, Pilates, Adresse-Equilibre, Coordination motricité, Multi gym, Cuisses Abdos fessiers...



Notre hôtesse au bureau des animations est à votre disposition pour vous renseigner.

## Formules SPA

Ce sont des demi-journées (qu'il vous est loisible de multiplier à votre gré) de bien-être et de soins attentifs dans un environnement nature.

### SPA Découverte



55€

4 SOINS

PARMI NOS SOINS THERMAUX ESSENTIELS

### SPA Sérénité



75€

4 SOINS

PARMI NOS SOINS THERMAUX ESSENTIELS

+

1 SÉANCE DE LIT HYDROMASSANT (30 minutes)

### SPA Délices



95€

4 SOINS

PARMI NOS SOINS THERMAUX ESSENTIELS

+

1 SÉANCE DE LIT HYDROMASSANT (10 minutes)

+

1 SOIN RÉCONFORT DU DOS  
OU

1 SOIN AROMA DÉCOUVERTE (30 minutes)

# Les soins thermaux

À Lamalou-les-Bains, le corps médical composé de spécialistes de la médecine thermique (orientations Rhumatologie ou Neurologie) dispose d'un choix étendu de soins thermaux, parmi 16 soins thermaux, accessibles aux personnes à mobilité réduite par des sièges hydrauliques.

## Des soins d'eaux thermales riches

### Bain en baignoire ou en piscines thermales

Le bain est pris en baignoire individuelle ou en piscine médicinale. Il a une action apaisante, bénéfique sur les états nerveux et anxieux et crée une importante vasodilatation sous-cutanée grâce aux principes actifs de l'eau thermique. En fonction de la pathologie, le médecin peut prescrire ce soin dans 3 piscines distinctes, chauffées à température différente.

### Bain thermal avec douche sous-marine

Ce soin s'effectue en baignoire, où l'on trouve, à chaque poste de soins, un équipement de douches.

Il s'agit d'un jet d'eau thermique, sous l'eau, sous pression, administré par l'agent thermal sur les régions du corps indiquées par le médecin.

### Douche sous immersion en piscine médicinale

Cette pratique thermique s'effectue en piscine thermique ; chaque poste est équipé de jets automatiques intégrés, pour masser différentes zones du corps.

### Douche de forte pression sous immersion en piscine médicinale

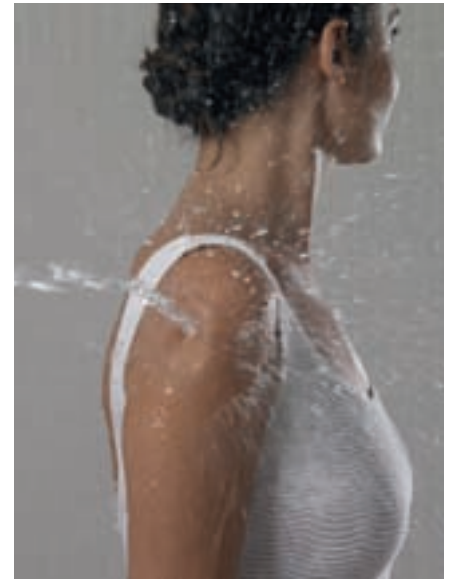
Cette pratique thermique est la variante, à haute pression, de la douche sous immersion.

### Douche générale ou locale au jet

Au moyen d'un jet d'eau thermique sous pression modulée, dirigé par l'agent thermal sur les zones du corps indiquées par le médecin, elle produit un effet de percussion et de vibrations des masses musculaires. Elle constitue un puissant stimulant, accompagné d'un effet tonique circulatoire, alternant avec un phénomène de détente nerveuse.

### Douche pénétrante générale

Le patient étant allongé sur une table de soins, l'agent thermal dirige les jets multiples d'une rampe de douche oscillante, orientés perpendiculairement à la peau, pour leur faire parcourir la zone délimitée par le médecin. Une disposition spéciale permet de faire alterner en un même point du corps une action superficielle et sédative



avec une action réflexe plus profonde et tonique, particulièrement indiquée pour le traitement des lésions arthrosiques.

L'efficacité est manifeste : sédation de la douleur, action de drainage durable dans le temps, amélioration de la circulation et de la souplesse des téguments, et récupération des amplitudes articulaires.





## Des boues hautes en douceur

### Bain de boue général en apesanteur sous pasteurisation continue

Le patient est immergé dans un bain de boue thermal (kaolin + eau thermale). Cette boue fluide, à la densité particulière, permet au patient de se mouvoir en état de pesanteur réduite. La pasteurisation en continu du bain de boue en garantit la qualité microbiologique.

### Cataplasmes de boue (kaolin)

En application locale sur les zones indiquées par le médecin thermal les cataplasmes, personnalisés pour chaque patient, favorisent la vasodilatation, la sédation des douleurs et une meilleure oxygénation des tissus.

### Sudation

La chaleur des cataplasmes facilite la transpiration pour une meilleure élimination des toxines.

### Douche locale des mains et (ou) des pieds éventuellement suivie de bain de boue local aux mains et (ou) aux pieds :

- Manudouche et manuboue
- Pédidouche et pédifoulage.

Il s'agit de douches locales des mains et avant-bras ou des membres inférieurs jusqu'au niveau des genoux, diffusées au travers de plusieurs centaines de trous filiformes.



## Une rééducation décuplée par l'eau thermale

### Piscine thermale de mobilisation (rééducation en piscine)

Cette technique s'effectue dans des piscines d'eau thermale où, sous la direction de kinésithérapeutes Diplômés d'État, des mouvements de gymnastique médicale rééducative sont prescrits à chaque curiste de façon personnalisée.

### Massage sous l'eau thermale

Dispensées par des masseurs kinésithérapeutes Diplômés d'État, ces séances sont effectuées sur une table de massages, aspergée de façon continue par des rampes de douche. Les zones à traiter sont précisées sur la prescription du médecin thermal. Le massage peut constituer un drainage veino-lymphatique ou un massage décontractant de l'articulation souffrante.



## Des pratiques thermales spécifiques à la Neurologie

### Bain avec douche sous-marine

Ce soin thermal s'effectue en baignoire. Un jet sous l'eau sous pression, est administré par l'agent thermal sur les régions du corps définies par le médecin thermal.

Le bain exerce une action sédative générale sur l'organisme. Les douches constituent de véritables massages hydriques. L'action est triple : antalgique sur les douleurs articulaires, décontractante au niveau musculaire et anti-inflammatoire.

### Pulvérisation faciale

Dans des cabines individuelles, un appareillage moderne pulvérise l'eau thermale de façon adaptée en fonction de la partie du corps à traiter. En plus de l'effet d'hydratation cutanée locale, ce soin favorise la circulation sanguine et la détente neuromusculaire des zones traitées.

## Des soins hors forfait thermal\*

### Lit hydromassant

Bienfaits de la chaleur enveloppante, efficacité des mobilisations douces et profondes des muscles et articulations, sensation très relaxante du massage sans contact humide avec le corps. Vous êtes étendu sur un matelas d'eau chaude dont les hydrojets massent entièrement votre dos et le corps entier en mouvements circulaires pour un effet relaxant et décontractant.

### La Musicothérapie

Un casque sur les oreilles vous vous laissez bercer par un programme musical spécifique et apprenez ainsi à maîtriser stress et douleurs

\* Soins complémentaires hors forfait cure Sécurité Sociale, non pris en charge par la Sécurité Sociale.



# 18

# Cures spécifiques

## Cure Fibromyalgie

- 1 atelier Thérapie par le rire ou 1 séance de Qi Gong.
- 1 conférence sur la nutrition.
- 1 atelier de gymnastique Pilates.
- 1 séance de marche nordique.
- 2 séances de Musicothérapie.
- 3 séances d'Aquagym en piscine.
- 3 séances de sophrologie.
- 1 séance de Do in.
- 1 conférence sur la Fibromyalgie en partenariat avec le service Rhumatologie de Montpellier.
- 1 rencontre entre participants et aidants.
- 2 séances de Photolangage.

**Participation à la charge  
du curiste : 120 €**

## Séjours 2013

Du 15/02 au 07/03/2013  
Du 12/03 au 01/04/2013  
Du 03/04 au 23/04/2013  
Du 25/04 au 15/05/2013  
Du 17/05 au 06/06/2013  
Du 11/06 au 01/07/2013  
Du 03/07 au 23/07/2013  
Du 25/07 au 14/08/2013  
Du 16/08 au 05/09/2013  
Du 10/09 au 30/09/2013  
Du 02/10 au 22/10/2013  
Du 25/10 au 14/11/2013  
Du 20/11 au 10/12/2013

● *L'établissement Thermal de Lamalou-les-Bains s'appuie sur une expérience de plus de 20 années dans la prise en charge des maladies chroniques. En plus des soins thermaux, en concertation avec les associations de patients, nos équipes de professionnels vous proposent une prise en charge pluridisciplinaire, à travers des ateliers orientés vers votre pathologie.* ●

## Un programme d'activités en milieu thermal

En complément de votre cure thermale, nous mettons tout en œuvre pour vous rendre acteur dans la prise en charge de votre maladie. Que les soins soient collectifs ou individuels, selon la prescription de votre médecin thermal, vous bénéficierez de l'interaction thérapeutique des bienfaits d'une eau thermale et d'activités spécifiques liées à votre pathologie.

## Cure Post Polio

- 2 séances de sophrologie.
- 1 séance de Do in.
- 1 séance de Qi Gong.
- 1 séance de gymnastique en piscine thermale ou 1 atelier de souffle.
- 1 séance d'apprentissage des gestes au quotidien.
- 1 séance de stretching
- 2 séances de musicothérapie.
- 1 conférence médicale sur la Polio en partenariat avec le département de Médecine Physique et de Réadaptation Thérapeutique du CHU de Montpellier.
- 1 séance "Nutrition et Hygiène de vie"
- 1 rencontre entre conjoints et aidants.

**Participation à la charge  
du curiste : 99€**



## Séjours 2013

Du 12/04 au 02/05/2013  
Du 08/08 au 28/08/2013

## Cure Parkinson

- 7 ateliers de gymnastique adaptée adresse et équilibre, coordination/motricité, renforcement musculaire, stretching, gym mémoire.
- 1 séance de marche nordique ou 1 atelier du souffle.
- 1 séance de tango ou 2 séances de musicothérapie.
- 1 apprentissage des gestes du quotidien.
- 1 atelier Expression orale.
- 1 conférence sur la nutrition.
- 1 séance de Qi gong.
- 1 séance de Do in.
- 1 conférence sur la Maladie de Parkinson en partenariat avec le service Neurologie de Montpellier.
- 1 réunion d'échanges entre accompagnants et aidants.

**Participation à la charge du curiste : 120 €**

### Séjours 2013

Du 20/02 au 12/03/2013  
Du 15/03 au 04/04/2013  
Du 09/04 au 29/04/2013  
Du 02/05 au 22/05/2013  
Du 24/05 au 13/06/2013  
Du 18/06 au 08/07/2013  
Du 10/07 au 30/07/2013  
Du 01/08 au 21/08/2013  
Du 23/08 au 12/09/2013  
Du 24/09 au 14/10/2013  
Du 17/10 au 06/11/2013  
Du 12/11 au 02/12/2013



## Cure Sclérose en Plaques

- 1 conférence sur la nutrition.
- 3 séances de gymnastique en piscine thermale.
- 2 séances de sophrologie.
- 2 séances de Do in.
- 1 séance de stretching
- 2 séances de musicothérapie.
- 1 groupe de parole.
- 1 séance de Qi gong.
- 1 conférence sur la Sclérose en Plaques en partenariat avec le service Neurologie du CHU de Montpellier.
- 1 réunion d'échanges entre accompagnants et aidants.

**Participation à la charge du curiste : 120 €**

### Séjours 2013

Du 05/03 au 25/03/2013  
Du 28/03 au 17/04/2013  
Du 19/04 au 09/05/2013  
Du 14/05 au 03/06/2013  
Du 05/06 au 25/06/2013  
Du 28/06 au 18/07/2013  
Du 23/07 au 12/08/2013  
Du 12/09 au 02/10/2013  
Du 04/10 au 24/10/2013  
Du 31/10 au 20/11/2013

## Cure Charcot Marie Tooth

- 2 séances "Coordination Motricité" en salle.
- 2 séances de gymnastique en piscine thermale.
- 2 séances de sophrologie.
- 1 séance de Do in.
- 1 séance d'apprentissage des gestes du quotidien.
- 2 séances de musicothérapie.
- 1 conférence sur la nutrition et Hygiène de vie.
- 1 conférence sur la maladie Charcot Marie Tooth en partenariat avec le service Neurologie du CHU de Montpellier.
- 1 réunion d'échanges entre accompagnants et aidants.

**Participation à la charge du curiste : 99 €**

### Séjours 2013

Du 07/05 au 27/05/2013  
Du 17/07 au 06/08/2013  
Du 06/11 au 26/11/2013

## Névralgie Pudendale

- 1 séance de sophrologie collective en salle.
- 1 séance de sophrologie en bain de boue.
- 1 séance de musicothérapie.
- 1 séance de Do in.
- 1 séance de stretching.
- 1 conférence.

**Du 23 avril au 13 mai 2013**

**Participation pour les ateliers : 40 € par personne pour le séjour.**

# 20

# Programme Éducatif de Soins

Le Programme Éducatif de Soins s'adresse à des patients atteints de la maladie de Parkinson et a pour objectif de diminuer les conséquences de la pathologie, de manière à améliorer la qualité de vie de ces patients. Il s'inscrit, dans le parcours de soins du patient, en début de pathologie et comme un suivi régulier.

**Dates à demander  
en station**

**Participation  
à la charge du patient :  
350€**

Le Programme Éducatif de Soins, qui tient compte des symptômes très variés et propres à chaque malade, permet au patient d'acquérir les connaissances adaptées au traitement de son état, et d'améliorer sa qualité de vie en conservant un certain degré de capacités physiques.

**Les critères de participation au programme éducatif de soins sont les suivants :**

- La maladie de Parkinson doit avoir été diagnostiquée chez le patient,
- Ce diagnostic ne doit pas remonter à plus de 10 ans,
- Le programme s'adresse à des malades de tous sexes et âges,
- Les patients ne doivent pas présenter d'affections psychiques ne permettant pas la compréhension des consignes, lors des ateliers, des réponses adaptées et un comportement sociabilisé.



# Maladie de Parkinson

Nouveau !

## Le déroulement du programme

**Le programme débute par une réunion d'accueil** au cours de laquelle on remet au patient son carnet de liaison.

**Il réalise son bilan éducatif partagé avec une infirmière** (durée 45 min à 1h), pendant lequel ils détermineront ensemble les priorités d'apprentissage pour mieux gérer la maladie.

**Le patient participe aux séances de travail collectives :**

### Activités physiques adaptées et reconditionnement à l'effort

#### ■ 3 séances de "Coordination et Motricité" (30 min.)

(session de 30 minutes animées par un enseignant en activités physiques adaptées, pour mettre en oeuvre des stratégies de déblocage lors du démarrage ou de la marche (freezing), et améliorer son autonomie.

#### ■ 3 séances "Adresse et Equilibre" (30 min.)

Animées par un enseignant en activités physiques adaptées, pour prévenir le risque de chute et reprendre confiance en soi.

#### ■ 2 séances d'ergothérapie (1h30)

Animées par un ergothérapeute, pour mieux maîtriser son environnement et les gestes du quotidien, avec ou sans accessoires.

#### ■ 2 séances d'orthophonie (1h00)

Animées par un orthophoniste, pour faciliter et fluidifier tous les actes de la socialisation, les troubles de la parole, la déglutition, ainsi que la micrographie.

### Connaissance de la maladie

#### ■ 1 conférence sur la maladie de Parkinson (1h30)

Animée par un neurologue, pour mieux connaître sa maladie : origine, symptômes, évolution, traitements, recherche, etc...

#### ■ 1 table ronde avec un représentant de FRANCE PARKINSON (1h30)

qui présentera aux patients les diverses actions destinées aux malades parkinsoniens.

### Prise en charge psychologique

#### ■ 1 séance de photo langage (1h00)

Animée par une psychologue, pour mettre des mots sur son mal-être à travers des reproductions d'oeuvres d'art.

#### ■ 1 séance de restitution de la session précédente en compagnie des aidants (1h00)

Animée par une psychologue, pour prendre conscience de ses ressources, échanger sur la maladie avec d'autres patients, initier une réflexion sur les moyens que l'on peut mobiliser pour retrouver du bien-être.

#### ■ 1 groupe de parole avec les conjoints (1h30)

Animé par une infirmière diplômée d'Etat, pour échanger sur la maladie au quotidien du point de vue des aidants, et évoquer les attitudes les plus adaptées à chaque situation.

### **Le patient se rend à sa consultation médicale avec un neurologue (30 min.)**

pour aborder les problèmes de traitements médicamenteux (choix du médicament, prise du médicament, effets secondaires, etc). Le médecin évalue l'état du patient et lui donne des

recommandations pour son suivi qu'il note dans le carnet de liaison.

### **Le patient réalise enfin un bilan individuel avec l'infirmière (45 min.)**

Ils font le bilan sur sa motivation, ce qu'il a appris et si les objectifs ont été atteints. Elle formalise, avec lui, de nouveaux objectifs d'apprentissage qui seront évalués dans le cadre du suivi. Elle note les résultats de ce bilan dans le carnet de liaison et remet au patient son livret pédagogique reprenant les grands axes du contenu de chaque atelier.

### **A la fin du programme, le patient bénéficie d'un suivi à 3 et 6 mois,**

par questionnaire. Une adresse e-mail peut être utilisée, par le patient, à sa convenance. Une réponse de l'équipe lui sera envoyée dans les meilleurs délais.



# 22

# Mini-cures thermales

## Mini-cure Thermes Découverte

Pour découvrir les bienfaits des soins thermaux, un programme de 4 soins quotidiens à choisir parmi les soins suivants : Mobilisation en piscine - jets de forte pression en piscine - Bain de boue en apesanteur - Douche au jet - Douche pénétrante hydromassante - Bain thermal.



Tarif\* :

4 soins = 55 € - Ce forfait est modulable de 1 à 5 jours de soins.



## Mini-cure sur Mesure

Pour bénéficier d'une cure efficace et adaptée à vos besoins santé, 5 soins quotidiens prescrits sur mesure par le médecin thermal, parmi les soins suivants : Mobilisation en piscine - Jets de forte pression en piscine - Bain de boue en apesanteur - Douche au jet - Douche pénétrante hydromassante - Cataplasmes de boue thermique - Bain thermal.

Rhumatologie ou neurologie, quelles que soient vos attentes santé, ce programme s'y adapte parfaitement.



Tarifs\* :

Mini-Cure 6 Jours : de 30 soins selon la prescription : 381 €

Mini-Cure 12 Jours : de 60 soins selon la prescription : 744 €



### Le Saviez-vous ?

Idéal pour ceux  
qui veulent découvrir  
nos soins :  
Thermes Découverte  
à la journée  
5 soins Rhumatologie  
ou Neurologie  
pour 55 €

# 23

## Mini-cure Parkinson

Un programme de 30 soins "neurologie", sur mesure, prescrit par le médecin thermal (5 soins/jour) pour diminuer les douleurs liées aux contractures musculaires et de retrouver de l'autonomie et de la souplesse.

**1 bilan Diététique**

**1 séance de Do In** : technique d'automassage issue de la médecine traditionnelle chinoise.

**1 séance de Qi Gong** : Gymnastique traditionnelle chinoise associant mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.

**2 séances de Gymnastique adaptée.**

**Tarifs\* :**  
**6 Jours : 501 €**  
**12 Jours (il convient de doubler les soins et activités ci-dessus) : 984 €**

## Bon à Savoir

Une **visite médicale** préalable est **obligatoire**, le médecin thermal **personnalisant** votre programme de **soins**. Vous retirez ainsi un **maximum de bienfaits** de votre cure.

## Mini-cure Sclérose en Plaques

Un programme de 30 soins "neurologie", sur mesure, prescrit par le médecin thermal (5 soins/jour) pour vous apporter un soulagement réel.

**1 séance de gymnastique en piscine thermale.**

**1 séance de Sophrologie.**

**1 séance de Do In** : technique d'automassage issue de la médecine traditionnelle chinoise.

**1 séance de Qi Gong** : Gymnastique traditionnelle chinoise associant mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.

**1 séance d'exercices respiratoires et concentration.**

**Tarifs\* :**  
**6 Jours : 501 €**  
**12 Jours (il convient de doubler les soins et activités ci-dessus) : 984 €**



## Mini-cure Fibromyalgie

Un programme de 30 soins "neurologie", sur mesure, prescrit par le médecin thermal (5 soins/jour) pour améliorer la qualité de vie du patient grâce à une diminution des symptômes douloureux et d'offrir les ressources psychologiques adéquates pour permettre de mieux vivre cette maladie quotidienne.

**3 séances de gymnastique en piscine thermale.**

**1 séance de Sophrologie.**

**1 séance de Qi Gong** : Gymnastique traditionnelle chinoise associant mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.

**1 séance de Gymnastique adaptée.**

**Tarifs\* :**  
**6 Jours : 501 €**  
**12 Jours (il convient de doubler les soins et activités ci-dessus) : 984 €**

\* Les mini-cures thermales ne sont pas prises en charge par l'assurance maladie.

# 24

# Dynamisez votre cure

**Nouveau :**  
**Dynamisez votre cure**  
**avec les activités à la carte !**

*Conférences, cours de gym adaptés, Espace Forme ...  
les Thermes de Lamalou vous proposent de renforcer  
les bienfaits de votre cure avec des activités "à la carte"  
à sélectionner selon vos besoins et envies.*

**En totale liberté !**

*Envie d'apprendre à mieux vous nourrir  
et reprendre l'activité physique à votre rythme ?  
Ou bien réguler votre stress durablement ?  
Avec les activités à la carte, c'est vous qui choisissez  
ce qui vous convient le mieux  
parmi près de 10 activités différentes.*



# Des modules à la carte

# 25

## Les Activités "Santé"

### Salle de Gymnastique

Une salle de gymnastique ensoleillée et climatisée propose des séances encadrées par un enseignant en activités physiques adaptées : stretching, Adresse équilibre, Co-ordination motricité, Pilates, gym douce, atelier du dos, marche nordique... Un large choix de cours sur toute la semaine à organiser selon votre rythme et vos possibilités.

**A partir de 10 €**  
(possibilité de forfaits)

### Bilan Diététique (60 minutes)

Dispensé par une diététicienne diplômée, cet atelier vous permet de découvrir et apprendre comment élaborer des repas équilibrés et prévenir ou prendre en charge les problèmes de surpoids. **40 €**

### Séance de Relaxation Sophrologie, Do in, Qi gong, Yoga (60 minutes)

Dispensés par des thérapeutes spécialisés, ils vous enseignent des techniques de relaxation afin de mieux gérer votre stress et vos douleurs. **10 €**

### Séance de sophrologie en Bain de Boue (60 minutes)

L'effet d'apesanteur produit par le bain de boue décuple les bienfaits de la séance de sophrologie. **15 €**

### Aquagym Adaptée (30 minutes)

Cette séance de 30 minutes d'aquagym, dispensée par un éducateur sportif, vous permet de

continuer ou de reprendre en douceur une activité physique adaptée. **10 €**

### Aquaphobie (30 minutes)

Cet atelier vous permet de maîtriser ou d'appréhender votre peur de l'eau. **10 €**

### Musicothérapie (20 minutes)

Un casque sur les oreilles vous vous laissez bercer par un programme musical spécifique et apprenez ainsi à maîtriser stress et douleurs. **20 €**



## Les Activités "Bien-être"

### Le Lit Hydromassant

Au cœur des Thermes, sur un matelas d'eau chaude, des jets parcouraient votre corps et le massent. Ce soin déstressant et drainant peut vous être programmé avant ou après vos soins thermaux.

**10 min. : à partir de 16 €**  
(possibilité de forfaits)

**20 min. : à partir de 26 €**  
(possibilité de forfaits)



De nombreuses conférences animées par des Neurologues ou Rhumatologues des CHRU de Montpellier Parkinson, Polio, Sclérose en plaques, Charcot Marie Tooth, Fibromyalgie.. et Autres Conférences.

Mais également sur les Conseils en diététique, le rôle de la Maison Départementale des Personnes Handicapées...



**Quelques infos  
pour vivre votre cure  
en toute sérénité**

Les mois de septembre et octobre  
sont extrêmement chargés ; privilégiez  
les mois précédents

Afin d'accueillir les curistes  
dans des conditions optimales,  
Le nombre de disponibilités est limité.

Réservez le plus tôt possible  
afin d'obtenir la date et l'horaire  
correspondant à vos souhaits

# Réservez, organisez

## Comment réserver ma cure à Lamalou ?

Une fois la date choisie, il est très facile de réserver votre cure :

- Par téléphone, auprès de notre Service de Réservation au **0825 825 007**.
- Sur Internet, en réservant en ligne sur : **www.chainethermale.fr**
- Par courrier, en renvoyant le formulaire de réservation (inclus dans ce guide).

## La Prescription de votre Cure Thermale Conventionnée 18 Jours

La cure thermale est un acte médical. Pour donner lieu à une prise en charge, elle est obligatoirement prescrite par un médecin.

1. Votre médecin traitant prescrit la cure en remplissant un formulaire de demande de prise en charge (fourni par les Caisses - modèle téléchargeable sur le site [www.ameli.fr/assures/soins-et-remboursements](http://www.ameli.fr/assures/soins-et-remboursements)) et en précisant la ou les orientations et la station choisie.

**Bon à savoir :** si vous êtes justiciable de deux orientations et qu'elles vous ont été prescrites (RH + NEU), elles doivent être impérativement inscrites sur ce formulaire.

2. Vous renvoyez ce formulaire complété à votre Caisse d'Assurance Maladie.

3. Dès réception de la réponse, il est important de vérifier : nom du bénéficiaire, station thermale, orientation(s) thérapeutique(s), date de validité (la prise en charge est valable jusqu'au 31/12 de l'année en cours), tampon et signature de la Caisse sur chaque volet. En cas d'erreur, il faut contacter votre Caisse.

### Malin !

En choisissant  
le Service Réservation Plus,  
bénéficiez de l'exonération  
des arrhes thermales.  
Vous ne réglez que les arrhes  
liées à la réservation  
de votre hébergement,  
soit 330 €.

## Réservez votre Cure en 4 étapes

**1 Réservez votre cure**  
en contactant notre Service  
de Réservation au **0825 825 007**,  
ou directement sur notre site internet  
[www.chainethermale.fr](http://www.chainethermale.fr)  
ou en renvoyant le formulaire  
de réservation ci-joint.

Votre réservation sera définitivement  
validée, par le versement d'arrhes  
de garantie, soit par chèque, soit,  
pour votre plus grand confort,  
par Carte Bancaire :

- 90 € par curiste pour une cure  
Service Standard.

Les curistes bénéficiant de la CMU  
(joindre un justificatif) sont exonérés  
du versement d'arrhes.

Vous recevrez dans les jours qui  
suivent, un courrier de confirmation.

**2 Réservez votre hébergement**  
Pour plus de tranquillité, vous  
pouvez opter pour notre formule  
Réservation Plus : votre cure  
thermale et votre hébergement  
réservés en une seule démarche  
(pour en savoir plus sur les  
hébergements proposés, rendez-vous  
p. 33/34).

**3 Dès la confirmation  
de votre réservation, prenez  
rendez-vous avec le médecin  
thermal**  
de votre choix (retrouvez la liste  
des médecins en p. 12).

A votre arrivée à Lamalou-les-Bains,  
ce médecin établira votre  
programme de soins, en tenant  
compte de vos besoins théra-  
peutiques et éventuelles contre-  
indications.

Ce rendez-vous doit être impéra-  
tivement pris, avant le début  
de votre cure, de préférence la veille  
du premier jour de cure.

**4 Après avoir consulté  
le médecin thermal,** présentez-  
vous au Centre d'Accueil pour  
établir votre dossier thermal  
et votre planning de cure.



# Votre remboursement

# 27

## Vous bénéficiez de la prise en charge thermale ?

### Les visites chez le médecin thermal

Il y en a deux voire trois durant votre séjour de cure. Elles vous seront remboursées :

- à hauteur de **70%** du montant forfaitaire fixé.
- à hauteur de **100%** de ce forfait, en cas d'exonération du ticket modérateur.

#### **Comment faire ?**

*Pendant la cure, vous réglez directement au médecin thermal ses honoraires de surveillance médicale de cure.*

*Puis adressez le volet A, correspondant à ces visites, à votre organisme social pour remboursement.*

#### **Le savez-vous ?**

Nous avons passé des accords avec la plupart des Mutuelles qui prennent en charge le solde restant pour la cure : renseignez-vous auprès de nos Hôtesse !

### Les frais de séjour

Si vos ressources sont inférieures au plafond préétabli, ils vous seront remboursés :

- à hauteur de **65%** du forfait fixé,
- à hauteur de **100%** de ce forfait en cas d'exonération du ticket modérateur.

#### **Comment faire ?**

*A la fin de votre cure, envoyez votre volet D, dûment rempli par votre logeur, à votre organisme social.*

#### **Vous devez voyager accompagné ?**

Rassurez-vous, si vous ne pouvez vous déplacer seul(e), la personne qui vous accompagne peut être remboursée sous certaines conditions. Renseignez-vous !

### Vos soins thermaux

Les bases de votre remboursement sont actuellement :

- à hauteur de **65%** du tarif de base conventionné,
- à hauteur de **100%** de ce même tarif, en cas d'exonération du ticket modérateur.

#### **Comment faire ?**

*Si vous bénéficiez d'une prise en charge de cure thermique délivrée par la Sécurité Sociale, régime général, vous bénéficiez du Tiers payant : Réglez auprès de l'établissement thermal le ticket modérateur et le cas échéant, les soins complémentaires non pris en charge.*

*Pour les autres régimes, se renseigner auprès de nos hôtesse.*

#### **Les indemnités journalières**

Rapprochez-vous de votre Caisse d'Assurance Maladie pour connaître les formalités relatives aux indemnités journalières au cours de votre cure.

#### **Cas particulier**

Si vous êtes assuré(e) à un autre régime de Sécurité Sociale que le régime général, vous pouvez bénéficier de conditions sensiblement équivalentes : tel est le cas, par exemple, des régimes agricole, minier, etc. Renseignez-vous, avant de partir en cure, auprès de votre organisme social.

### Les frais de transport

Par train ou en voiture : votre remboursement est fixé forfaitairement sur la base du prix du billet SNCF aller-retour 2<sup>ème</sup> classe, concernant le trajet entre votre résidence principale et la gare du lieu de cure le plus proche. Les frais d'autoroute ne sont pas pris en compte. Vous serez remboursé(e) :

- à hauteur de **65%** du prix de ce billet, si vos ressources ne dépassent pas le plafond fixé,
- à hauteur de **100%**, en cas d'exonération du ticket modérateur.

#### **Comment faire ?**

*Payez simplement vos frais de transport au fur et à mesure, puis envoyez votre volet C de prise en charge à votre organisme social, accompagné des pièces justificatives.*

# Thermes Plus

## On vous tient au courant

- Dans chaque station, un **animateur Thermes Plus** se tient à votre disposition pour vous informer et vous guider dans vos démarches.
- Chaque année, vous recevez votre décompte de points détaillé ainsi que notre Brochure Thermes Plus de l'année. Vous n'avez pas besoin de votre carte, on peut systématiquement lors de votre cure, vous indiquer votre nombre de Points Soleil :
- Notre **brochure Thermes Plus annuelle** est à votre disposition **dans toutes les stations ou sur simple demande** de votre part au 01 44 71 37 00.

Pendant  
votre séjour thermal,  
pensez à utiliser  
vos Points Soleil !



# Vos points fidélité

# 29

## Votre inscription à Thermes Plus : systématique !

C'est gratuit, sans démarche de votre part, il suffit d'être majeur et d'effectuer une cure de 18 jours de soins ou un forfait de 6 jours de soins minimum.



## Vos points fidélité : des Points Soleil !

Vous recueillez des points selon le type de séjour que vous effectuez dans notre Maison :

- Cure classique complète de 18 jours et/ou cures spécifiques.
- Mini-cures thermales.
- Séjours Compagnie des Spas® de 2 à 6 jours.
- Hébergement (hôtel et résidences) dans nos maisons.
- Cure effectuée en **Service Premier**.
- Achats à la boutique Ateliers du Soleil (minimum d'achats de 30 euros).
- Soins d'esthétique à l'Institut de Beauté de votre station (minimum d'achats de 50 euros).
- Parrainage Club des Amis.



**NOUVEAUTÉ :**  
Des Points Thermes Plus  
supplémentaires  
pour tous ceux qui réservent  
leur cure 2014 sur place  
**Renseignez-vous !**

## Utilisez votre chèque Bon Point : c'est cadeau !

Du nombre de points Soleil accumulés lors de vos séjours, dépend le montant du Chèque Bon Point.

Ce chèque Bon Point vous est remis à votre demande lors de votre cure.

Il peut être utilisé :

- Sur tous les **achats Ateliers du Soleil** dans nos boutiques.
- Pour le **règlement de l'hébergement** de nos stations, selon les stations.
- Pour les formules de **restauration** dans les stations les proposant (minimum de 35 euros, hors bar et cave).



# 30

Renseignez-vous  
auprès des hôtesse  
en station ou demandez  
votre bulletin d'adhésion  
au : 01 44 71 37 00

# Le Club des Amis

Les fidèles du thermalisme, se retrouvent dans le très sélect Club des Amis pour échanger idées et discussions, partager leurs expériences de curistes et accompagner chaleureusement les nouveaux arrivants.

## Devenir membre du Club ?

C'est gratuit, et réservé aux curistes majeurs ayant effectué une cure classique complète ou un séjour de remise en santé d'au moins 6 jours.

## Comment parrainer un filleul ?

Vous avez vous-même effectué une cure dans les deux années antérieures à ce parrainage : vous nous demandez un carnet de parrainage, c'est gratuit et sans engagement ! Vous remplissez les coordonnées d'une personne n'ayant jamais effectué de cure classique ni de séjour de remise en santé, vous nous les envoyez très vite !

## Vous voilà Parrain !

- Lorsque **votre filleul effectue sa cure ou son séjour de remise en santé** dans les deux années qui suivent son inscription par vous.
- Vous pouvez dans les deux années qui suivent, **être dispensé du versement des arrhes thermales** pour vous-même.
- Votre filleul reçoit un **quota de points Thermes plus Points Soleil**.
- Pour les parrains les plus convaincants, **les Lauriers des Sources viennent s'ajouter aux Points Soleil**.
- Pour les parrains au meilleur palmarès, **vous êtes invités au Weekend de Prestige**, tous frais payés, dans une ville de France.



Depuis 1987,  
soit depuis 15 ans,  
je viens en cure  
à Lamalou les Bains.  
Ce sont « mes » 3 semaines.  
Cette station est très bien

située, au pied des Cévennes et à proximité de la mer, avec un climat chaud et ventilé en été.

C'est une des rares stations qui traite ensemble la neurologie et la rhumatologie. Je l'apprécie beaucoup et j'ai pu constater tous les bienfaits de l'eau thermale, au point que j'en ai parlé autour de moi et j'ai pu faire part de mon expérience.

J'ai parrainé une bonne dizaine de personnes, et 8 d'entre elles ont effectué des cures. J'en retrouve une partie chaque année, et c'est avec un grand plaisir que nous pouvons échanger sur place nos points de vues et impressions. C'est pour moi une énorme satisfaction d'avoir pu faire découvrir l'univers de la cure et je continue de le faire.

Je n'ai pas encore participé à un week-end prestige, mais je suis certaine que ce doit être un moment fort. Et comme les petits présents entretiennent l'amitié, la chaîne thermale m'adresse chaque année de charmantes attentions pour manifester sa reconnaissance à ma fidélité et à mon enthousiasme.

**Mme Monique LALANNE**  
**Curiste Convaincue**

## Nos petites surprises

- La gazette **Bleu Soleil** vous est systématiquement **envoyée**.
- Lors de votre séjour en station, **vous êtes cordialement accueilli** autour d'un verre de l'amitié.
- En cours d'année, d'agréables **surprises vous sont adressées**.

Carnet  
de parrainage  
du Club des Amis

CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL  
sp. naturellement pour vous soigner



# Plaisir d'offrir

● *Faites plaisir à votre entourage !  
La Compagnie des Spas® a imaginé pour vous des idées cadeaux originales et douces à offrir à vos amis et à ceux que vous voulez chouchouter : le Bon Cadeau et le Coffret Cadeau vous permettent de découvrir nos soins thermaux et esthétiques, dans nos 8 établissements. ●*

## Le bon cadeau

Offrez des Journées Aqua, véritables rituels de 4 à 6 soins sur une demi-journée : soins esthétiques ou de bien-être, à l'unité, et des séjours de remise en forme, comprenant soins et hébergement.



### Comment l'utiliser ?

Suite à votre achat, nous vous faisons parvenir dans un élégant porte-chèque, un Bon Cadeau numéroté qui comporte : le type de séjour choisi, le nom de la personne qui en bénéficie, le nom de celle qui fait le cadeau, l'établissement où se déroulera la prestation, la date d'émission.

## Le coffret cadeau

Nos Coffrets Cadeaux contiennent des séjours bien-être, comprenant des soins d'eau thermale ou beauté, une nuit en hôtel ou en résidence de charme et les petits-déjeuners pour 2 personnes.

### Comment l'utiliser ?

Suite à votre achat en ligne, nous vous faisons parvenir dans un élégant Coffret Cadeau qui comporte : une carte cadeau avec le nom de la personne qui en bénéficie, le nom de celle qui fait le cadeau, ainsi qu'une brochure présentant les établissements où le bénéficiaire peut choisir son séjour et la liste des types de séjours proposés.



## Où les acheter ?

Dans tous les établissements thermaux de La Chaîne Thermale du Soleil, sur notre site internet et auprès de notre antenne de Strasbourg : nos hôtesse se feront un plaisir de vous renseigner.

Naturellement, la valeur de votre cadeau n'y figure pas !

N'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples renseignements.

N'hésitez pas à faire plaisir !

**Un plaisir salubre !**

**Pour tout savoir,  
rendez-vous  
sur les Bons et Coffrets  
Cadeaux :**

[www.compagniedesspas.fr](http://www.compagniedesspas.fr)

Compagnie  
des Spas

# 32

# Se rendre à Lamalou



● *Située dans l'Hérault, au coeur d'une région dominée par le mont Caroux culminant à 1091 mètres, la station de Lamalou-les-Bains s'étend sur plus de 2 kms, le long de la vallée du Bitoulet.* ●



**Par train :**  
SNCF : Paris - Lyon - Béziers par TGV.  
Ligne Béziers - Bédarieux TER  
Gares TGV Montpellier, Sète, Béziers.



**Par route :**  
A75, Paris - Lodève par Clermont-Ferrand, Lodève - Bédarieux D35, Bédarieux - Lamalou-les-Bains D908 direction Saint-Pons.

A9, sortie Béziers-Est direction Bédarieux D909, Hérépian - Lamalou-les-Bains D908.  
(Carte Michelin n°339).



**Par avion :**  
Aéroports de Montpellier-Fréjorgues (80 km)



# Séjourner à Lamalou

33

● Impossible  
de ne pas trouver  
l'hébergement de votre choix  
à Lamalou-les-Bains.  
Un grand nombre  
de formules alliant logement  
et restauration vous  
sont proposées  
dans la station thermale ! ●



# 34

# Séjourner à Lamalou

## Résidence Du Bois de Lon (Boulevard Mourcairol)

A quelques minutes des thermes et du centre-ville, cette charmante résidence vous propose 77 studios et appartements confortables, **dont 5 appartements équipés pour personnes à mobilité réduite**, desservis par ascenseur, possédant de belles loggias où il fait bon se délasser au soleil.

Tél : 0 825 825 007 - Fax : 04 67 23 31 49

- 3 Clés vacances.
- Télévision avec bouquet Canal+ Satellite.
- Téléphone direct.
- Ascenseur.
- Cuisine équipée.
- Change du linge hôtelier toutes les semaines.
- Linge fourni : draps, taies, linge de toilette, torchons...
- Laverie gratuite.
- Navette payante.
- Possibilité de petits déjeuners.
- Livraison de repas à domicile.
- Salle de loisirs vec un programme d'animations.
- Point internet et accès Wifi gratuit.



### TARIFS CURE THERMALE CLASSIQUE 21 JOURS, PAR NUIT

	Basse saison	Haute saison
<b>Studio RDC Baignoire 5 (25 m2)</b> 1 pers. / 2 pers.	36 €	45 €
<b>Studio RDC Douche 6 (25 m2)</b> 1 pers. / 2 pers.	40 €	54 €
<b>Studio Etage 61 (25 m2)</b> 1 pers. / 2 pers.	42 €	55 €
<b>Appartement 5 (35 m2)</b> 1 pers. / 2 pers.	56 €	71 €

Prix par nuit et par logement. Taxe de séjour en sus.

Basse saison du 10/02 au 31/03 et du 01/11 au 15/12/2013.  
Haute saison du 01/04 au 31/10/2013.

### TARIFS 2013 Hébergement Mini-Cures

	Forfait 7 nuits	Forfait 14 nuits
<b>Prix par personne en studio double</b>	252 €	504 €
<b>Prix par personne en studio individuel</b>	504 €	1008 €

# Annuaire pratique

# 35

## Liste des hébergements

### LES HOTELS :

6 hôtels dont :

Le Belleville\*\* - Voir page 41

Le Galimar\*\* - Voir page 42

Du Square\*\* - Voir page 41

Rêv'Hôtel\*\* - Voir page 41

Le France\*\* - Voir page 42

### LES RÉSIDENCES

3 Résidences dont :

Le Bois de Lon\*\*\*

(en cours de classement) - Voir page 34

### CAMPINGS

1 campings 2\* à Lamalou :

Le Verdale - Voir page 40

1 campings 3\* aux Aires :

Le Gatinié - Voir page 40

### LES AGENCES LOCATIONS THERMALES

2 agences immobilières dont :

Lamalou Immobilier - Voir page 43

434 MEUBLÉS de 1 à 4 étoiles dont :

Le Bois de Lon - Voir page 34

Le Verdale - Voir page 43

Plein Soleil - Voir page 43

Nexalia - Voir page 42

Medicis - Voir page 42

### GITES ET CHAMBRES D'HÔTES

A Lamalou :

Villa Entremont - Voir page 43

4 gîtes labellisés 2 épis

A Le Poujol-sur-Orb :

Les Cabrials 3 épis - Voir page 42

10 CHAMBRES LABELLISEES 3 épis et 2 épis

# Lamalou ...et sa



## Entre Beauté sauvage et Art roman

Cette vivante petite ville offre de nombreux parcs parmi lesquels le square et le jardin du casino : de là, en traversant le square, on parvient au parc de l'Usclade avec une jolie vue de la terrasse. Vous pourrez aussi descendre vers le parc des Sports animé de jeux d'enfants.

Il y a plus d'une façon de découvrir la ville : en centre-ville, vous vous promènerez du square de la Poste, planté de marronniers, jusqu'à la place de l'église.. Prenez par exemple l'avenue de Capimont à partir de la place du Marché, jusqu'au quartier de Roucarasse. Une fois en haut de la petite côte, vous pourrez revenir à l'entrée de Lamalou par le pont Carrel. La place du marché constitue aussi un autre point de départ : prenez le chemin du camping qui traverse le Bitoulet et vous découvrirez la passerelle qui vous conduira au quartier des Carbonnières.

### Prieuré Saint-Pierre de Rhèdes

Sous sa forme primitive, ce monument d'art roman des XIe et XIIe siècles rassemble jadis les fidèles des villages voisins. Admirez aujourd'hui ses colonnes romaines, ses plus anciens vestiges, ainsi que le splendide ciselage du bas-relief intérieur de saint Pierre et du visage du Christ. Le prieuré est devenu un centre d'animation des plus remarquables de la station thermale.

### Les abbayes du Languedoc

Etant l'un des plus anciens lieux de peuplement d'Europe Occidentale, le Languedoc possède de nombreux vestiges d'une tradition religieuse vivante.

### Abbaye du Sylvanès (48km)

Fondée en 1154, cette église paroissiale est l'une des plus vastes abbayes cisterciennes. Profitez de son incomparable acoustique pour assister aux concerts estivaux ou aux stages instrumentaux qui y sont organisés !

### Saint-Guilhem le Désert (58km)

Vous serez séduit par l'abbaye de ce village médiéval dont le style est l'un des plus admirables témoignages de l'art roman languedocien. Elle constitue depuis toujours une étape pour les pèlerins de Saint-Jacques-de-Compostelle.

**A la fois  
riche  
de monuments  
religieux  
et de sites naturels,  
la région invite  
à d'agréables  
parcours.**

# -les-Bains région

37

## **Abbaye de Valmagne (58km)**

Près de Mèze et de l'étang de Thau, cette abbaye est, aux XIIe et XIIIe siècles, une des plus riches du sud de la France. Vous pourrez visiter l'église gothique construite sur des fondations romanes, inspirée des grandes cathédrales du Nord. Quant au cloître, il a le charme des jardins de Toscane avec la fontaine et la salle capitulaire.

## **Degrangmont (60km)**

A Saint-Michel, c'est tout un ensemble de vestiges que vous découvrirez, qui vont des dolmens et menhirs néolithiques jusqu'au Prieuré.

## **Et encore...**

Toujours pour les amateurs d'art religieux, sachez que les abbayes Sainte-Marie-d'Orbieu (112 km), Saint-Félix-de-Montceaux (68 km) et celle de Fontcaude (42 km) attendent également votre visite.

## **Des villes qui valent le détour**

### **Villemagne l'Argentière (7km)**

De nombreuses curiosités vous attendent à Villemagne. Et tout d'abord, son église gothique dotée d'une large nef unique et de profonds contreforts. Admirez aussi le Pont du Diable sur la Mare du XVIIIe siècle, l'Hôtel des Monnaies, belle maison médiévale, et la tour de Mirande, important vestige de l'ancien monastère qui se dresse derrière l'ancienne abbatale.

### **Bédarieux (9km)**

Allez visiter cette charmante cité où les premiers moulins à blé sont érigés au XIIe siècle, avant l'apparition, un peu plus tard, des moulins à drap. Vous y admirerez l'église Saint-Alexandre, étape des pèlerins de Saint-Jacques-de-Compostelle.

### **Béziers (39km)**

Capitale du vignoble languedocien, Béziers invite à de multiples promenades. Au centre de la vieille ville, les allées Paul Riquet, avec les écluses de Fonsérannes qui constituent l'une des plus intéressantes curiosités de cet ouvrage et offrent sur leurs rives de jolies promenades à pied ou à vélo. Sur une butte dominant la rive gauche de l'Orb, où se dresse l'ancienne cathédrale romane Saint-Nazaire, célèbre par son clocher haut de 48 mètres, la sacristie du XVe siècle couverte d'une voûte en étoile, et le cloître.



# Lamalou-les-Bains ...et sa région

## Des rendez-vous traditionnels

- **Réunion mensuelle Accueil curistes organisée par l'Office de Tourisme** : Présentation d'un diaporama sur la région suivie d'une dégustation des produits du terroir. De mars à novembre, en règle générale le 1<sup>er</sup> vendredi de chaque mois
- **Juillet-Août** : Festival d'opérettes. Concert dans le patio des Thermes.
- **Premier samedi de chaque mois** : Réunion au cercle culturel et littéraire des Hauts-Cantons.
- **Toute l'année** : Marché hebdomadaire, bridge, pétanque et club de l'amitié.



## Quand la nature nous étonne

### Gorges de Colombières (6km)

Tout proche de Lamalou, vous pourrez admirer cette gorge encaissée, creusée par un torrent descendant du massif du Caroux et jalonnée de pièces d'eau transparente.

### Gorges d'Héric (13km)

Elles constituent la principale curiosité du massif du Caroux sous forme d'entailles très profondes dans le roc. Elles sont le point de départ de nombreuses voies d'escalade.

Vous avez un penchant pour le **sport** ou, dans un autre style, pour l'**opérette** ou la **pêche** ?  
**Sachez que Lamalou et les communes voisines vous proposent de nombreux loisirs.**

### A pied, à cheval, à vélo

**Amateurs de promenades**, tout un éventail de circuits a été conçu pour vous dans la région. Vous êtes bien chaussé ? Alors attaquez-vous au parcours de santé de Lamalou situé dans la forêt de l'Usclade : assouplissements, exercices respiratoires, de tonification...la forme assurée !

Marcheurs, sachez que le massif du Caroux est balisé pour les petites comme pour les grandes randonnées. Préparez votre gourde !

Si vous êtes **un incondicional du cheval**, rendez-vous au centre équestre de la route du Poujol/Orb pour des promenades ou des stages. D'autres loisirs sont accessibles à Lamalou et dans ses environs : le golf et le tennis (Lamalou), la pêche (dans l'Orb ou l'Hérault), les sports aériens (Bédarieux - La tour) et nautiques (lacs du Parc naturel Régional du Haut-Languedoc).

De Mons-la-Trivalle à Mazamet, vous pourrez faire une balade de plusieurs kilomètres ou de quelques instants à travers la voie verte du haut languedoc.

### Une petite dégustation

En Languedoc, la vigne est partout. Vous ne pouvez pas ignorer les vins des coteaux du Languedoc, de Faugères et de Saint-Chinian ni les côtes de Thongue, à consommer avec modération.



## Carnet d'adresses

Liste participants hébergements, Renseignements utiles .....	<i>Page 40</i>
Soyez les bienvenus à Lamalou, Tourisme, Loisirs.....	<i>Page 40</i>
Hôtels-Restaurants .....	<i>Pages 41-42</i>
Résidence hôtelière, Studios, Meublés, Locations .....	<i>Pages 42-43</i>
Agence Immobilière.....	<i>Page 43</i>
Restaurants, Commerces .....	<i>Page 43</i>
Produits du terroir, Transports, Taxis, Excursions .....	<i>Page 44</i>
Fournisseurs, Partenaires des Thermes de Lamalou.....	<i>Page 44</i>

## Hôtels

★★	BELLEVILLE	04 67 95 57 00
	GALIMAR	04 67 95 22 99
	DU SQUARE	04 67 23 09 93
	REV'HÔTEL	04 67 95 63 14
	LE FRANCE	04 67 95 63 25

## Résidences - Studios - Locations

★★★	LE BOIS DE LON	0 825 827 007
	NEXALIA	04 67 95 29 58
★★	PLEIN SOLEIL	04 67 95 88 46
	RÉSIDENCE MEDICIS	04 67 23 32 60
	VILLA CAPIMONT	06 75 78 28 13

## Gîtes

	LES CABRIALS #1	06 09 06 91 62
	DOMAINE GATINIÉ	04 67 28 41 69

## Chambre d'hôtes

VILLA ENTREMONT	04 67 95 28 13
-----------------	----------------

## Campings

★★★	GATINIÉ	04 67 95 71 95
★★	CAMPING MUNICIPAL LE VERDALE	04 67 95 86 89

## Restaurants

LES MARRONNIERS	04 67 95 76 00
BRASSERIE BELLEVILLE	04 67 95 57 00
CHEZ HUGO	04 67 95 64 91

## Agence immobilière

LAMALOU IMMOBILIER	04 67 95 88 46
--------------------	----------------

## Renseignements utiles

OFFICE DE TOURISME	04 67 95 70 91
MAIRIE	04 67 95 63 07
POLICE MUNICIPALE	04 67 95 27 37
GENDARMERIE (Bédarieux)	04 67 95 09 29
LA POSTE	36 31
TAXI	06 08 77 12 96

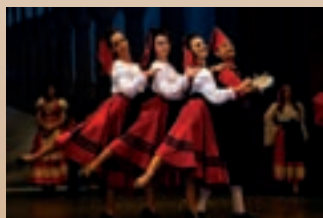


## OFFICE DE TOURISME du « PAYS DE LAMALOU-LES-BAINS »

Lamalou-les-Bains – Hérépian – Les Aires  
Le Pradal – Villemagne l'Argentière

1 Avenue  
Capus

34240 LAMALOU  
LES-BAINS



ACCUEIL - ANIMATION  
HÉBERGEMENTS

Meublés - Hôtels - Campings - Gîtes  
+ de 2200 Lits Touristiques

Tél. 04 67 95 70 91



e-mail : [omt.lamalou@wanadoo.fr](mailto:omt.lamalou@wanadoo.fr)  
site internet : [www.ot-lamaloulesbains.fr](http://www.ot-lamaloulesbains.fr)



SOURCE VERNIÈRE

LES AIRES  
34240 LAMALOU-LES-BAINS



# Belleville

Au centre de Lamalou à 250 m des Thermes face à l'Office de Tourisme et à 2 pas du marché couvert

## HOTEL - RESTAURANT

OUVERT TOUTE L'ANNÉE

Pension et 1/2 Pension



24 chambres climatisées

Cuisine de qualité  
Menus authentiques • Régimes

NAVETTE THERMALE  
OFFERTE  
POUR LES PERSONNES  
A MOBILITÉ RÉDUITE

### Forfait Curiste • Art. 115

55 Chambres,  
dont 47 chambres avec T.V.,  
bains ou douche et W.C.

### ASCENSEUR

SALONS • TERRASSE • JARDIN  
GARAGES ET PARKING PRIVÉS

### Tarif long séjour

34240 LAMALOU-LES-BAINS  
1, Avenue Charcot

Tél. 04 67 95 57 00

[www.hotelbelleville.com](http://www.hotelbelleville.com)

[hotel-lamalou@wanadoo.fr](mailto:hotel-lamalou@wanadoo.fr)

### Le Restaurant



Menus et Carte

### La Brasserie



Restauration rapide

# Rev' Hotel

HÔTEL RESTAURANT

SALON DE THÉ



PENSION - 1/2 PENSION  
à 250 m des Thermes

Chambres  
tout confort

Hôtel climatisé



2 AVENUE DU DR. MENARD - 34240 LAMALOU-LES-BAINS

Tél. 04 67 95 63 14

e-mail : [rev.hotel.34@orange.fr](mailto:rev.hotel.34@orange.fr)  
[www.revhotel-lamalou.fr](http://www.revhotel-lamalou.fr)



# HÔTEL DU SQUARE

HÔTEL PLAIN PIED CLIMATISÉ

Ouvert toute la saison thermale



CHAMBRES  
TOUT CONFORT  
AVEC  
TERRASSE



PENSION - 1/2 PENSION

11 AVENUE FOCH - LAMALOU-LES-BAINS

TÉL. 04 67 23 09 93 FAX 04 67 23 04 27

[www.hoteldusquare.com](http://www.hoteldusquare.com)






## HÔTEL DE FRANCE

www.lamalou-hoteldefrance.com  
contact@lamalou-hoteldefrance.com

PENSION • 1/2 PENSION

**Téléphone et TV dans toutes les chambres**

**SALON**

RESTAURANT CHEZ HUGO

Tél. 04 67 95 63 25

6 Avenue Joffre  
AU CŒUR DE LAMALOU  
à 150 m des Thermes et du Casino

Dans un cadre 1900 ou en terrasse pendant les beaux jours, venez découvrir une cuisine de terroir élaborée avec des produits régionaux

Tél. 04 67 95 64 91

**FORFAIT CURE ARTICLE 115**

WiFi GRATUIT

ancv

NOUVEAUX PROPRIÉTAIRES




## Hôtel Restaurant Galimar

en cours de classement

à 500 m des Thermes

PENSION et 1/2 PENSION

CHAMBRES DE PLAIN PIED OU EN ÉTAGE

FORAITS CURISTE

PISCINE ET PARKINGS PRIVÉS

TERRASSE OMBRAGÉE

OUVERT DE FÉVRIER À DÉCEMBRE

TÉLÉPHONE DIRECT • TV • DOUCHE ET WC DANS TOUTES LES CHAMBRES

ARTICLE 115

TABLE RÉGIONALE ET TRADITIONNELLE

17 BOULEVARD ST MICHEL  
34240 LAMALOU-LES-BAINS

Tél. 04 67 95 22 99

www.galimar.fr

WiFi GRATUIT

ancv



## Résidences - Studios - Locations

### LOCATION 4 \*\*\*\* SPECIAL CURES

### Villa de Fontenay Résidence Ambroise Paré

Classement \*\*\*\*  
prevu à la livraison




2 Résidences tout confort à deux pas des Thermes de Lamalou-les-Bains



Infos : 04 67 95 29 58



## Résidence Médicis

La propriétaire habite dans la résidence !

Dans une maison de caractère entièrement rénovée

STUDIOS ET APPARTEMENTS\*\*  
TOUT CONFORT

Ascenseur • Téléphone direct  
TV • Laverie • Parking  
et Jardin privés

15 Av. Boissier - Lamalou

Tél. 04 67 23 32 60

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

ancv

WiFi



## Résidence les Cabrials



Au calme à 3 km des Thermes

2 appartements tout confort dans villa plain pied indépendante (TV, machine à laver, lave vaisselle...)

Jardin ombragé • Garage

Location de voiture

LE POUJOL / ORB    Tél. 06 09 06 91 62

www.lescabrials.com




**Lamalou**  
**IMMOBILIER**

Depuis 28 années, le spécialiste de la location pour curistes

Découvrez toutes nos locations sur notre site internet  
[www.lamalou-immobilier.fr](http://www.lamalou-immobilier.fr)

**DU STUDIO À LA VILLA**  
**130 LOCATIONS MEUBLÉES**

**LAMALOU IMMOBILIER**  
BUREAU DU VERDALE

Boulevard du Mourcayrol  
34240 Lamalou-les-Bains

Tél. 04 67 95 88 46  
Fax 04 67 95 88 11

courriel : [soleilpl@wanadoo.fr](mailto:soleilpl@wanadoo.fr)  
Notre seule préoccupation "votre bien-être"

- Une équipe compétente
- Un suivi juridique
- Des contrats conventionnés

RESTAURANT  
**LES MARRONNIERS**

**Christophe Charron - Chef de Cuisine**

**Cuisine du terroir**  
**Plats à emporter**

**Tél. 04 67 95 76 00**

8 avenue de Capus  
(Place de l'église)

Fermé dimanche soir et lundi  
Fermé le mercredi soir hors saison

**FORMULE FIDÉLITÉ**  
**SUR LE MENU DU JOUR**

**Belleville**

RESTAURANT & BRASSERIE

Menus du Marché  
Plats du jour  
Plats du terroir  
Assiettes repas

Terrasse ombragée et Véranda chauffée

1, avenue Charcot  
Lamalou-les-Bains  
**Tél. 04 67 95 57 00**

## Chambres d'hôtes

**VILLA ENTREMONT**  
**Chambres d'hôtes**

Jardin • Terrasse • Parking privé • Studio

**Tél. 04 67 95 28 13**  
[www.chambres-lamalou.fr.st](http://www.chambres-lamalou.fr.st)

## Produits du terroir

### Les vins de Faugères



En haut Languedoc, au centre du triangle « Béziers, Bédarieux, Pézenas », à l'abri des contreforts cévenols, derniers remparts naturels avant la Méditerranée, exposées plein sud sur des fortes pentes aux reliefs tourmentés s'étendent les nobles Terres du Faugères.

L'Appellation d'Origine Contrôlée réunit 7 communes.

Face à la mer, dominant le littoral, le terroir de Faugères est rude, pierreux.

L'AOC résulte du savoir faire du vigneron, du terroir, et de ces nobles cépages : le Carignan, le Grenache, le Syrah, le Mourvèdre et enfin, le Cinsault.



La vigne façonne nos paysages, elle rythme également la vie de nos vignerons, c'est toute une culture.

[www.lescruisfaugeres.com](http://www.lescruisfaugeres.com)

**Caveau**  
**Les Crus Faugeres**

**-10%**  
de remise sur tout achat de bouteilles de vin sur présentation de ce guide

Visites - Balades - Panorama - Dégustation - Expositions

Route de Bédarieux 34600 Faugères - Tél. 04 67 95 35 39  
Mail : [vignerons.faugeres@wanadoo.fr](mailto:vignerons.faugeres@wanadoo.fr)

**TAXI ANDRÉ***Transport scolaire**Transport touristique**Transport conventionné**Transport Assis Professionnalisé*

24 chemin de Couguelate - 34240 Lamalou-les Bains

**06 08 77 12 96**[www.taxiandre.fr](http://www.taxiandre.fr)**SDEP** MEDICASPÉCIALISTE MATÉRIEL MÉDICAL  
HANDICAP • INCONTINENCE**VENTE • LOCATION • RÉPARATION • ENTRETIEN**

Lit • Fauteuil roulant manuel et électrique • Soulève malade...

**Location fauteuil roulant électrique et scooter**

17 Avenue Maréchal Joffre - 34240 LAMALOU

**FORFAIT CURE  
SE RENSEIGNER****Tél. 04 67 95 21 37**[medica34.lamalou@orange.fr](mailto:medica34.lamalou@orange.fr)**Garages**

Agence Renault

RÉPARATION ET DÉPANNAGE  
TOUTES MARQUES**CARBURANTS****Garage  
des  
Cévennes****LOCATION DE VOITURE**

- Journée
  - Week end
  - Semaine
- FORFAIT CURE**

13 Av. Maréchal Joffre

**Tél. 04 67 95 64 22****Fournisseurs**ENTREPRISE DE MENUISERIE  
ESCALIERS - PVC - AGENCEMENT**JEAN-LOUIS PAGÈS**

9 rue Jean Capel - 34240 Lamalou-les-Bains

**Tél. : 04 67 95 60 39 Fax : 04 67 95 73 92****Le MARCORY  
CONSTRUCTION**

34220 SAINT-PONS DE THOMIÈRES

62, Grand'Rue

**Tél. 04 67 97 11 46**E-mail : [st-pons@marcory.fr](mailto:st-pons@marcory.fr)

34600 BÉDARIEUX

16, avenue Jean Jaurès

**Tél. 04 67 95 64 15**E-mail : [bedarieux@marcory.fr](mailto:bedarieux@marcory.fr)

34800 CLERMONT L'HÉRAULT

1 Avenue de Montpellier

**Tél. 04 67 96 79 30**E-mail : [clermont@marcory.fr](mailto:clermont@marcory.fr)[www.marcory.fr](http://www.marcory.fr)**Boutiques - Cadeaux***Au Jardin d'Elodie***VOTRE FLEURISTE**6, rue Ferdinand Fabre  
34240 Lamalou-les-Bains**Tél. 04 67 95 23 54****Fax 04 67 95 87 14**

Association pour Personnes en Situation de Handicap

**BLANCHISSERIES - ESPACES VERTS**

ESAT de Plaisance

Territoire des Hauts Cantons

**Tél. 04 67 23 60 29**

34610 St Génies de Varenal

e-mail : [territoire-hauts-cantons@apsh34.org](mailto:territoire-hauts-cantons@apsh34.org)



## CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

agit naturellement pour votre santé

THERMES DE LAMALOU-LES-BAINS  
BP 13 - 34240 LAMALOU-LES-BAINS

Tél. : 0 825 825 007 - Fax : 04 67 23 31 40 - Email : lamaloulesbains@chainethermale.fr

Station ouverte du Lundi 11/02 au Samedi 14/12/2013

AVANT DE COMPLÉTER CE FORMULAIRE, REPORTEZ-VOUS AUX RECOMMANDATIONS PRATIQUES PAGES 26 ET 27 DU LIVRET

1 <sup>er</sup> CURISTE	2 <sup>ème</sup> CURISTE
Nom* : .....	Nom* : .....
Prénom* : .....	Prénom* : .....
Date de Naissance (jj/mm/aa) : .....	Date de Naissance (jj/mm/aa) : .....
Adresse* : .....	Adresse* : .....
Code postal* : ..... Ville* : .....	Code postal* : ..... Ville* : .....
Téléphone* : .....	Téléphone* : .....
Adresse e-mail* : .....	Adresse e-mail* : .....

### 1. CURE CONVENTIONNÉE REMBOURSÉE PAR LA C.P.A.M

**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).

1 <sup>er</sup> CURISTE	2 <sup>ème</sup> CURISTE
Etes-vous pris en charge par :	
- La Sécurité Sociale ?	oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>
- Une autre caisse ?	<input type="checkbox"/>
Laquelle ? :	.....
- Régime des accidents du travail	<input type="checkbox"/>
Votre N° d'immatriculation Sécurité Sociale	.....
- Votre Mutuelle : .....	.....

(cochez SVP)

### COORDONNÉES MÉDECIN(S) PRESCRIPTEUR(S) DE CURE \*

1 <sup>er</sup> CURISTE	2 <sup>ème</sup> CURISTE
Nom : .....	Nom : .....
Prénom : .....	Prénom : .....
Adresse : .....	Adresse : .....
Code postal : ..... Ville : .....	Code postal : ..... Ville : .....

### TRAITEMENT THERMAL REMBOURSÉ PAR LA C.P.A.M.

1 <sup>er</sup> CURISTE	2 <sup>ème</sup> CURISTE
RHUMATOLOGIE UNIQUEMENT : RH <input type="checkbox"/>	RHUMATOLOGIE UNIQUEMENT : RH <input type="checkbox"/>
NEUROLOGIE UNIQUEMENT : NEU <input type="checkbox"/>	NEUROLOGIE UNIQUEMENT : NEU <input type="checkbox"/>
RHUMATOLOGIE + NEUROLOGIE : RH + NEU <input type="checkbox"/>	RHUMATOLOGIE + NEUROLOGIE : RH + NEU <input type="checkbox"/>
NEUROLOGIE + RHUMATOLOGIE : NEU + RH <input type="checkbox"/>	NEUROLOGIE + RHUMATOLOGIE : NEU + RH <input type="checkbox"/>

### 1.BIS CURE SPÉCIFIQUE À VOTRE PATHOLOGIE - voir pages 18 - 19

ATELIERS, CONFÉRENCES, ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES COMPLÉMENTAIRES A LA CURE THERMALE CONVENTIONNÉE

	1 <sup>er</sup> CURISTE	2 <sup>ème</sup> CURISTE
CURE FIBROMYALGIE : 120 € / personne*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CURE POST POLIO : 99 € / personne*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CURE PARKINSON : 120 € / personne*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CURE SCLÉROSE EN PLAQUES : 120 € / personne*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CURE CHARCOT MARIE-TOOTH : 99 € / personne*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CURE NEURALGIE PUDENDALE : 40 € / personne*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

\*Prestations non prises en charge par l'Assurance Maladie

### VOS MODALITÉS DE CURE

DATE DE DÉBUT DE CURE SOUHAITÉE

1 <sup>er</sup> CURISTE	2 <sup>ème</sup> CURISTE
1 <sup>ère</sup> date de cure souhaitée : ..... / 2013	..... / 2013
<i>Au cas où la première date serait indisponible, Merci de nous indiquer une seconde date (impératif) :</i>	..... / 2013

Horaires de début des soins : L'horaire souhaité d'entrée en soins ne pourra être accordé que dans la mesure des places disponibles au moment de la réception de la confirmation de votre réservation thermique accompagnée des arrhes de garantie de réservation thermique.

EN SERVICE STANDARD :

- |   |                          |                          |
|---|--------------------------|--------------------------|
| - Entre 06 h 30 et 07 h 30 (toute l'année)          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| - Entre 07 h 30 et 09 h 00 (toute l'année)          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| - Entre 09 h 00 et 10 h 30 (toute l'année)          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| - Entre 10 h 30 et 12 h 30 (toute l'année)          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| - Entre 12 h 30 et 15 h 30 (du 04/03 au 02/11/2013) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Prière de nous préciser si vous souhaitez disposer du confort d'un fauteuil roulant dans les Thermes : Oui  Non

### RÉSIDENCE DE CURE

SI VOUS ÊTES HÉBERGÉS DANS LA CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL, REPORTEZ-VOUS AU POINT 2.

1 <sup>er</sup> CURISTE	2 <sup>ème</sup> CURISTE
Nom de l'hôtel/pension : .....	.....
Résidence, studio, motel ou camping : .....	.....

### 2. FORMULE RÉSERVATION PLUS (PAGE 26)

VOUS ÊTES LOGÉS DANS LES HÉBERGEMENTS DE LA CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL DANS LE CADRE D'UNE CURE CONVENTIONNÉE

1 <sup>er</sup> CURISTE	2 <sup>ème</sup> CURISTE
- RESIDENCE DU BOIS DE LON	<input type="checkbox"/>
Nombre d'adultes : ..... Nombre d'enfants : ..... Nombre de curistes : .....	
*Heure approximative d'arrivée : ..... h .....	
*Date d'arrivée : .....	*Date de départ : .....
- 1 Grand Lit	<input type="checkbox"/>
- Lit Supplémentaire	<input type="checkbox"/>
- Animal	<input type="checkbox"/>



## VOTRE RÉGLEMENT CURE 1

### ARRHES DE GARANTIE DE RÉSERVATION THERMALE

montant des arrhes de garantie :

1<sup>er</sup> CURISTE

2<sup>ème</sup> CURISTE

90 € / personne pour le Service Standard

### ARRHES DE GARANTIE DE RÉSERVATION HÔTELIÈRES RÉSERVATION PLUS

montant des arrhes de garantie pour 1 ou 2 personnes :

330 € / logement

Votre mode de règlement :  
Chèque   
CCP   
Espèces   
Divers

NUMERO DE LA CARTE

DATE DE VALIDITE

Carte Bancaire (réservation par téléphone) :

Tous les règlements sont à libeller à l'ordre de : S.A.S Thermes de Lamalou-les-Bains

(\*) Annulation de réservation : Selon les dispositions de l'article 1590 du code Civil \* toutes arrhes versées restent définitivement acquises

## ANNULATION ET MODIFICATION DE SÉJOUR

J'atteste avoir pris connaissance de la possibilité de souscrire l'assurance Annulation de Séjour(1) "Thermassistance" et des conditions de garanties afférentes, dans le mois qui suit la présente réservation, à compter de la formation du contrat, comme il est dit dans les Conditions Générales de Vente, soit par envoi du bulletin d'adhésion se trouvant dans la brochure Chaîne Thermale du Soleil, soit, directement auprès du Cabinet DIOT S.A (01 44 79 63 26)

(1) Contrat proposé par DIOT, Société de Courtage d'Assurance. S.A à directoire et conseil de surveillance au capital de 1.742.496 €. 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 réservation, des informations caractéristiques et tarifs relatifs aux prestations de soins thermaux du Service Premier, figurant sur ce formulaire, ladite réservation pouvant intervenir un an à l'avance.

Toute réclamation doit être portée à la connaissance de la S.A.S CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL, par courrier, à l'adresse et l'intitulé figurant au recto des présentes.

DATE

SIGNATURE



## CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

agit naturellement pour votre santé

THERMES DE LAMALOU-LES-BAINS

BP 13 - 34240 LAMALOU-LES-BAINS

Tél. : 0 825 825 007 - Fax : 04 67 23 31 40 - Email : lamaloulesbains@chainethermale.fr

Station ouverte du Lundi 11/02 au Samedi 14/12/2013

## 4. MINI-CURES - voir pages 22-23 et 34

1<sup>er</sup> CURISTE

Nom : .....  
Prénom : .....  
Adresse : .....  
Code postal : ..... Ville : .....  
Téléphone : .....  
Adresse e-mail : .....  
Nombre d'adultes : .....  
Nombre de personnes suivant une cure : .....

2<sup>ème</sup> CURISTE

Nom : .....  
Prénom : .....  
Adresse : .....  
Code postal : ..... Ville : .....  
Téléphone : .....  
Adresse e-mail : .....  
Nombre d'adultes : .....  
Nombre de personnes suivant une cure : .....

## MODALITÉS DU SÉJOUR

1<sup>er</sup> CURISTE

Arrivée le / / 2013  
Heure d'arrivée : ..... h .....  
(si vous choisissez un forfait hébergement)  
**MINI-CURE THERMALE CHOISIE**  
**Thermes Découverte :**  
 1 jour  2 jours  3 jours  4 jours  5 jours  Autre  
**Mini-cure Thermale Sur Mesure :**  
 6 jours  12 jours  jours  
**Mini-cure Thermale Parkinson :**  6 jours  12 jours  
**Mini-cure Thermale Sclérose en Plaques :**  6 jours  12 jours  
**Mini-cure Thermale Fibromyalgie :**  6 jours  12 jours

### HÉBERGEMENT

Sans hébergement  Avec hébergement  
**Résidence du Bois de Lon :**  Forfait 7 nuits  Forfait 14 nuits

### CALCUL DU MONTANT DU SÉJOUR

(VOIR LA PAGE 34 DU LIVRET)  
Programme de soins CURISTE 1 : .....  
Forfait hébergement par personne : .....  
**Montant Total du Séjour :** ..... €

Pour valider votre réservation, un acompte correspondant à 30% du montant total du séjour est nécessaire.

Montant de l'acompte à verser : .....  
Votre versement s'effectue par :

Chèque

(libellé à l'ordre de SAS Thermes de Lamalou-les-Bains - Thermes de Lamalou-les-Bains)

Carte Bancaire (Carte Bleue - Visa - Mastercard)

Numéro de la carte :

.....

Nom du détenteur de la carte : .....

Date de validité : ..... Cryptogramme visuel : .....

A : ..... Date : .....

Signature :

2<sup>ème</sup> CURISTE

Arrivée le / / 2013  
Heure d'arrivée : ..... h .....  
(si vous choisissez un forfait hébergement)  
**MINI-CURE THERMALE CHOISIE**  
**Thermes Découverte :**  
 1 jour  2 jours  3 jours  4 jours  5 jours  Autre  
**Mini-cure Thermale Sur Mesure :**  
 6 jours  12 jours  jours  
**Mini-cure Thermale Parkinson :**  6 jours  12 jours  
**Mini-cure Thermale Sclérose en Plaques :**  6 jours  12 jours  
**Mini-cure Thermale Fibromyalgie :**  6 jours  12 jours

### HÉBERGEMENT

Sans hébergement  Avec hébergement  
**Résidence du Bois de Lon :**  Forfait 7 nuits  Forfait 14 nuits

### CALCUL DU MONTANT DU SÉJOUR

(VOIR LA PAGE 34 DU LIVRET)  
Programme de soins CURISTE 2 : .....  
Forfait hébergement par personne : .....  
**Montant Total du Séjour :** ..... €

Pour valider votre réservation, un acompte correspondant à 30% du montant total du séjour est nécessaire.

Montant de l'acompte à verser : .....  
Votre versement s'effectue par :

Chèque

(libellé à l'ordre de SAS Thermes de Lamalou-les-Bains - Thermes de Lamalou-les-Bains)

Carte Bancaire (Carte Bleue - Visa - Mastercard)

Numéro de la carte :

.....

Nom du détenteur de la carte : .....

Date de validité : ..... Cryptogramme visuel : .....

A : ..... Date : .....

Signature :

NB1 : les informations que nous vous demandons ci-avant et au recto ont bien entendu un caractère confidentiel et seront traitées comme telles par le secrétariat thermal qui en est le destinataire. Vos réponses sont, certes, facultatives mais il est de votre intérêt de les faire les plus complètes possible afin que nous puissions traiter efficacement votre réservation. En tout état de cause, pendant votre cure, vous aurez accès à la présente fiche, sur simple demande de votre part au secrétariat thermal. Il vous sera ainsi loisible de la rectifier si nécessaire.

NB2 : Nous rappelons à nos curistes que le parking thermal gratuit est utilisable pour se rendre aux établissements thermaux pendant la durée de vos soins.

Juin 2011

S.A.S CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

SIÈGE SOCIAL - 32 AV. DE L'OPÉRA 75002 PARIS - S.A.S AU CAPITAL DE 8.129.638,30 € - R.C.S PARIS B 310 968 540

# THERMASSISTANCE

À l'usage des curistes de toutes les stations de la Chaîne Thermale du Soleil  
(quel que soit celui qui fournit l'hébergement)

→ Une assurance ANNULATION/INTERRUPTION (voir ci-après)

→ Une garantie ASSISTANCE (voir ci-après)

## ANNULATION/INTERRUPTION

Garantie du remboursement\* :

→ Des frais d'annulation non récupérables restés à la charge du curiste et facturés par les hôteliers, les agences de location ou toute autre personne, dans la limite de 800 €, en cas de :

- décès, maladie grave dûment constatée par une autorité médicale compétente, accident grave entraînant une hospitalisation ou interdisant tout déplacement du curiste, d'un membre proche de sa famille ou de la personne qui l'accompagne, **si celle-ci est "adhérent"**.
- refus de prise en charge de la cure par la Sécurité Sociale.

Cette énumération n'est pas exhaustive.

→ des frais de séjour non utilisés, en cas d'interruption de la cure et pour la période restant à courir jusqu'à la fin de la cure, à concurrence de 40 € par jour et par personne, plafonnés à 800 € par bulletin d'adhésion, en cas de :

- décès, maladie grave ou accident grave du curiste ou membre proche de sa famille ou de la personne qui l'accompagne, **si celle-ci est "adhérent"**.
- interdiction médicale de poursuivre la cure.

CETTE GARANTIE NE CONCERNE QUE LES FRAIS D'HEBERGEMENT.  
[\*] Sous déduction d'une franchise de 10 % du montant des dommages indemnisés.

LES FRAIS D'INSCRIPTION ET DE CURE, DE RESTAURATION ET LES EXTRAS DIVERS SONT EXCLUS.

Ces garanties sont accordées sous réserve des exclusions et des dispositions prévues au sein de la notice d'information.

Pour adhérer au contrat souscrit par la CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL, votre demande doit être formulée au moment de l'inscription à la cure, à défaut, au plus tard, dans les 30 jours qui suivent l'inscription.:

Merci de : → compléter le document ci-dessous → joindre un chèque à l'ordre de DIOT SA  
→ adresser l'ensemble sous pli à l'adresse suivante :

DIOT SA - Service THERMASSISTANCE : 40 rue Laffitte - 75009 PARIS Tél. : 01.44.79.63.26

## ASSISTANCE

Garantie, pendant toute la durée de la cure, en cas de maladie ou d'accident du curiste ou de la personne qui l'accompagne, **si celle-ci est "adhérent"**, permettant de bénéficier des prestations suivantes :

- rapatriement médical,
- prise en charge du retour de la personne qui l'accompagne, en cas de rapatriement médical du curiste,
- mise à disposition d'un billet aller/retour avec prise en charge des frais d'hôtel (80 € TTC par nuit avec un maximum de 7 jours), pour une personne désignée par l'adhérent, en cas d'hospitalisation, sur place, supérieure à 5 jours,
- prise en charge d'un billet aller/retour en cas de retour anticipé par suite d'un décès, d'une maladie grave ou d'un accident d'un membre proche de la famille,
- rapatriement du corps, à concurrence des frais réels.

SEULES LES PRESTATIONS ORGANISEES AVEC L'ACCORD D'EUROP ASSISTANCE SONT PRISES EN CHARGE.

**Attention** : l'assistance ne concerne que les personnes domiciliées en FRANCE METROPOLITAINE, à MONACO, en ANDORRE et en BELGIQUE.

	POUR 1 ADHERENT : 40 €* 1 <sup>er</sup> ADHERENT	POUR 2 ADHERENTS : 70 €* 2 <sup>nd</sup> ADHERENT
Nom		
Prénom		
Adresse		
CP - Ville		

Règlement à l'ordre de DIOT SA de

40 €\*  70 €\*

Nom de la Station de Cure

Date du 1<sup>er</sup> Jour de Cure

Date d'inscription à la Cure

\* Tarifs 2012 - Susceptibles de modifications en 2013.

DIOT, Société de Courtage d'Assurances et de Réassurances, SA a Directoire et Conseil de Surveillance au capital de 1.820.800 € - 582 013 736 RCS PARIS - N° TVA FR 92 582 013 736 - N°ORIAS 07 009 129 - SITE WEB ORIAS : [www.orias.fr](http://www.orias.fr) -

Garanties accordées par EUROP ASSISTANCE, SA au capital de 23.601.157 €. Entreprise régie par le Code des Assurances 451 366 405 RCS Nanterre.

Siège social : 1 promenade de la Bonnette, 92230 Gennevilliers.

Informatique et liberté : vous pouvez demander communication ou rectification de toute information vous concernant qui figurerait sur tout fichier à usage de la société ou de ses organismes professionnels (loi n° 78-17 du 06/01/78).

DÈS L'ENREGISTREMENT DE L'ADHESION, L'ASSURÉ RECEVRA SA CARTE THERMASSISTANCE ET LA NOTICE D'INFORMATION DU CONTRAT.

(Version 2012)

# Nous situer...

## ● Thermes de Lamalou-les-Bains

Avenue Clemenceau

34240 LAMALOU-LES-BAINS

Tél. N° Indigo : 0 825 825 007

Fax : 04 67 23 31 49

lamaloulesbains@chainethermale.fr ●

### Point d'information

32, avenue de l'Opéra  
75002 Paris

Standard : 01 44 71 37 00

Fax : 01 44 71 37 18

Sans Service de Réservation

### Antenne de Strasbourg

11, rue du Vieux Marché aux Vins  
67000 Strasbourg

Standard : 03 88 23 53 00

Fax : 03 88 23 78 88

Ouverture au public :  
heures de bureau

Avec Service de Réservation.



Informations et Réservations  
[www.chainethermale.fr](http://www.chainethermale.fr)