

*ValVital*



# THONON-LES-BAINS

CURES THERMALES

AFFECTIONS DIGESTIVES ET MÉTABOLIQUES  
RHUMATOLOGIE - APPAREIL URINAIRE

SAISON THERMALE :  
du 11 mars au 23 novembre 2019



# ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES ET SOINS THERMAUX



## RHUMATOLOGIE (RH)

- ✓ Périarthrites, tendinites
- ✓ Polyarthrite rhumatoïde
- ✓ Séquelles de traumatisme ostéo-articulaire
- ✓ Séquelles douloureuses de l'ostéoporose



## AFFECTIONS DIGESTIVES ET MÉTABOLIQUES (AD)

- ✓ Troubles digestifs fonctionnels
- ✓ Colopathies
- ✓ Maladies métaboliques
- ✓ Diabète gras non insulino-dépendant
- ✓ Obésité, surcharge pondérale
- ✓ Dyslipidémies



## APPAREIL URINAIRE (AU)

- ✓ Hyperuricémies
- ✓ Lithiases
- ✓ Infections urinaires

### DESCRIPTION DES SOINS

RHUMATOLOGIE	Principaux bénéfices : antalgique, décontracte, relaxe, stimule, draine, décongestionne, favorise la mobilité	
	Bains	<p>Bain avec aérobain</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Microbulles d'air diffusées depuis le fond de la baignoire.</li> </ul> <p>Bain avec douche sous immersion</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Balnéation d'eau thermale avec diffusion de jets d'eau thermale.</li> </ul>
	Douches	<p>Douche générale au jet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Douche au jet individuelle, délivrée manuellement par un agent soignant thermal.</li> </ul> <p>Douche locale au jet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Douche à faible pression et haut débit, dans un mouvement lent de va et vient sur la zone à traiter.</li> </ul> <p>Douche pénétrante</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Douche ou pulvérisation générale d'eau thermale appliquée couché sous une rampe délivrant une douche de pluie de fort débit et faible pression, entre 36°C et 40°C.</li> </ul>
	Principaux bénéfices : antalgique et anti-inflammatoire, sédatif, relaxant musculaire	
	Boue	<p>Application de cataplasme (locale ou générale)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Température supérieure à celle du corps, sans dépasser les 50°C, afin de permettre des transferts cutanés. La boue est utilisée comme support de transmission. L'enveloppement et l'augmentation de température déclenchent l'hyperpersudation et la dilatation des vaisseaux périphériques.</li> </ul>
	Principaux bénéfices : antalgique et anti-inflammatoire, sédatif, apaise les douleurs musculaires et détoxifie	
	Vapeur	<p>Etuve locale de vapeur</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enveloppement local de vapeur d'eau thermale (mains, pieds).</li> </ul> <p>Hammam thermal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bain de vapeur collectif entre 38°C et 42°C, hygrométrie de 90%.</li> </ul>
Piscines	Principaux bénéfices : accroît la mobilité, dynamise, myorelaxant, antalgique	
	Piscine collective	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balnéation suivie d'une gymnastique active médicale, animée par un kinésithérapeute en piscine d'eau thermale (profondeur entre 1m30 et 1m50).</li> </ul>
	Bain sous immersion	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balnéation d'eau thermale avec diffusion d'eau thermale en piscine.</li> </ul>
Principaux bénéfices : stimule la circulation sanguine, draine, accroît la mobilité, relaxe		
Massage	<p>Massage sous l'eau</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Massage local pratiqué par un technicien de physiothérapie ou un kinésithérapeute.</li> </ul>	
AFFECTIONS DIGESTIVES OU AFFECTIONS URINAIRES	Principaux bénéfices : sédate, décontracte, stimule, détoxifie, draine	
	Bain, aérobain	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Microbulles d'air diffusées depuis le fond de la baignoire.</li> </ul>
	Bain sous immersion en piscine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balnéation d'eau thermale avec diffusion d'eau thermale en piscine.</li> </ul>
	Massage sous l'eau	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Massage local pratiqué par un kinésithérapeute.</li> </ul>
	Cataplasme unique abdominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Application de boue en cataplasme.</li> </ul>
	Douche pénétrante, douche générale au jet et douche locale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voir descriptions plus haut pour chaque soin.</li> </ul>
	Hammam thermal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bain de vapeur collectif entre 38°C et 42°C, hygrométrie de 90%.</li> </ul>
Cure de boisson d'eau minérale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respect de la quantité, température de l'eau, heures et temps prescrits par le médecin.</li> </ul>	



## VOS CURES À THONON-LES-BAINS



### L'EAU DE LA VERSOIE

L'eau de Thonon-les-Bains est **bicarbonatée et magnésienne, froide, non gazeuse et faiblement minéralisée**. Elle provient du captage de la Versoie et sort à une température variant de 9 à 11° C. Elle est idéale pour soigner les troubles du métabolisme ou les affections d'origine nutritionnelle, elle accompagne également les régimes sans sel ou hyposodés.

## LA CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS

**18 JOURS DE SOINS, 3 SEMAINES POUR PRENDRE SOIN DE VOUS !**

C'est le médecin thermal qui détermine le forfait thermal adapté à vos besoins.

### PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE

à votre cure 18 jours, adapté à vos besoins et permettant de démultiplier les effets de votre séjour thermal.

#### Objectif Minceur 225 €\* De l'activité physique :

- 3 cours d'aquabike
- Cours de fitness à volonté\*\* (Pilates, body balance, cardio training, aquagym)

#### De la détente :

- 3 modelages silhouette
- Accès illimité à l'espace Aqua-Détente

#### NOUVEAUTÉ 2019, EN OPTION :

Atelier thérapeutique collectif hebdomadaire avec une **Diététicienne : 50 €\* pour 3 ateliers de 2h.**

Sessions du 11 mars au 4 novembre 2019.

**CURES 2 EN 1**  
**Rhumatologie + Affections Digestives**, soit 6 soins par jour au lieu de 4. Renseignez-vous auprès de votre médecin traitant.

#### VOTRE CURE PREMIUM 139 €\* • Espace de soins privatif (aile dédiée, ambiance musicale, accueil personnalisé, hammam à discrétion)

- **Une tisanderie**
- **Le deuxième kit peignoir** chauffé
- **Le pass touristique** (entrées gratuites de musées et réductions sur de nombreuses activités ; valable durant les 3 semaines de votre cure)

Votre cure Premium avec l'**option Détente 220 €\*.**

## LA CURE SANTÉ 6 OU 12 JOURS

### CURE 6 JOURS AFFECTIONS DIGESTIVES ET MÉTABOLIQUES, RHUMATOLOGIE OU APPAREIL URINAIRE :

- **24 soins** d'hydrothérapie **260 €\*.**
- **21 soins** d'hydrothérapie et 3 massages sous eau **295 €\*.**
- **18 soins** d'hydrothérapie et 6 massages sous eau **315 €\*.**

**CURE 12 JOURS : nous contacter.**

La formule idéale si vous n'avez pas 3 semaines, si vous voulez tester la cure thermale ou pour la personne vous accompagnant !



### RÉSIDENCE VALVITAL Villa Thermae® Accès direct aux thermes !

Disposant de 28 studios et suites de grand confort, cette résidence est l'hébergement de référence pour votre séjour.

Documentation détaillée de la résidence sur demande ou à télécharger sur [www.valvital.fr](http://www.valvital.fr)  
Tél : 04 50 26 17 22  
[thonon@valvital.fr](mailto:thonon@valvital.fr)



### CURES DU SOIR

Vous n'êtes pas disponible au cours de la journée ? Vous pouvez réaliser votre cure thermale conventionnée 18 jours de 17h à 19h. Dates de début de cure : **27/05, 17/06, 26/08, 16/09, 07/10.**

### OPTION DÉTENTE\*\*

**75 €\* la semaine ou 185 €\* les 3 semaines.**

Accès libre du lundi au dimanche au Spa thermal : piscine thermale à 32 °C, hammam, sauna, grotte musicale + accès plateau cardio training et salle de musculation.

### NOUVEAUTÉ 2019, EN OPTION :

**Atelier thérapeutique diététique 20 €\* l'atelier ou 50 €\* les 3.**

Atelier thérapeutique collectif hebdomadaire de 2h avec une Diététicienne. Pratique, ludique et pragmatique, il permet de combattre les idées reçues, partager, échanger, et réapprendre à mieux manger.

\* Prestations non prises en charge par le Régime Primaire d'Assurance Maladie.  
\*\* Selon disponibilité et programme de l'établissement thermal.

## TARIFS CONVENTIONNÉS EN €\*\*

ORIENTATION	FORFAIT THERMAL selon prescription médicale		PLF	TFR	COMPLÉMENT TARIFAIRE*
	Nombre de soins d'hydrothérapie			=	+
RHUMATOLOGIE	RH1	72	538,30 €	510,51 €	27,79 €
	RH3	63	613,82 €	582,13 €	31,69 €
AFFECTIONS DIGESTIVES	AD1	72	508,26 €	482,02 €	26,24 €
	AD2	54	609,43 €	577,97 €	31,46 €
	AD3	63	562,20 €	533,17 €	29,03 €
AFFECTIONS URINAIRES	AU1	72	508,26 €	482,02 €	26,24 €
	AU2	54	609,43 €	577,97 €	31,46 €
	AU3	63	562,20 €	533,17 €	29,03 €

Dans le cadre d'une **double orientation**, le tarif sera le montant pour l'orientation principale + la moitié du forfait 1 de la seconde orientation prescrite.

Prix Limite de Facturation (PLF)		Complément tarifaire*
Tarif forfaitaire de Responsabilité (TFR)		
Part prise en charge par l'assurance Maladie = 65 % du TFR	Ticket modérateur = 35 % du TFR	

\* Complément tarifaire : différence entre le PLF et le TFR, susceptible d'être pris en charge par votre Complémentaire Santé. Les bénéficiaires de la CMU-C ou de l'Aide à l'acquisition d'une Complémentaire Santé (ACS) en sont exonérés. Certaines mutuelles prennent en charge tout ou partie du complément tarifaire. Prix Limite de Facturation : prix maximum fixé annuellement par l'Assurance Maladie en fonction de l'évolution des coûts d'exploitation supportés par les établissements thermaux.

\*\* Tarifs pouvant évoluer par voie réglementaire.



### UNE VILLE BALNÉAIRE ET THERMALE, ENTRE LAC ET MONTAGNES

Idéalement située sur les **rives du lac Léman**, au pied des Alpes, Thonon-les-Bains s'épanouit dans un **climat de douceur et d'authenticité montagnarde**. Son expérience centenaire en thermalisme, son parc verdoyant, son eau minérale réputée, font de cette ville une étape privilégiée pour les curistes exigeants. C'est dans ce décor idyllique que le parc thermal, fleuri et arboré, accueille les thermes entièrement rénovés.

## VENIR À THONON-LES-BAINS

### PAR LA ROUTE

Depuis Paris ou Lyon : A40, sortie Annemasse. Depuis l'autoroute suisse Montreux-Martigny, sortie Villeneuve.

### PAR LE RAIL

Gare SNCF de Thonon-les-Bains, liaisons TGV quotidiennes via Bellegarde, directes en hiver.

### PAR AVION

Aéroport de Genève-Cointrin à 40 km.

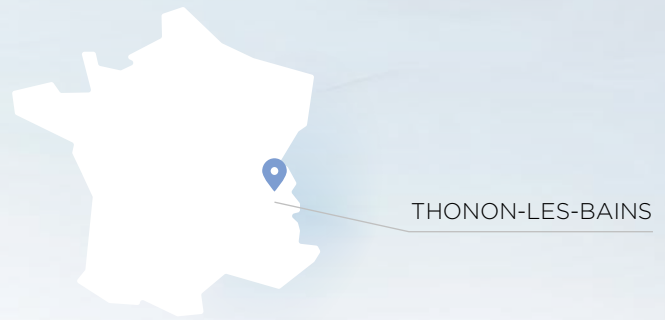
### EN BUS

Genève/Thonon/St-Gingolph par les compagnies SAT (04 50 71 00 88) et FROSSARD (04 50 81 74 74).

## OFFICE DE TOURISME

Château de Sonnaz  
2 rue Michaud  
74200 Thonon-les-Bains  
Tél. 04 50 71 55 55  
thonon@thononlesbains.com  
www.thononlesbains.com

Nous vous invitons à consulter les conditions générales de vente, disponibles sur notre site Internet : [www.valvital.fr](http://www.valvital.fr)  
Les tarifs sont mentionnés en euros TTC.



THONON-LES-BAINS

## INFOS PRATIQUES

THERMES VALVITAL  
1 avenue du Parc 74200 Thonon-les-Bains

Directrice : **Corinne Beauvils-Lecoq** |  
Tél. 04 50 26 17 22 | [thonon@valvital.fr](mailto:thonon@valvital.fr)

## COMMENT RÉSERVER ?

- 1 JE CONSULTE MON MÉDECIN TRAITANT QUI ME PRESCRIT UNE CURE THERMALE POUR L'ANNÉE CIVILE EN COURS**
- 2 J'ENVOIE MA DEMANDE DE PRISE EN CHARGE À MA CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE**
- 3 JE RÉSERVE MA CURE SANS ATTENDRE L'ACCORD DE MON ORGANISME D'ASSURANCE MALADIE :**
  - Offre internet : 50 € d'arrhes/pers. sur [www.valvital.fr](http://www.valvital.fr) (au lieu de 75 €/pers.)
  - Auprès de l'établissement thermal ValVital
  - En contactant la Centrale de réservation ValVital au 04 79 35 38 50  
Montant des arrhes : 75 €/personne ou 120 € pour un couple.
- 4 JE PENSE À MON HÉBERGEMENT !**  
La Centrale de réservation ValVital vous propose un large choix d'hébergements partenaires (meublés, hôtels, etc). Et ce, sans frais supplémentaires !
- 5 AVANT D'ARRIVER EN CURE, JE PRENDS RENDEZ-VOUS AVEC UN MÉDECIN THERMAL DE LA STATION**

Toutes les étapes de votre réservation détaillées sur [www.valvital.fr](http://www.valvital.fr)



## INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

[www.valvital.fr](http://www.valvital.fr)  
info@valvital.fr  
04 79 35 38 50

VALVITAL - CEB - Parc Édouard Guénon  
CS 90181 - 39005 Lons-le-Saunier Cedex

