

RHUMATOLOGIE

& DOULEURS CHRONIQUES ■■■■■

VOIES RESPIRATOIRES - ORL

& MALADIES RESPIRATOIRES CHRONIQUES ■■■■■

FIBROMYALGIE

& STRESS ■■■■■

Un nouvel élan pour les Thermes d'Allevard

La saison 2016 marquera **une nouvelle étape dans le développement des Thermes d'Allevard.**

Pour répondre à la **forte croissance de la rhumatologie** tout en **conservant la qualité des soins dispensés**, nous avons fait le choix délicat **d'imposer cette année les dates d'entrées en cure.**

Passée la contrainte, cette décision permettra, j'en suis convaincue, **de gagner beaucoup en qualité et régularité des plannings.** Moins de stress, plus de confort et une meilleure efficacité des soins, tel devrait être le résultat objectivement constaté. Et là, c'est vous qui nous le direz.

Quoi qu'il en soit, pour ceux qui ne pourraient se conformer au calendrier, **il reste toujours la possibilité d'effectuer les soins l'après-midi sans impératif calendaire et SANS AUCUN SUPPLÉMENT.**

Au delà de l'amélioration de l'organisation, nous sommes aussi à la recherche permanente d'une meilleure offre de soins. Et cette année nous effectuons un investissement majeur avec l'arrivée et **l'installation progressive de nouvelles baignoires.** De quoi

rajouter à notre «traitement type» une pratique, efficace et très appréciée : bain + douche en immersion.

Enfin, comme vous le constaterez à la lecture de ce document, nous restons toujours en quête d'outils innovants à vous faire découvrir lors de votre séjour comme cette année **le massage sur lit d'eau** et la **thérapie anti-douleur StimaWell.**

En ce qui concerne **les voies respiratoires, la fermeture temporaire des cabines «Club» marque le début du réaménagement progressif** d'un service qui n'est plus adapté à l'évolution de sa fréquentation actuelle.

Nous restons malgré tout confiant tant la qualité de notre eau est incomparable dans le traitement de l'arbre respiratoire.

Pour preuve, après plusieurs saisons de test par notre médecin conseil, le Dr Claire Cracowski (pneumologue), nous proposons aujourd'hui, pour **un coût très réduit (90 euros par module), le protocole «gRAVir» respirer, agir et bien vivre avec une maladie respiratoire chronique.** Cela montre à l'évidence combien nous sommes attachés au développement d'une orientation historique à Allevard : l'O.R.L et les voies respiratoires. D'autres programmes sont encore en cours d'élaboration et devraient voir le jour dans les toutes prochaines saisons.

Monique Hilaire

P.D.G des Thermes d'Allevard

Ouverture du Spa Thermal en février

Dans le prolongement de la création du Centre Sport Santé et avec le souci de bien distinguer les soins de santé et ceux de détente, les Thermes d'Allevard aménagent un nouvel espace plus particulièrement dédié au bien-être.

La création de ce nouveau pôle entraîne le déplacement de l'émanatorium (dans une véranda avec vue sur le Parc située au niveau accueil du bâtiment de rhumatologie) et du service O.R.L (dans la salle des étuves).

Opérationnel, début février, cet espace sera accessible aux curistes qui suivent les protocoles fibromyalgie et douleurs chroniques ainsi que ceux qui opteront pour l'option «Service +».

Le parcours détente sera composé du hammam, du sauna, de la salle de l'uminothérapie avec fauteuils massants, d'un nouvel espace multisensoriel et de la tisanerie.

Des soins spécifiques seront aussi proposés toute l'année : aquabike, massages énergétiques, shiatsu, gommages, balnéothérapie, massothérapie, hydrojet, musicothérapie...

Centre Sport-Santé : profitez de votre cure pour reprendre une activité physique à votre rythme.

Depuis deux saisons maintenant, notre Centre Sport-Santé, vous permet de profiter de votre séjour à Allevard pour remettre votre corps en mouvement (marche, vélo, musculation douce, cours, etc.). Accompagné d'un moniteur en activités physiques adaptées vous pourrez suivre un programme personnalisé en fonction de vos objectifs et de vos capacités. Dès votre arrivée en cure vous pourrez vous inscrire pour effectuer une séance d'essai.

Tarif «spécial curistes»

49 € pour la cure de 3 semaines accès illimité (salle de sport + espace détente)

FIBROMYALGIE

Encore et toujours quelques nouveautés !

Comme chaque année, nous vous écoutons et essayons d'aménager nos soins pour mieux répondre à vos attentes. Pour la saison 2016, nous proposerons essentiellement quelques modifications dans les soins avec la mise en service de **nouvelles baignoires** associant jets et aérobains, les **massages sur lit d'eau** avec l'Hydro-Jet, et la thérapie anti-douleur par ondes dynamiques profondes «**StimaWell**».

Mais notre équipe analyse en détail vos commentaires et travaille pour vous préparer quelques surprises que vous découvrirez comme toujours à la fin du mois de janvier !



L'Hydro-Jet : au delà du massage un soin complet comprenant aromathérapie, musicothérapie, l'uminothérapie, chromatothérapie, ionisation et collagène-thérapie ! Ce nouveau soin sera aussi disponible en complément de la cure de rhumatologie.

gRAVir : Respirer, Agir et Vivre avec une maladie respiratoire chronique

Après deux années de test, nous proposons un protocole spécifique aux maladies respiratoires chroniques. En plus des soins thermaux et de la rééducation respiratoire de la cure thermale, le programme **gRAVir** vous propose **plusieurs modules complémentaires** pour effectuer un **réentraînement à l'effort** et regagner du souffle ou participer à **des ateliers d'éducation thérapeutique** pour mieux connaître et gérer la maladie. Vous pourrez ainsi choisir un module une année et un autre plus tard, les cures thermales étant conseillées à un rythme annuel pour les maladies chroniques. Les programmes détaillés sont disponibles sur simple demande aux Thermes d'Allevard : Tél. 04 76 97 56 22 ou en téléchargement début janvier sur www.thermes-allevard.com

Tarif du module: 90 € (non pris en charge par les organismes sociaux).

18, 12 ou 6 jours : Plusieurs formules de traitements qui s'adaptent à votre rythme de vie

Les Thermes d'Allevard proposent des séjours santé (non pris en charge) de 6 ou 12 jours, pour les actifs et ceux qui souhaitent s'initier au thermalisme.

Séjour santé 6 jours / 12 jours	Voies respiratoires 160,00 € / 260,00 €	Rhumatologie (après-midi uniquement) 220,00 € / 390,00 €
---	---	--

POUR BIEN PRÉPARER SA CURE

Votre cure thermale se déroulera du lundi au samedi durant 3 semaines, soit 18 jours consécutifs.

RÉSERVATION :

- 1 Faire une demande de prise en charge de cure thermale auprès de votre médecin traitant.
- 2 L'envoyer à votre centre de sécurité sociale.
- 3 Nous transmettre sans attendre le retour de la prise en charge votre fiche de réservation complétée (ci-jointe).
- 4 Nous faire parvenir, dès sa réception, la photocopie du volet 2 de votre prise en charge administrative.
- 5 Prendre rendez-vous avec le médecin thermal de votre choix pour la première consultation de cure avant votre arrivée. (Voir la liste ci-dessous).

HÉBERGEMENT :

Pour réserver votre hébergement vous pouvez contacter :

- L'Office de Tourisme du Pays d'Allevard :
04 76 45 10 11
www.allevard-les-bains.com

- La Centrale de réservation :
04 76 45 89 92

MATÉRIEL :

Le matériel de cure pour les soins de voies respiratoires (gobelet, pipette, entonnoir, etc.) est à acheter lors de votre arrivée, sur présentation de votre ordonnance thermale. Les anciens curistes peuvent ramener leur propre matériel.
En rhumatologie, le nécessaire de cure comprenant un peignoir et une serviette vous est fourni quotidiennement par les Thermes. Vous devez uniquement prévoir maillot, bonnet de bain et sandales anti-dérapantes.

CONDITIONS D'ANNULATION

En cas d'annulation de votre cure et selon les dispositions prévues aux articles 1590 du Code Civil et L131-1 du Code de la Consommation "toutes arrhes de garantie versées restent définitivement acquises". Il est possible de reporter les arrhes versées, en nous prévenant 3 semaines avant le début de la cure, sur une nouvelle période de séjour de la même saison, en fonction des disponibilités.

CORPS MÉDICAL THERMAL

Dr AUBERT Thierry

19 rue Bernard Niepce - Allevard-les-Bains
04 76 97 51 35

Médecine thermale et générale,
ostéopathie. Titulaire de la Capacité
d'hydrologie et de climatologie médicale

Dr BEALLET Marc

8, rue Bernard Niepce - Allevard-les-Bains
04 76 68 62 28

Médecine thermale. Compétent exclusif
en médecine thermale et en climatologie
médicale

Dr BOISSON Jean-Pierre

19 rue Bernard Niepce - Allevard-les-Bains
04 76 45 16 44

Médecine thermale et générale

Dr GIRAUX Jean-Jacques

14 rue Dr Mansord - Allevard-les-Bains
04 76 97 50 03

Médecine thermale et générale

Dr MACHON Marc

8 rue Chenal - Allevard-les-Bains
04 76 45 00 89

Allergologie - Homéopathie. Compétent
en hydrologie et climatologie médicale

Dr NICOLLET Émile

65 rue du lac - St-Pierre-d'Allevard - (à 3,5 km)
04 76 45 02 63

Médecine thermale et générale

Dr PINGEON NICOLLET Joëlle

65 rue du lac - St-Pierre-d'Allevard - (à 3,5 km)
04 76 45 05 27

Médecine thermale et générale



Les Thermes Bernard Niepce O.R.L. et voies respiratoires

Les bienfaits de la double orientation : un «plus» aux Thermes d'Allevard

Pour soigner vos voies respiratoires et vos rhumatismes pendant la même cure et sur un même site, pensez à spécifier la double indication tout en précisant l'orientation principale et la secondaire. **Parlez-en à votre médecin.**



Les Thermes de rhumatologie

Douleurs chroniques

En complément de votre cure thermale, vous bénéficiez d'ateliers pratiques et de soins particuliers pour réapprendre les gestes et postures du quotidien. Nous proposons deux modules différents : initial et avancé. L'objectif est de diminuer vos douleurs et de réduire votre consommation de médicaments. Au programme selon la formule : école du dos, musicothérapie et magnétothérapie, massothérapie, sauna japonais, bol d'air Jacquier, Idogo, thérapie anti-douleur **StimaWell**.

Tarif : 105 € (non pris en charge par les organismes sociaux).

Navette thermale Grenoble-Allevard

Il est possible de bénéficier d'une navette indépendante de notre établissement entre la gare de Grenoble et Allevard.

Renseignements et réservations au 04 76 97 50 35
Tarif : 30 € l'aller simple.



Les Thermes d'Allevard - BP 7
38580 Allevard-les-Bains

Tél. : 04 76 97 56 22 - Fax : 04 76 97 56 70
contact@thermes-allevard.com
www.thermes-allevard.com

Rhumatologie :

11 avril - 5 novembre

Voies respiratoires :

2 mai - 24 septembre

1^{er} curiste

M^{me} M^{lle} M.

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

CP :

Ville : _____

Tél. :

Port. :

E-Mail : _____

Date de naissance :

N° Sécurité Sociale :

Nom et Prénom de l'assuré(e) (si différent du curiste) _____

Éprouvez-vous de **réelles** difficultés de mobilité durant les soins Oui Non

Avez-vous déjà suivi une cure aux Thermes d'Alleverd ? Oui. En quelle année? : _____ Non

2^{ème} curiste

M^{me} M^{lle} M.

CP :

Tél. :

Port. :

Date de naissance :

N° Sécurité Sociale :

Éprouvez-vous de **réelles** difficultés de mobilité durant les soins Oui Non

Avez-vous déjà suivi une cure aux Thermes d'Alleverd ? Oui. En quelle année? : _____ Non

● VOTRE CURE

Cure simple **Voies Respiratoires**

Cure simple **Rhumatologie**

Cure double orientation **Voies Respiratoires + Rhumatologie 2^{ème} orientation**

Cure double orientation **Rhumatologie + Voies Respiratoires 2^{ème} orientation**

● PROTOCOLES INTÉGRANT DES SOINS COMPLÉMENTAIRES

Protocoles non pris en charge par les organismes sociaux - Entrée obligatoire aux dates ci-dessous

Fibromyalgie **Protocole initial (soins thermaux à partir de 16h)** 295,00 €

Fibromyalgie **Protocole avancé (soins thermaux à partir de 16h)** 295,00 €

Fibromyalgie **Protocole allégé (soins thermaux à partir de 15h00)** 180,00 €

Douleurs chroniques - initial (soins thermaux le matin) 105,00 €

Douleurs chroniques - avancé (soins thermaux le matin) **NOUVEAUTE** 105,00 €

gRAVir **Protocole maladies respiratoires chroniques** (02 mai au 05 septembre inclu)..... 90,00 €

● SERVICE « + » pour un grand confort de soins et des prestations complémentaires.

Rhumatologie : soins + accès à l'espace détente et Sport (matin ou après-midi) 49,00 €

● DATE DE VOTRE 1^{er} JOUR DE SOINS

11 avril

25 juillet

02 mai

15 août

23 mai

05 septembre

13 juin

26 septembre

04 juillet

17 octobre

Autre date d'entrée en cure : _____

Horaire de début de soins souhaité :

ATTENTION !

Pour **toutes les cures de rhumatologie** (en indication simple ou double, en première ou deuxième orientation : RH, RH-VR ou VR-RH) , **les dates d'entrées sont imposées si vous souhaitez effectuer vos soins le matin.** Si ces dates ne vous conviennent pas, **il est possible de commencer votre cure, quand vous le souhaitez, en effectuant vos soins l'après-midi** (sans supplément).

VOIES RESPIRATOIRES

ouverture à 7h30

du 02 mai au 11 juin

ouverture à 7h00

du 13 juin au 24 septembre

RHUMATOLOGIE

Matin

ouverture à 7h00

du 11 avril au 03 septembre

du 26 septembre au 05

novembre

ouverture 6h00

du 05 sept. au 24 sept

Après-midi

ouverture à 15h00

du 11 avril au 05 novembre

INFORMATIONS MÉDICALES

Nom du médecin qui a prescrit votre cure :

Prénom :

Adresse :

CP :

Ville :

Tél. :

Médecin prescripteur du 1^{er} curiste

M^{me} M^{lle} M.

Médecin prescripteur du 2^{ème} curiste

M^{me} M^{lle} M.

Merci de cocher le nom du médecin thermal choisi (obligatoire) :

N'oubliez pas de prendre rendez-vous avec le médecin thermal de votre choix.

- Dr AUBERT Thierry
- Dr BEALLET Marc
- Dr BOISSON Jean-Pierre
- Dr GIRAUX Jean-Jacques

- Dr MACHON Marc
- Dr NICOLLET Émile
- Dr PINGEON NICOLLET Joëlle

Votre hébergement à Allevard-les-Bains : _____

Arrhes de 50,00 € par personne pour tout type de cure

Par chèque à l'ordre des Thermes d'Allevard

Par carte bancaire n° :

Date d'expiration : /

Cryptogramme visuel* :

*les trois derniers chiffres qui apparaissent sur le panneau signature au verso de votre carte bancaire.

Date et signature :

Réservation à retourner à l'adresse suivante :
SAEM DOMAINE THERMAL D'ALLEVARD
BP N° 7
38580 ALLEVARD-LES-BAINS

► Pour :
les séjours santé de
6 ou 12 jours,

► les soins de détente
thermale,

► l'accès au SPA
thermal

Nouveau
Ouverture
février 2016

Réservation par
téléphone
04 76 97 56 22 ou
04 76 45 03 32

Remplir et renvoyer cet imprimé en joignant **OBLIGATOIREMENT** un chèque de 50 € d'arrhes de garantie à l'ordre des Thermes d'Allevard (y compris les CMU et 100 %) par retour du courrier.

Aucune inscription ne sera validée sans arrhes.

A votre arrivée, ces arrhes seront déduites de votre facture ou remboursées si vous êtes pris en charge à 100 %.

NOUVEAUX CURISTES ?

Nécessaire de cure à prévoir :

En voies respiratoires : le matériel de cure est à acheter sur place au vue de l'ordonnance thermale (vous pourrez toutefois avoir besoin d'un maillot de bain et de sandales si des soins chauds vous sont prescrits).

En rhumatologie : peignoir et serviettes sont fournis. Prévoir maillot et bonnet de bain ainsi que des sandales anti-dérapantes.

DÉJÀ CURISTES ?

Un planning provisoire vous permettant de commencer vos soins les premiers jours en toute sérénité vous sera remis à votre arrivée.

N'oubliez pas de prendre rendez-vous par téléphone avec votre médecin thermal avant votre venue à Allevard (horaire de rendez-vous pour la première visite à fixer **après vos soins**). Pensez à ramener votre matériel de cure (sandales et matériel « voies respiratoires »).

