

SAINT-LAURENT LES-BAINS



Chaîne thermale du Soleil

PRATIQUE

**Organisez
votre séjour**
P. 06

EXPERTISE

**Autour de
votre santé**
P. 20

ACTIVITÉS

**Optimisez
votre cure**
P. 28

2018



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

S.A.S au capital de 8 129 638,30 €
SIREN 310 968 540 - APE 741

Nouvelle formule du Guide Pratique
de Saint-Laurent-les-Bains,
30^e édition

Directeur de la publication: Biche Barthélémy / Coordination édition: Anne Mascarou / Responsable de la
Publicité: Axel Dair / Photocomposition publicitaire: Servei Gràfic NJR. / Photos: Chaîne Thermale du Soleil
(F. Dero - C. Tournois - E. Guerard - N. Barras - X. Boymond - Y. Chevojon - C. Clanet - J. Daurel
B. Fert - C. Mossière - M. Niels - A. Harnie-Cousseau - P. Le Chatelier - M. Rioussan - J. Vieussens - C. Vidal
A. Michel - Ikona - P. Ahmadpanah) Stations Thermales et Offices de Tourisme.
Création: studio graphique ogham / Impression: Imprimerie DELORT
Novembre 2017 - Tirage: 10 100 exemplaires.



Bienvenue aux Thermes de Saint-Laurent-les-Bains

Un environnement d'exception: l'Ardèche

Dans un décor exceptionnel, au cœur des Cévennes ardéchoises, l'établissement thermal vous accueille dans son espace contemporain, tout de bois et de verre. Une ambiance familiale et chaleureuse vous attend pour vivre un séjour thermal au rythme d'une nature authentique et préservée.

Le sens de l'accueil

Sensibles à vos attentes et à vos suggestions. C'est à chaque saison thermale, pour nous, l'occasion de parfaire votre accompagnement et votre prise en charge. La motivation, la compétence et le sens relationnel de nos équipes, reconnus par nos curistes, font de Saint-Laurent une station thermale à dimension humaine et privilégiée.

Une qualité de soins

Des installations techniques modernes vous offrent un plateau de soins très large. Une équipe qualifiée répond au mieux à vos exigences, vous dispense des soins de qualité et vous assure un parcours de soins adapté à votre pathologie et à vos douleurs.

La Mini-Cure Mal de dos: toujours présente pour les personnes que leur emploi du temps mobilise.

- **Mini-cure Santé et Sport:** un concentré d'activités (aquagym, aquabike, marche nordique, gym instinctive, etc.) et de soins thermaux.

Et pour renforcer l'efficacité thérapeutique de votre cure:

- **L'Option Santé-Active:** mise en place d'ateliers, adaptés à chacun, et encadrés par un Éducateur sportif confirmé (aquabike, aquadance, aquaphobie, gym instinctive, marche nordique, etc.).

- **L'ouverture de notre Espace Détente l'après-midi:** accès à la piscine thermale et hammam.

- **Pass SPA** pour nos curistes 3 semaines, une bonne formule pour accéder à la piscine et au hammam.

Pour vous loger, **la Résidence La Vallée****, située au-dessus des thermes, vous propose des studios confortables et entièrement équipés dont 2 appartements aménagés pour accueillir des personnes à mobilité réduite. **Notre Logis Cévenol**, demeure de caractère, situé à 2 mn des Thermes, vous accueille pour un séjour authentique.

Pour nos curistes « Réservation Plus », un service navette gratuit du lundi au samedi matin entre la gare de La Bastide et notre résidence (arrivée-départ).

Toutes nos équipes s'attachent à vous apporter leur professionnalisme, leur écoute et leurs qualités humaines pour vous accompagner tout au long de votre cure.

Nous restons à votre entière disposition pour vous guider dans l'organisation de votre séjour, pour que votre cure à Saint-Laurent-les-Bains soit une véritable escale de santé.

Avec tout notre dévouement.

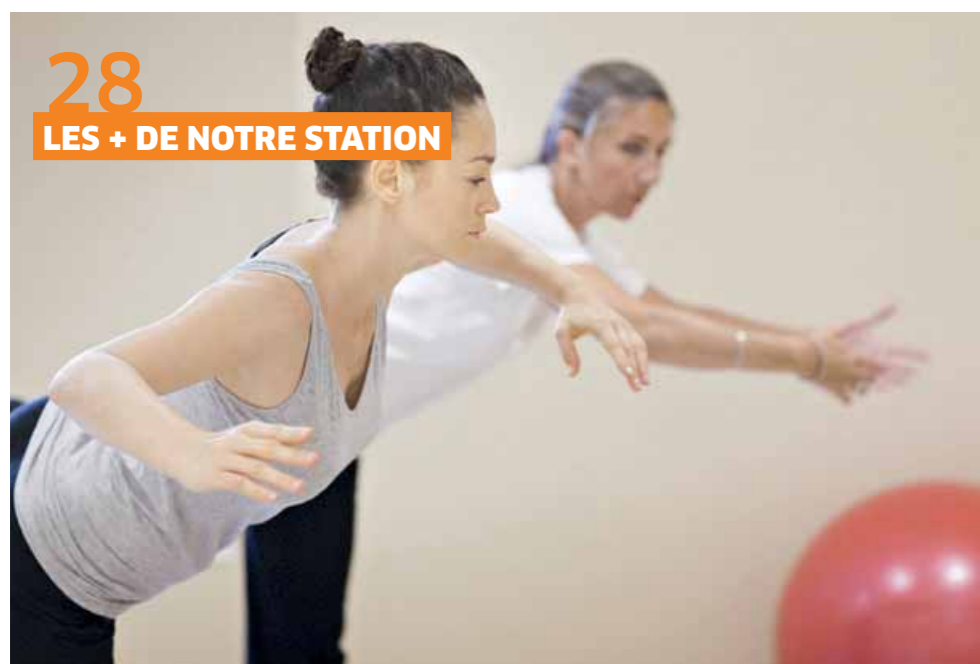
Thomas Marzal, Directeur des Thermes



06
MÉDECINE THERMALE



18
NOS CURES À SAINT-LAURENT



28
LES + DE NOTRE STATION



34
VISITEZ NOS THERMES



40
NOS HÉBERGEMENTS



45
BIENVENUE
DANS NOTRE RÉGION

MÉDECINE THERMALE

06
Votre dossier pratique
Réservation.
Remboursement.

08
Les eaux thérapeutiques

10
Que soigne-t-on?

12
Évaluez les bienfaits
de votre cure

14
Les soins thermaux

16
Les équipes thermales
Les médecins thermaux

NOS CURES

18
Rhumatologie
La cure conventionnée.

20
Notre cure spécifique
La cure Fibromyalgie
ciblée RH.

24
Nos 4 mini-cures
Pour tous ceux que leur
emploi du temps mobilise.

LES + DE NOTRE STATION

28
Option Santé-Active
Dynamisez votre cure.

30
Spa & institut de beauté
Spa, nos soins et produits
esthétiques.

32
Thermes Plus®
et Club des amis
Des curistes fidèles
récompensés.

VISITEZ NOS THERMES

34
Des thermes
tout confort dans la ville

36
Journées Découverte
Découvrir nos thermes
avant de réserver.

NOS HÉBERGEMENTS

38
Vous rendre
à Saint-Laurent-les-Bains

40
Nos hébergements
Description et tarifs.
Réservation Plus
Bien pratique.

44
Annuaire pratique
Liste des hébergements.



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



FICHE DE RÉSERVATION
Si vous ne réservez
pas sur notre site
chainethermale.fr,
ou par téléphone au
04 66 69 72 72
veuillez trouver notre
formulaire simplifié pour
votre réservation à la fin
du catalogue.

BIENVENUE DANS NOTRE RÉGION

45
Saint-Laurent-les-Bains
et sa région
À noter sur vos agendas.

50
Carnet publicitaire
Bonnes adresses.

LES EAUX DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS



L'HYGIÈNE, NOTRE PRIORITÉ

Au sein du Service Central Qualité, Hygiène et Ingénierie Sanitaire, notre préoccupation première est de tout mettre en œuvre pour vous garantir les meilleures conditions d'hygiène et des soins thermaux avec des produits de qualité.

Pour ce faire, un de nos laboratoires d'analyses microbiologiques, accrédité COFRAC (accréditation n° 1-5532, portée disponible sur www.cofrac.fr), composé d'un Ingénieur sanitaire et de deux Techniciennes microbiologistes, suit de manière assidue la qualité de l'eau minérale naturelle, circulant dans les installations et distribuée aux postes de soins, ainsi que celle des soins à base de boue thermale; sans oublier la vérification de l'efficacité et de l'application des procédures de nettoyage désinfection des locaux et des postes de soins.

Sur une saison thermale, cette fine équipe, forte d'une expérience et de compétences en microbiologie reconnues par les Autorités de Tutelle, et agissant sous l'égide d'un Docteur ès Sciences en chimie et microbiologie de l'eau, peut réaliser plus de 180 analyses bactériologiques en appliquant des méthodes techniques spécifiques et normées.

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



Des eaux venues de la montagne

Les eaux thermales de Saint-Laurent, bicarbonatées sodiques, se classent dans la catégorie des eaux oligo-métalliques, gazeuses. Leur température (53 °C) constitue un agent important de la thérapeutique en favorisant la dilatation vasculaire périphérique, l'oxygénation des tissus et la sédation des douleurs.

Le facteur climatique

Saint-Laurent-les-Bains est une station climatique des hautes Cévennes Ardéchoises, alliant en toute saison, aux bienfaits thérapeutiques de la cure thermale, un climat méditerranéen tonique, bénéfique au traitement des rhumatismes.

Des éléments bienfaisants en Rhumatologie

Les soins sont appliqués sur tout le corps ou sur des zones plus particulièrement douloureuses: jets sous-marins, bains hydromassants, applications de boue thermale. Chaque soin agit différemment: effet décontractant, diminution du seuil d'excitabilité des récepteurs de la douleur, action antalgique.

QUE SOIGNE-T-ON À SAINT-LAURENT-LES-BAINS ?

Les eaux thermales de Saint-Laurent favorisent les dilatations vasculaires périphériques, l'oxygénation des tissus et la sédation des douleurs. Elles sont particulièrement reconnues dans le traitement des névralgies et des rhumatismes. Les séquelles de traumatismes, la lombalgie et la sciatique sont les indications majeures motivant une cure thermale dans notre établissement.



Les rhumatismes: des atteintes douloureuses qui nous concernent tous

- Arthrose
- Rhumatismes
- Troubles musculo-squelettiques
- Ostéoporose
- Lombalgie
- Mal de dos
- Sciatique
- Tendinites
- Polyarthrite rhumatoïde
- Spondylarthrite ankylosante
- Séquelles de traumatismes ou d'interventions chirurgicales
- Inflammation chronique des tendons
- Syndrome fibromyalgique
- Raideurs articulaires

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.

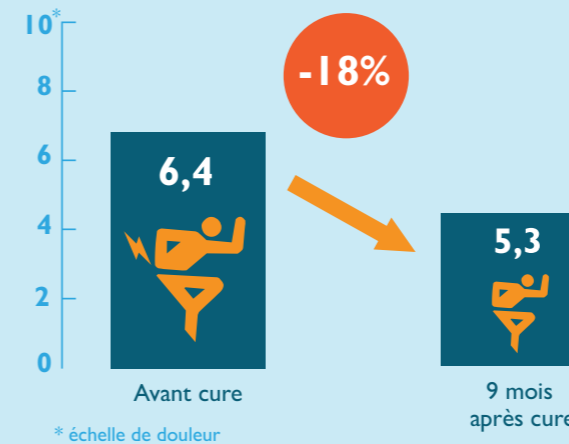
Votre médecin traitant vous précisera les contre-indications éventuelles.



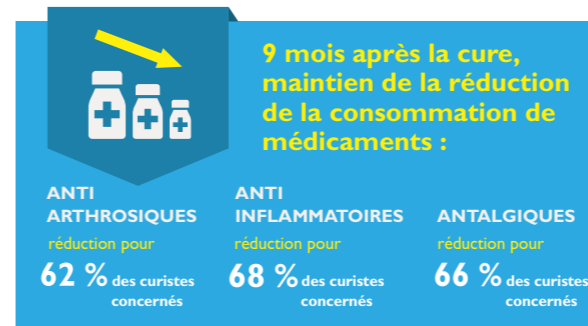
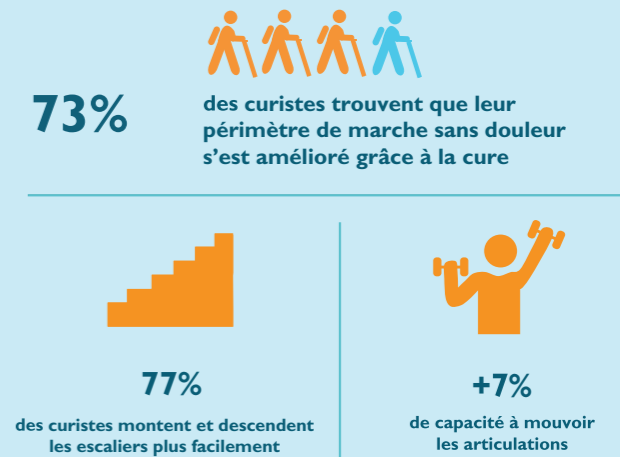
La cure thermale prend en charge globalement les atteintes rhumatismales sous toutes leurs formes.

LES BIENFAITS THÉRAPEUTIQUES DE LA CURE THERMALE EN RHUMATOLOGIE

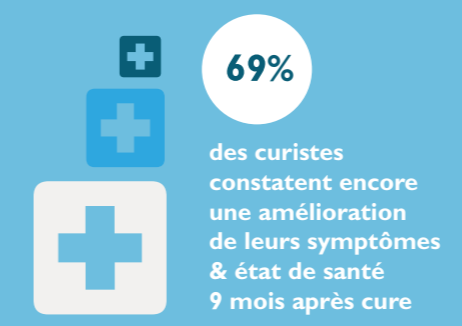
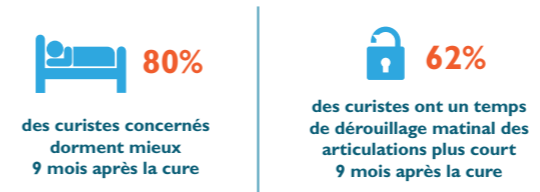
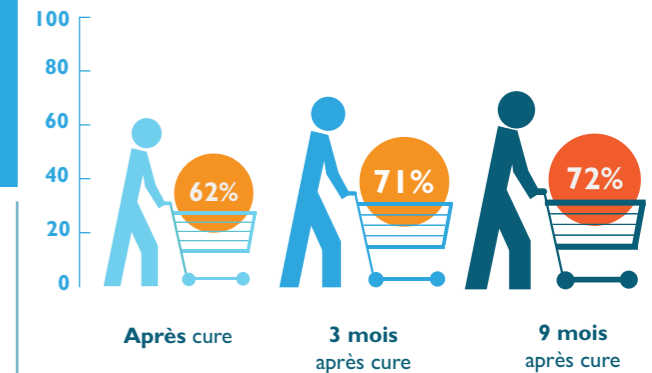
DIMINUTION DES DOULEURS



ENCORE 9 MOIS APRÈS CURE



% DES CURISTES AYANT AUGMENTÉ LEUR NIVEAU D'ACTIVITÉS QUOTIDIENNES



Suivi déclaratif réalisé par l'Observatoire de la Chaîne Thermale du Soleil auprès de 22 116 curistes pour les données après cure, 18 474 curistes 3 mois après cure, 15 471 curistes 6 mois après cure et 13 371 curistes 9 mois après cure. (2016)





ÉVALUEZ LES BIENFAITS DE VOTRE CURE

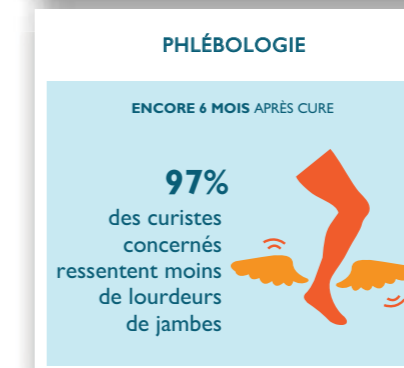
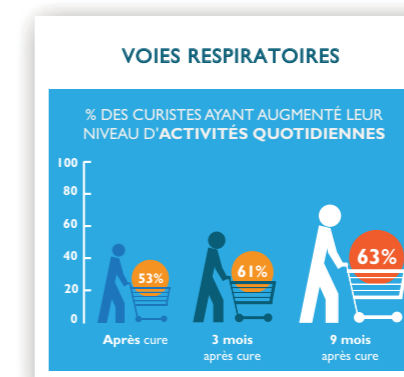
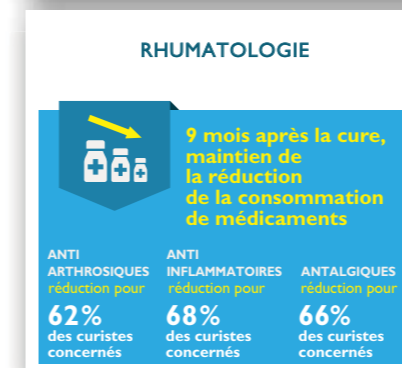
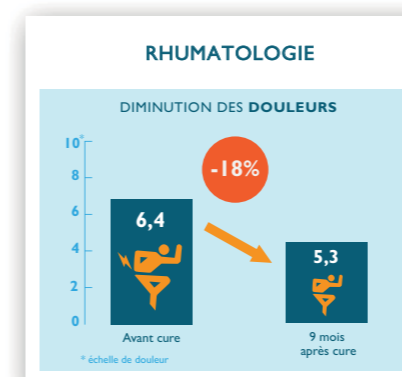
Évaluez vous-même votre cure & participez gratuitement à l'observatoire des bénéfices thérapeutiques thermaux

Depuis quelques années déjà, la Chaîne Thermale du Soleil a mis en place un outil destiné à l'ensemble de ses curistes, leur permettant d'auto-évaluer l'efficacité de leur cure thermale.

LES OBJECTIFS

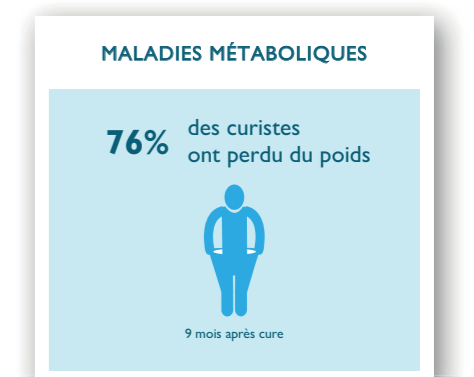
- **MESURER LES EFFETS THÉRAPEUTIQUES DE LA CURE DANS LE TEMPS:** après la cure, puis à 3 mois, 6 mois et 9 mois.
- **SUIVRE L'IMPACT DE LA CURE** sur votre santé.
- **CONNAÎTRE LES RÉSULTATS DES BIENFAITS** ressentis par les curistes de la Chaîne Thermale du Soleil, par orientation.
- **ÉVALUER LA QUALITÉ DES SOINS** dispensés pendant la cure.
- **EXPRIMER SES COMMENTAIRES** sur la qualité des soins reçus.
- **PERMETTRE À L'ÉTABLISSEMENT D'AMÉLIORER** constamment la qualité des prestations.

QUELQUES RÉSULTATS



COMMENT?

- **GRÂCE À UN QUESTIONNAIRE ÉLECTRONIQUE**
Chaque curiste, ayant communiqué son adresse email, reçoit le questionnaire validé par un médecin spécialiste et adapté à sa pathologie, immédiatement après sa cure, puis à 3, 6 et 9 mois.
- **CHAQUE QUESTIONNAIRE, TRÈS COMPLET, DURE ENTRE 10 ET 20 MINUTES**
Il évalue différents critères selon la cure et la pathologie: symptômes, douleur, consommation médicamenteuse, qualité de vie, autonomie, etc. Les questions sont présentées sous forme de QCM ou d'échelles de valeurs entre 1 et 10.
- **LES RÉPONSES SONT ANONYMES** afin de garantir le respect de la confidentialité de vos données de santé!



LES SOINS THERMAUX

À Saint-Laurent-les-Bains, pour le traitement de son orientation thérapeutique, Rhumatologie, les Thermes proposent un panel de 16 soins thermaux. Ils vous seront dispensés en fonction de votre pathologie et de la prescription du médecin.

Des soins d'eaux thermales riches

BAIN EN BAIGNOIRE OU EN PISCINE THERMALE

Le bain crée une importante vasodilatation qui permet détente musculaire et meilleure oxygénation tissulaire.

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.

DOUCHE DE FORTE PRESSION SOUS IMMERSION EN PISCINE MÉDICINALE

Cette pratique thermale est la variante à haute pression, de la douche sous immersion. Les effets sont ceux d'un hydromassage puissant et profond rappelant le pétrissage avec une action pénétrante et soutenue. Il en résulte une décontraction musculaire ainsi qu'un drainage tissulaire particulièrement intéressant en cas d'insuffisance veino-lymphatique, mais également chez les sujets obèses ou porteurs de cellulite.



DOUCHE GÉNÉRALE OU LOCALE AU JET

Administrée à une distance variable du patient par un jet d'eau thermale sous pression modulée et dirigée par l'agent thermal sur les zones du corps indiquées par le médecin, elle produit un effet de percussion et de vibration 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.

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 (ARGILE)

En application locale sur les régions indiquées par le médecin thermal les cataplasmes, personnalisés pour chaque patient, agissent par effet thermique et passage transcutané des éléments actifs de l'argile en maturation.

DOUCHE LOCALE DES MAINS ÉVENTUELLEMENT SUIVIE DE BAIN DE BOUE LOCAL AUX MAINS

- MANUDOUCHE ET MANUBOUE
 - PÉDIDOUCHE
- 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.



DES SOINS DE CONFORT, HORS FORFAITS*

NOUVEAU: WATERMASS

Associant les vertus de l'eau chaude, des huiles essentielles et du modelage mécanique minceur (palper-rouler), c'est un soin spécifique de la peau d'orange et des capitons localisés.

NOUVEAU: PRESSOTHÉRAPIE

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

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.

HYDROXEUR EN BAIGNOIRE

Bain bouillonnant de micro-bulles et jets hydromassants par cycles réguliers suivant le sens du retour veineux dans une baignoire ergonomique remplie d'eau thermale.

THALAXION

Un appareil qui enveloppe votre corps de jets de différentes puissances et rythmes pour stimuler le drainage des tissus et relancer le système circulatoire.

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

LES ÉQUIPES DANS LES THERMES

12 AGENTS DE SOINS THERMAUX (EN MOYENNE)

Ils travaillent sur le site de Saint-Laurent-les-Bains. Ils dispensent les soins aux patients selon la prescription du médecin thermal.

1 INFIRMIÈRE

Diplômée d'État, elle est présente afin de veiller au bon déroulement des soins, elle intervient à tout moment auprès des curistes et prend des précautions particulières pour certains. Selon la prescription du médecin thermal elle dispense des soins appropriés.

4 KINÉSITHÉRAPEUTES

Diplômés d'État: ils assurent la rééducation des patients durant les soins en piscine thermale et pratiquent des séances de massages sous l'eau dans le strict respect des prescriptions médicales en concertation avec les 2 médecins thermaux dans le cadre plus précis des précautions particulières.

1 SOPHROLOGUE ET 1 PROFESSEUR DE YOGA

Ils interviennent dans le cadre de la cure. Ils vous enseignent les techniques de relaxation afin de mieux gérer votre stress et vos douleurs.

DES ÉQUIPES EXPÉRIMENTÉES

1 ÉDUCATEUR SPORTIF

Il dispense les cours de gymnastique en salle, de relaxation et toutes les séances d'activités physiques de l'Espace Forme.

DEUX ESTHÉTICIENNES

Elles interviennent dans le cadre du Spa Thermal et dispensent leurs soins experts.



LISTE DES MÉDECINS THERMAUX CONSULTANT À SAINT-LAURENT-LES-BAINS

Les Médecins thermaux exercent une activité libérale et perçoivent directement leurs honoraires auprès de leurs patients.

Le patient est remboursé à hauteur de 70 % du montant forfaitaire alloué, à hauteur de 100 % en cas d'exonération du ticket modérateur (Affections Longue Durée). Il doit adresser le volet 1 correspondant aux visites médicales à son organisme social pour remboursement.

1 AVANT SON ARRIVÉE EN CURE, LE CURISTE PREND RENDEZ-VOUS

Directement auprès du Médecin Thermal de son choix.

2 LE JOUR DE LA PREMIÈRE VISITE, IL DOIT APPORTER:

- la carte Vitale
- le volet 1 de prise en charge de l'Assurance Maladie
- les ordonnances de traitement en cours
- le courrier de son médecin traitant indiquant les antécédents médicaux et les traitements en cours

3 EN CAS D'ANNULATION DE CURE, IL DOIT PENSER À ANNULER SON RENDEZ-VOUS

Après du secrétariat médical concerné.



LES MÉDECINS THERMAUX DE SAINT-LAURENT ONT LEUR CABINET DANS LES THERMES

Cette liste a été établie au 1^{er} septembre 2017.

Elle peut donc être sujette à modification éventuelle en cours de saison.

Nom	Spécialité	Téléphone
Dr Michel ARCIN	Rhumatologue	04 66 69 72 74
Dr Hermann HEIJERMANS	Médecine thermale	04 66 69 72 96

LES CURES CONVENTIONNÉES 18 JOURS

La station de Saint-Laurent est agréée pour traiter l'orientation RHUMATOLOGIE.

Une cure thermale est généralement prescrite en alternative aux médicaments, même si elle peut également l'être en complément de traitements « classiques ». Les 18 jours de soins sont nécessaires pour bénéficier pleinement des effets du traitement. Les soins thermaux (bains, douches, massages...) en constituent l'essentiel. Les échanges avec les médecins participent à la sensibilisation et la prévention pour permettre au curiste d'apprendre à mieux vivre avec sa maladie. Reportez-vous à la page 6 pour les démarches administratives.

Rhumatologie (RH)

La rhumatologie est la pathologie la plus soignée en France dans les centres thermaux.

Douleurs, raideurs et gonflements des articulations, tendinites, mal de dos, réveils nocturnes... Les pathologies touchant les articulations, la colonne vertébrale et les os entraînent des souffrances et des difficultés pour se mouvoir qui affectent la qualité de vie.

Pour résorber ces douleurs et favoriser la mobilité, les solutions prescrites reposent principalement sur des traitements pharmaceutiques couplés à une prise en charge non médicamenteuse, comme des séances de kinésithérapie. Le recours à une intervention chirurgicale peut également s'avérer nécessaire en cas d'obstacle mécanique.

Pour un meilleur traitement en rhumatologie, une approche globale de la pathologie est essentielle, dans laquelle la médecine thermale a une place importante.

Les soins prodigués, à visée sédative et rééducative, permettent d'améliorer efficacement la mobilité et de réduire la douleur, conduisant à une moindre consommation de médicaments. La cure est souvent à l'origine d'un déclic chez ces patients. En retrouvant confiance en soi, ils reprennent des activités délaissées depuis parfois quelques années et adoptent alors une hygiène de vie, pouvant favoriser le ralentissement de la pathologie.



DES SOINS RH TRÈS CIBLÉS

- 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 mains
- Bain de boue général
- Cataplasmes de boue
- Piscine de mobilisation
- Massage sous l'eau
- Sudation en cabine individuelle
- Radio-vaporarium

Tarifs cure thermale Rhumatologie (RH)

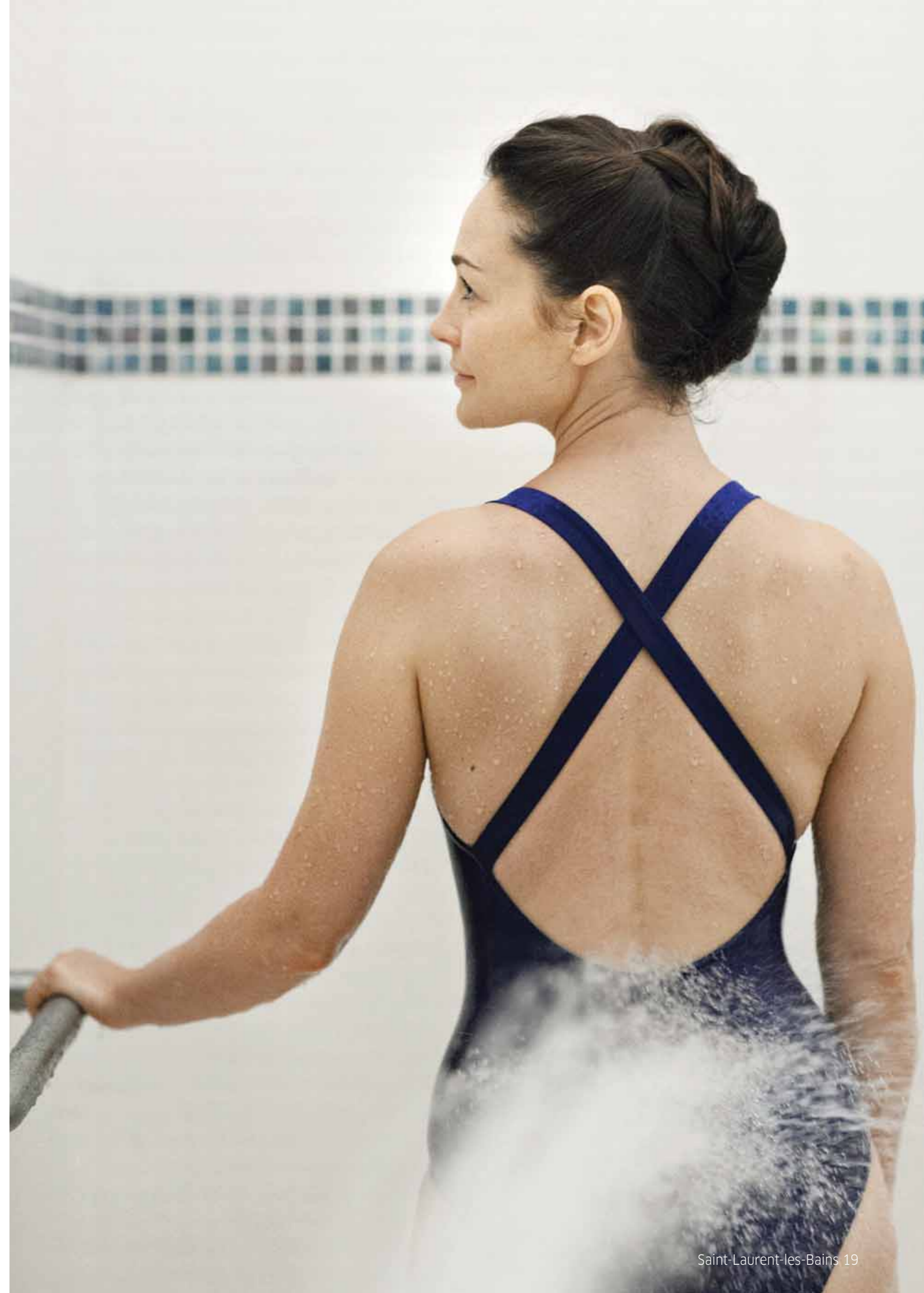
72 séances de soins ciblés.

Prix Limite de Facturation: 530,77 €

Avec kinésithérapie: 603,72 € (maximum)

Prix Limite de Facturation arrêté au 06.04.2016.

Susceptible de varier sous décret public.



NOTRE CURE SPÉCIFIQUE



MALIN!

Nous vous proposons des formules d'hébergement pour votre cure spécifique. Rendez-vous pages 40/43.



Parmi les traitements non médicamenteux ou chirurgicaux, la médecine thermique est reconnue par les autorités de Santé françaises. Avec le concours de médecins spécialistes, la cure thermique s'appuie sur la nécessité d'une véritable approche pluridimensionnelle de votre pathologie pour :

- atténuer les douleurs,
- améliorer l'autonomie,
- réduire la consommation médicamenteuse,
- favoriser le retour à l'activité physique.

Elle propose au patient une immersion thérapeutique **durant les 3 semaines de la cure classique**, propices à la récupération physiologique, pour traiter efficacement les différents symptômes de la pathologie grâce aux :

- **effets bénéfiques naturels de l'eau thermale** de Saint-Laurent-les-Bains et de son climat privilégié,
- **soins et ateliers/activités ciblés de grande qualité** dispensés par des thérapeutes attentifs et des kinésithérapeutes diplômés et des médecins spécialistes,
- **un programme d'éducation thérapeutique** renforcé.



Quelle est la cure spécifique de Saint-Laurent-les-Bains ?

En complément de votre cure classique de 18 jours de soins, prise en charge par les organismes sociaux, et des soins prescrits par le médecin thermal, les Thermes de Saint-Laurent-les-Bains ont mis au point, pour vous, **1 programme complémentaire ciblé** : il correspond à un calendrier précis. Afin d'accueillir les curistes dans les meilleures conditions, les Cures Thermales Spécifiques sont proposées à des dates particulières où les groupes sont volontairement limités, afin d'offrir à chacun une attention personnalisée.

Renseignez-vous auprès de nos hôtesses lors de votre réservation.

- **FIBROMYALGIE (Rhumatologie)** voir pages 22-23



Calculez le coût de votre cure spécifique

Le tarif de votre cure classique + le module de la cure spécifique choisie

LA CURE THERMALE CLASSIQUE DE BASE (RH), PRIX LIMITE DE FACTURATION* : 530,77 €

en fonction de la prescription ou non de soins de kinésithérapie selon l'orientation thérapeutique (RH).

Ce forfait est pris en charge à hauteur de 65 % par votre Caisse d'Assurance Maladie (100 % si vous justifiez d'une ALD). *Voir page 6, chapitre COMPLÉMENT TARIFAIRE.

+ TARIF DU MODULE DE LA CURE SPÉCIFIQUE CHOISIE EXEMPLE : FIBROMYALGIE 135 € (non pris en charge par l'Assurance Maladie).

Des arrhes de 30 € sont demandées lors de la réservation.



VOUS LOGER PENDANT VOTRE CURE!

Pour plus de confort et de sérénité, les Thermes de Saint-Laurent vous proposent d'organiser votre séjour en vous proposant des formules d'hébergement pour vos cures spécifiques dans nos résidences **Le Logis Cévenol** ou La Vallée**** (rendez-vous pages 40 à 43).



Fibromyalgie RH

SÉJOURS 2018

- Du 20 mars au 9 avril
- Du 11 avril au 1^{er} mai
- Du 25 mai au 14 juin
- Du 16 juin au 6 juillet
- Du 30 juillet au 18 août
- Du 11 octobre au 31 octobre
- Du 2 novembre au 22 novembre

Une prise en charge complète

La fibromyalgie, reconnue comme maladie à part entière par l'Organisation Mondiale de la Santé seulement depuis 1992, touche le plus souvent les femmes d'âge moyen. Le syndrome fibromyalgique associe des douleurs musculaires et articulaires diffuses à des troubles du sommeil et de l'humeur d'intensité variable et d'évolution chronique qui peuvent rendre la maladie potentiellement invalidante. Parmi les traitements non médicamenteux, la médecine thermique est une solution efficace reconnue par la Ligue Européenne contre les Rhumatismes (EULAR).

Un protocole de soins, activités et ateliers pour répondre à 4 objectifs :

- 1. Mieux connaître la fibromyalgie**
Il est important pour une meilleure prise en charge d'en connaître les symptômes, l'utilité des traitements médicamenteux, expliquer les évolutions scientifiques sur la connaissance de la fibromyalgie. Ainsi, une conférence médicale et un atelier du sommeil sont proposés.
- 2. Se réapproprier son corps par la gestion de la douleur et de la fatigue**
Avec la sophrologie en bain de kaolin et la musicothérapie, chaque patient développe son potentiel de concentration et de détente, afin de renforcer son estime et sa confiance en lui. Les séances de relaxation en piscine, de Qi Qong et le modelage relaxant permettent de gérer les émotions et de se détendre en profondeur.

- 3. Améliorer sa qualité de vie grâce à l'activité physique adaptée**
Les exercices, encadrés par un professionnel de santé, aident le patient en fonction de la fatigabilité, du niveau de douleur et de mobilité à se réapproprier une activité physique de façon progressive, que ce soit en piscine thermique (Aqua-stretching, Aquabike, Aqua-Dance) ou en salle (gymnastique instinctive).

- 4. Échanger et partager son vécu**
Le partage d'expériences pertinentes est un atout essentiel de compréhension, d'appropriation et d'encouragement mutuel pour réduire l'incidence des troubles générés. Un atelier « groupe de parole » animé par une psychologue, permet d'échanger sur les difficultés rencontrées au quotidien.

Tarifs

La cure thermique de base, Prix Limite de Facturation: de 530,77 € à 883,89 € (en fonction de la prescription ou non de soins de kinésithérapie et/ou d'une deuxième orientation thérapeutique).
Le Tarif Forfaitaire de Responsabilité est pris en charge à hauteur de 65 % par votre Caisse d'Assurance Maladie (100 % si vous justifiez d'une ALD).

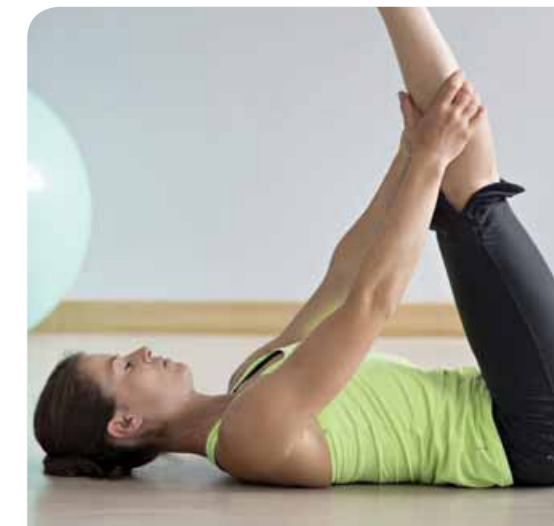
+ LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE
135 € Primo curiste* ou Curiste confirmé (non pris en charge par l'Assurance Maladie).**

*Primo curiste: première participation à une cure spécifique
**Curiste confirmé: ayant déjà participé à une cure spécifique
Des arrhes de 30 € sont demandées lors de la réservation.

En complément de votre cure thermique classique RH, le programme se compose de:

- 2 MODELAGES RELAXANTS (20 MN)**
- 1 CONFÉRENCE MÉDICALE « FIBROMYALGIE » (60 MN)***
- 1 ATELIER AGENDA DU SOMMEIL* (60 MN) CENTRE ANTI-DOULEURS**
- 1 ATELIER GROUPE DE PAROLE (60 MN)**
- 1 SÉANCE DE SOPHROLOGIE EN BAIN DE KAOLIN (45 MN)**
- 1 SÉANCE DE MUSICOTHÉRAPIE (20 MN)**
- 1 SÉANCE DE RELAXATION EN PISCINE (30 MN)**
- 1 SÉANCE DE QI QONG (60 MN)**
- ACCÈS SALLE DE RELAXATION MULTI-SENSORIELLE.**
- + 4 SÉANCES AU CHOIX PARMI**:**
 - Aqua-stretching, séance collective (30 mn)
 - Aquabike, séance collective (30 mn)
 - Aqua-Dance, séance collective (30 mn)
 - Gymnastique instinctive (2 séances de 45 mn)

*Pour les primos curistes.
** 5 séances au choix, pour les curistes confirmés.



Nos mini-cures thermales



Pour tous ceux que leur emploi du temps mobilise, santé et vie active ne sont plus incompatibles.

Les Thermes de Saint-Laurent-les-Bains déclinent pour vous les mini-cures « véritables concentrés de cure thermale ».

LE +

Au-delà de 5 jours, une visite médicale préalable est nécessaire, le médecin thermal personnalisant votre programme de soins. Vous retirez ainsi un maximum de bienfaits de votre cure.

THERMES DÉCOUVERTE

Pour découvrir les bienfaits des soins thermaux, un programme de **4 soins quotidiens** à choisir parmi les soins suivants:

- Jets de forte pression en piscine
- Bain en piscine thermale
- Mobilisation en piscine
- Bain de boue en apesanteur
- Manu-boue
- Douche pénétrante
- Douche au jet
- Manu-douche
- Vaporarium (+ accès libre à la salle de cardio-training)

TARIFS*

4 soins: 59 €
Ce forfait est modulable de 1 à 5 jours de soins.

SUR MESURE

Véritable concentré de cure thermale, cette mini-cure, orientée selon vos besoins en Rhumatologie « a tout d'une grande ». Elle soulage douleurs articulaires, raideurs, ankylose...
Décliné en 6 ou 12 jours, le programme de 4 soins quotidiens est personnellement prescrit par un médecin thermal parmi les soins suivants:

- Jets de forte pression en piscine
- Bain en piscine thermale
- Mobilisation en piscine
- Bain de boue en apesanteur
- Manu-boue
- Douche pénétrante
- Douche au jet
- Manu-douche
- Vaporarium

TARIFS*

24 soins: 330 €
6 jours selon la prescription.
48 soins: 660 €
12 jours selon la prescription.



* Les mini-cures thermales ne sont pas prises en charge par l'assurance maladie. La consultation médicale de début de cure n'est pas prise en charge par la CPAM et vient en sus de ce tarif, elle est à régler directement au médecin thermal.



MAL DE DOS

Développé avec le concours de médecins, de kinésithérapeutes et d'agents diplômés, ce programme de soins propose une approche multidisciplinaire de votre lombalgie. Il vous permet de diminuer les douleurs liées aux contractures musculaires et de retrouver de l'autonomie et de la souplesse. 34 soins et activités pour 6 jours.

Un programme de 4 soins sur mesure, prescrit par le médecin thermal:

- Cataplasme d'argile
- Douche Pénétrante
- Douche sous immersion en piscine
- Piscine de Mobilisation avec un kinésithérapeute
- +
- 2 modelages aux huiles essentielles avec un kinésithérapeute (20 mn)
- 1 séance de table thermomassante (12 mn)
- 1 séance de Musicothérapie® (20 mn) (Protocole Music-Care®)
- 1 accès quotidien à la salle de relaxation multi-sensorielle (lumière de Wood)

TARIFS*

6 jours: 476 €

12 jours: 952 €

Il convient de doubler les soins et activités ci-dessus.

SANTÉ ET SPORT

29 soins et activités pour 6 jours, 3 soins de base:

- 6 bains hydromassant (12 mn)
- 6 douches pénétrantes oscillantes (6 mn)
- 6 bains de boue généraux en apesanteur (13 mn)

+

Programme d'Activités Physiques avec l'Éducateur Sportif:

- 1 séance d'aquagym (30 mn)
- 2 séances d'aquabike (30 mn)
- 1 marche nordique (75 mn)
- 1 bilan Santé et Forme (45 mn)
- 1 séance de cardio-training coaché (45 mn)
- 1 randonnée découverte du Patrimoine et de la Flore (2h30 à 3h)
- 1 séance d'étirements (30 mn)
- 3 séances d'aqua-détente

TARIFS*

6 jours: 476 €

12 jours: 952 €

Il convient de doubler les soins et activités ci-dessus.



* Les mini-cures thermales ne sont pas prises en charge par l'assurance maladie. La consultation médicale de début de cure n'est pas prise en charge par la CPAM et vient en sus de ce tarif, elle est à régler directement au médecin thermal.

Hébergement malin!

Nos résidences vous proposent des formules d'hébergement pour votre mini-cure.

TARIFS 2018

Résidence Le Logis Cévenol**

Forfait Hôtelier Avec demi-pension, nuits (prix par personne)	7 NUITS	14 NUITS
Prix pour une personne partageant une chambre double	427 €	854 €
Prix pour une personne en chambre single	602 €	1204 €
Supplément pension complète (par personne)	126 €	252 €

Forfait Résidentiel Appartement tout équipé (prix par personne)	7 NUITS	14 NUITS
Prix pour une personne partageant une chambre double	245 €	490 €
Prix pour une personne en chambre single	420 €	840 €

Résidence La Vallée**

Forfait Hôtelier Avec demi-pension, nuits (prix par personne)	7 NUITS	14 NUITS
Prix pour une personne partageant une chambre double	427 €	854 €
Prix pour une personne en chambre single	602 €	1204 €
Supplément pension complète (par personne)	126 €	252 €

Forfait Résidentiel Appartement tout équipé (prix par personne)	7 NUITS	14 NUITS
Prix pour une personne partageant une chambre double	245 €	490 €
Prix pour une personne en chambre single	420 €	840 €

À votre départ, votre studio doit être rendu parfaitement propre: vaisselle faite et rangée, salle de bains et WC propres, réfrigérateur vidé. Dans le cas contraire, nous nous verrons dans l'obligation de vous facturer le montant forfaitaire de 105 € HT.



L'Option Santé-Active

DYNAMISEZ VOTRE CURE AVEC L'OPTION SANTÉ ACTIVE!

Sophrologie, gymnastique en piscine, Musicothérapie...

Les Thermes de Saint-Laurent-les-Bains vous

proposent de renforcer les bienfaits de votre cure avec

un forfait de 6 activités "à la carte" à sélectionner selon

vos besoins et envies.



Activités santé

LIT HYDROMASSANT

2 séances de 12 mn - Agréablement installé sur un matelas d'eau, laissez-vous masser grâce à des buses puissantes, au travers de mouvements circulaires, pour un effet décontractant et relaxant.

BAIN REMINÉRALISANT

2 séances de 12 mn - Confortablement installé dans une baignoire hydromassante, vous vous laissez bercer et masser par de multiples et puissants jets d'eau thermale reminéralisante et parfumée. 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.

SOPHROLOGIE COLLECTIVE

45 mn - La sophrologie est une méthode, un outil qui regroupe plusieurs techniques de relaxation. Elle associe le relâchement musculaire, la respiration et la mise en avant des pensées positives. L'effet d'apesanteur produit par le bain de boue décuple les bienfaits de la séance de sophrologie.

BAIN DE VAPEUR THERMALE

6 séances de 15 mn - Dans une salle ressemblant à un hammam, l'eau thermale est pulvérisée et crée ainsi une ambiance de vapeur et de brouillard pour vous détendre.

SOIN AROMA DÉCOUVERTE

30 mn - Soins éclat et découverte de l'aromathérapie effectués par notre esthéticienne.

MODELAGE ÎLE ROUGE

30 mn - Massage décontractant, où se mêlent les mains expertes de nos esthéticiennes, un accessoire en bois d'acacia, le « Kat-Su » et les suaves senteurs des baumes aromatiques.

Activités bien-être

AQUABIKE + IMMERSION

2 séances de 45 mn - Doux pour vos articulations, ce vélo aquatique fait travailler la souplesse des jambes (genoux et chevilles). Enfin il développe capacité cardio-vasculaire et endurance. Séance suivie de 10 mn de jet de forte pression en piscine.

AQUAGYM + IMMERSION

2 séances de 45 mn - Se tonifier en douceur dans la piscine d'eau thermale grâce à l'état d'apesanteur de l'eau pour retrouver souplesse et mobilité, suivie de 10 mn de jet de forte pression en piscine.

AQUADÉTENTE

60 mn - Accès illimité aux installations des thermes l'après-midi : piscine thermale, vaporarium, espace détente et salle de relaxation multisensorielle.

AQUADANCE

2 séances de 30 mn - Redonner vie à votre corps par un mouvement rythmé alliant concentration, contrôle, précision et fluidité le tout dans une ambiance détendue.

MUSICOTHÉRAPIE

20 mn - PROTOCOLE MUSIC-CARE® Mise au point avec l'aide du CHU de Montpellier et éprouvée dans plusieurs centres antidouleur, la Musicothérapie est une technique de relaxation thérapeutique innovante qui utilise les propriétés « psycho-musicales » d'extraits sonores particuliers. Alors que vous êtes confortablement installé dans une ambiance sereine, la séance se décompose en 3 phases distinctes : apaisement, détente, et redynamisation. Votre corps se libère progressivement et en profondeur des tensions psychiques et physiologiques, très fréquentes dans le cadre des maladies chroniques.

AQUAPHOBIE

2 séances de 30 mn - Séances plurisensorielles réalisées dans notre bassin thermal accompagnées par notre éducateur pour reprendre confiance en vous dans un milieu aquatique.

BILAN INDIVIDUEL COACH SANTÉ

45 mn - Dispensé par un éducateur sportif, ce bilan apprend à reconnaître et expliquer les effets de l'activité physique sur l'organisme et en choisir une, adaptée à ses besoins et ses capacités.

MARCHE NORDIQUE

1 h 30 - La marche nordique est une marche accélérée en plein air qui combine les principes du ski de fond et de la marche athlétique. Une randonnée et une balade encadrées par un guide de montagne, pour une reprise à l'effort adapté en développant la capacité respiratoire, tout en découvrant la région.

GYMNASTIQUE DOUCE EN SALLE

2 séances de 30 mn - Mouvements adaptés, pour rééduquer en douceur et favoriser un retour progressif à l'activité physique, assouplir et renforcer différentes parties du corps.



EN TOTALE LIBERTÉ! COMPOSEZ VOTRE FORFAIT À VOTRE GUISE

Curistes ou non curistes, envie d'apprendre à mieux vous nourrir et reprendre l'activité physique à votre rythme ?

Ou bien réguler votre stress durablement ?

Avec l'Option Santé-Active, c'est vous qui choisissez ce qui vous convient le mieux parmi près de 15 activités différentes.

Exemple :

2 séances de Musicothérapie

+ 1 soin Aroma Découverte

+ 1 aquadétente

+ 1 marche nordique

+ 1 lit hydromassant.

L'Option Santé-Active est aussi accessible à tous.



Réservez votre Module "OPTION SANTÉ ACTIVE"

en même temps que votre cure et bénéficiez d'un tarif préférentiel

140 €

au lieu de 150 €

Des arrhes de 30 € non remboursables sont demandées lors de la réservation.

1 MOIS OFFERT
grâce au partenariat



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

Bénéficiez de séances illimitées de musicothérapie

Inscrivez-vous sur le site www.music-care.com en rentrant le code partenaire "CTSSLR"



Une **solution efficace** dans le **traitement de la douleur**



Puis téléchargez l'application



Le Spa Thermal



OUVERTURE

Du 16 mars au
22 novembre 2018.
Fermé le dimanche.

Construit sur une arche impressionnante qui enjambe le torrent en contrebas, le Spa Thermal de Saint-Laurent présente une architecture néoclassique totalement dépaysante. Érigé avec l'aide des Compagnons Menuisiers d'Ardèche, la voûte de la salle de repos en coque de bateau retourné est une ode aux belles forêts de châtaigner du Pays Cévenol. Les équipements ultramodernes bénéficient d'une atmosphère paisible et relaxante : un décor intemporel de bois couleur miel et de douces mosaïques. La Tisanerie ouvre grand sur la vallée et dessert un espace dédié au Fitness.

Le rendez-vous au Spa Thermal

Découvrez nos soins à la carte ou nos formules Spa.

POUR UN PROGRAMME TOUT EN DOUCEUR QUI VOUS PERMET DE DÉCOUVRIR :

- Les modelages du corps
- Les soins d'hydrothérapie
- Les rituels de Beauté Decléor

Les escapades Spa

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

SPA DÉCOUVERTE 65 €

- **Bain hydromassant (10 mn)**
- Bain de kaolin en apesanteur (13 mn)
- Séance de jets sous immersion (10 mn)
- Douche pénétrante (6 mn)
- Accès au bain de vapeur

SPA SÉRÉNITÉ 85 €

- **Modelage aromatique du Corps (20 mn)**
- Bain hydromassant (10 mn)
- Lit hydromassant (12 mn)
- Bain de kaolin en apesanteur (13 mn)
- Séance de Jets sous immersion (10 mn)
- Accès au bain de vapeur ou accès à la salle multi-sensorielle

SPA DÉLICES 110 €

- **Modelage Aromassage Essentiel Decléor (45 mn)**
- Bain hydromassant (10 mn)
- Bain de kaolin en apesanteur (13 mn)
- Séance de jets sous immersion (10 mn)
- Accès au bain de vapeur ou accès à la salle multi-sensorielle

SPA PREMIUM 140 €

- **Grand Rituel Corps et Visage Ren'Essence (75 mn)**
- Bain hydromassant (10 mn)
- Bain de kaolin en apesanteur (13 mn)
- Séance de jets sous immersion (10 mn)
- Accès au bain de vapeur ou accès à la salle multi-sensorielle

L'institut de beauté

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

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

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



LE +

Le Spa propose des soins à l'unité, mais aussi des forfaits détente à partir de 20 €.

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

THERMES PLUS®

“VOTRE FIDÉLITÉ RÉCOMPENSÉE!”

VOUS ÊTES INSCRIT AUTOMATIQUEMENT!

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.

Vous gagnez des Points Soleil

Vous recueillez l'année suivante 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.
- **Achats à la boutique** Ateliers du Soleil (minimum d'achats de 30 €).
- **Soins d'esthétique** à l'Institut de Beauté de votre station (minimum d'achats de 50 €).
- Parrainage Club des Amis.

Utilisez votre Chèque Bon Point pendant votre séjour

Le montant du Chèque Bon Point dépend du nombre de points Soleil accumulés lors de vos précédents séjours. Il vous est remis à votre demande lors de votre cure. Il peut être utilisé:

- Sur tous les **achats Ateliers du Soleil** dans nos boutiques (hors produits Décléor).
- 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 €, hors bar et cave).



DES POINTS THERMES PLUS SUPPLÉMENTAIRES

Pour tous ceux qui réservent leur cure 2019 (sauf septembre et octobre) pendant leur cure.

Renseignez-vous!

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.
- Votre **relevé de points** vous est remis lors de votre arrivée en station.
- Notre **brochure Thermes Plus** annuelle (avec son règlement) est à votre disposition dans toutes les stations!



LE CLUB DES AMIS

“UN CLUB TRÈS PRISÉ DES ADEPTES DU THERMALISME”

INSCRIVEZ-VOUS!

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. Vous êtes accueillis pendant votre séjour à un verre de l'amitié du Club des Amis!

Parrainez des filleuls!

Dès votre adhésion au Club des Amis de la Chaîne Thermale du Soleil, vous pouvez parrainer les personnes de votre entourage (famille ou amis, hors conjoint) que vous aurez motivées à découvrir les bienfaits d'une cure thermale. Ce parrainage doit se faire alors que le filleul n'a jamais effectué ni même débuté une cure thermale au sein de notre groupe Chaîne Thermale du Soleil.

Complétez le bulletin de parrainage sur notre site ou adressez-le par courrier au 32, Avenue de l'Opéra 75002 PARIS

Pour vous alors, de petites attentions pour fêter Noël et l'été!

Bravo, vous voilà parrain confirmé!

Lorsque votre filleul effectue sa première cure ou son premier séjour de remise en santé thermale. Pour vous:

- Une **dispense des arrhes thermales** pendant les deux années qui suivent la cure de votre filleul.
- Vous recevez des **points Soleil Thermes Plus**.
- Vous êtes convaincant auprès de vos filleuls: dès 3 **parrainages confirmés** la même année, les **Lauriers des Sources** s'ajoutent aux Points Soleil.



NOS AMIS EN LIGNE

sur notre site chainethermale.fr
Découvrez notre Club des Amis de la Chaîne Thermale du Soleil.

Notre newsletter en ligne "Bleu Soleil".

Le formulaire de parrainage directement accessible sur [Facebook®](https://www.facebook.com/chainethermaledusoleil).

La vie du Club des Amis, en direct, animations, réunions, petites attentions...

Rejoignez-nous!

www.facebook.com/chainethermaledusoleil



WEEK-END DE PRESTIGE

Si vous faites partie des meilleurs parrains vous serez invités au Week-end de Prestige, dans un site régional français.

Des thermes tout confort

OUVERTS DU VENDREDI 16 MARS
AU JEUDI 22 NOVEMBRE 2018
HORAIRES DE 6 H 30 À 13 H
ET DE 14 H À 18 H 30

Bâti dans un décor impressionnant plongeant sur la vallée, l'établissement thermal contemporain propose des équipements ultramodernes. Votre parcours de soins est étudié afin de faciliter vos déplacements. Vous vous sentirez profondément régénéré dans une atmosphère paisible et relaxante.



LES THERMES ET LEURS INSTALLATIONS

SOINS THERMAUX

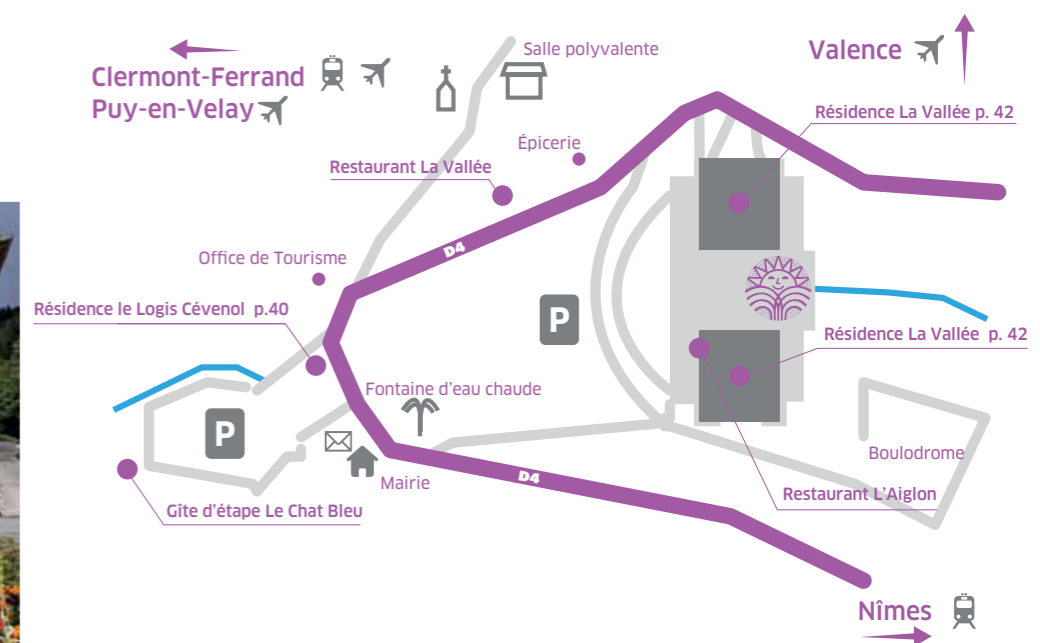
- 12 cabines d'applications de cataplasmes multiples
- 8 cabines de douche pénétrante dont 4 mixant la douche pénétrante et la douche au jet
- 4 cabines de massages sous l'eau
- 1 bain de boue général de kaolin (11 places)
- 1 piscine de mobilisation
- + jets sous-marins en piscine
- + bain de relaxation (piscine comprenant 2 bassins de 12 places)
- 1 vaporarium
- 8 manu-boues
- 4 manu-pédi-douches
- 1 salle de repos

ESPACE SPA THERMAL

- 2 cabines d'esthétique et de modelage
- 2 bains reminéralisants
- 1 lit hydromassant
- 1 salle multi-sensorielle
- 1 salle Musicothérapie (protocole Music-care®)
- Espace détente (cardio-training)
- Nouveau: Watermass
- Nouveau: pressothérapie



DES THERMES DANS LA VILLE



Les journées Découverte



Vous souhaitez visiter nos établissements,
découvrir nos soins, rencontrer notre équipe avant de réserver.

PROGRAMME D'UNE JOURNÉE DÉCOUVERTE

- **Accueil - Réunion d'information**
2 départs: 13 h 30 et 15 h 30.
- **Se soigner à Saint-Laurent-les-Bains:**
soins, spécificités et activités pendant votre cure.
- **Visite de l'environnement et des Thermes** (+ visite technique des Thermes).
- **Découverte de 2 soins phares:**
bain de boue en apesanteur et douche sous immersion en piscine.*

Cette Journée découverte est gracieusement offerte aux personnes n'ayant jamais effectué de cure thermale à Saint-Laurent-les-Bains. Afin de vous recevoir dans les meilleures conditions, l'inscription préalable est obligatoire.



PRIX D'AMI!

Pour faciliter votre escapade, nous vous proposons d'organiser votre séjour dans nos résidences à "prix d'ami".

Nos hôtesses sont à votre disposition pour votre réservation
04 66 69 72 72

Dates 2018

- Samedi 7 avril
- Samedi 5 mai
- Samedi 18 août
- Samedi 10 novembre



* Veuillez vous munir de votre maillot de bain, de sandales antidérapantes, et d'un bonnet de bain.

Vous rendre à Saint-Laurent-les-Bains



À 840 mètres d'altitude, aux confins de la Lozère et de l'Ardèche, un environnement exceptionnel bénéficiant d'un climat méditerranéen tonique.

Voici le parcours à suivre si vous venez...



GPS: 44.6065 - 3.97018

- Accès Nord depuis Lyon, prendre l'autoroute jusqu'à Saint-Étienne puis la nationale Puy-en-Velay - Langogne - La Bastide - Saint-Laurent-les-Bains.
- Depuis Valence, direction Aubenas - Lablachère - Saint-Laurent-les-Bains.
- Depuis Nîmes, direction Alès - Génolhac - Villefort - La Bastide Puylaurent - Saint-Laurent-les-Bains.



Depuis Paris

- Paris - Nîmes (en TGV) puis Nîmes La Bastide Puylaurent* en TER ou
- Paris - Clermont-Ferrand puis Clermont-Ferrand - La Bastide Puylaurent* en TER.

* Navette La Bastide ou Taxi, jusqu'à la station (8 km). Navette du lundi au samedi à 12h.



Aéroports à votre disposition:

- Aéroport du Puy-en-Velay (Loudes) à 70 km puis Taxi jusqu'à Saint-Laurent-les-Bains ou location voiture.
- Aéroport de Valence (137 km).
- Aéroport de Clermont-Ferrand (189 km) - Saint-Laurent-les-Bains.



L'OFFICE DU TOURISME DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS

www.otcma07.com
Téléphone: 04 66 46 69 94



COVOITURAGE

Pensez au covoiturage pour partager les frais de route et des moments de convivialité avec BlaBlaCar sur notre site

www.chainethermale.fr



Département

ARDÈCHE

Région

AUVERGNE RHÔNE-ALPES



Résidence Le Logis Cévenol**

Situé à 100 mètres des Thermes, Le Logis Cévenol, chaleureuse demeure de caractère, vous invite à un séjour authentique dans un décor tout de bois et de pierre douce qui favorise le repos et la quiétude. Tous différents, les 15 logements offrent l'agrément d'un grand lit avec boutis traditionnel, de beaux meubles de châtaignier massif, de salles de bains dotées de vastes douches à l'italienne et d'un joli salon cheminée où lire et se reposer.

Le restaurant l'Aiglon vous fera savourer, dans un cadre convivial, une cuisine goûteuse qui fait la part belle aux produits frais et locaux.

Tél.: 04 66 69 72 00

Dates 2018

- Ouverte du 15 mars au 22 novembre 2018



- Cuisine tout équipée
- Linge fourni et lit fait à l'arrivée
- Téléphone direct
- TV écran plat avec TNT, Canal+, chaîne musicale
- Wifi (gratuit) dans les logements
- Parking extérieur ou possibilité d'accès à un garage fermé
- Laverie gratuite (résidence La Vallée)
- Lit bébé: prêt gratuit
- Lit d'appoint: enfant - de 15 ans
- Sèche-cheveux
- Réception des bagages livrés par transporteur.
- Vacation ménage (42 € la vacation)
- Animal domestique (8 €/jour, limité à 2)
- Chèques-Vacances acceptés
- Accueil 7/7 jours
- Service de navette dédié à nos hébergements, de la gare de La Bastide aux Résidences, du lundi au samedi matin, durant les heures d'ouverture de la réception: sur réservation uniquement
- Service de navette pour vous rendre sur Langogne, le mardi après-midi et le vendredi après-midi: sur réservation

LE +

SERVICE RÉSERVATION PLUS

Un seul interlocuteur entre les Thermes et l'hébergement, pour organiser votre séjour et répondre à vos attentes.

VOS ACTIVITÉS

- Conférences
- Salon de lecture avec cheminée
- Ping-pong
- Soirée contes
- À proximité: circuits randonnées, tennis, rivière La Borne, minigolf, cinéma...



Résidence Le Logis Cévenol**

TARIFS 2018 CURE CLASSIQUE 21 JOURS - FORFAIT DE 20 À 22 JOURS

Ces séjours sont donnés hors taxes légales de séjour, et sous réserve des modifications tarifaires et de possibles modifications dans les dates d'ouverture et des saisons.

PRESTATIONS	BASSE SAISON Du 15/03 au 29/04 et du 21/10 au 22/11	HAUTE SAISON Du 30/04 au 20/10
Studio standard 20 m² côté village 1 ou 2 personnes	765 €	855 €
Studio standard 23 m² côté montagne 1 ou 2 personnes	895 €	975 €
Studio 3^e étage avec charpente apparente 25 m² 1 ou 2 personnes	955 €	1035 €
Grand studio Sud 34 m² 1 ou 2 personnes	1040 €	1120 €
Supplément ½ pension Petit-déjeuner + repas midi ou soir	23 € par personne et par jour	
Supplément pension complète Petit-déjeuner + repas midi et soir	39 € par personne et par jour	

TARIFS PASSAGE À LA NUITÉE

Studio 2 personnes	95 €
Supplément ½ pension Petit-déjeuner + 1 repas	28 € par personne et par jour
Supplément pension complète Petit-déjeuner + repas midi et soir	48 € par personne et par jour



SERVICE RÉSERVATION PLUS

Si vous logez dans nos résidences **Le Logis Cévenol**** ou **La Vallée**** En une seule et même opération, réservez confortablement à la fois votre hébergement et vos horaires de soins thermaux. Cette formule est confortable, puisqu'elle vous dispense du versement des arrhes de garantie de réservation thermique. Pour vous renseigner appelez-nous au **04 66 69 72 72** ou allez sur notre site www.chainethermale.fr



Résidence La Vallée**

Située au-dessus de l'établissement thermal, la résidence de La Vallée vous accueille pour un séjour tout confort avec ces 82 logements aux lumières douces et tout équipés. Profitez des 56 belles loggias privées ouvrant sur la magnificence du site alentour. Accès aux thermes par ascenseur.



SERVICE RÉSERVATION PLUS

Si vous logez dans nos résidences **Le Logis Cévenol** ou La Vallée**** En une seule et même opération, réservez confortablement à la fois votre hébergement et vos horaires de soins thermaux. Cette formule est confortable, puisqu'elle vous dispense du versement des arrhes de garantie de réservation thermique. Pour vous renseigner appelez-nous au **04 66 69 72 72** ou allez sur notre site www.chainethermale.fr

LE +

SERVICE RÉSERVATION PLUS

Un seul interlocuteur entre les Thermes et l'hébergement, pour organiser votre séjour et répondre à vos attentes.

VOS ACTIVITÉS

- Conférences
- Salon de lecture
- Salle polyvalente avec jeux de société, Canal+
- Ping-pong
- Soirée contes
- Après-midi dansant
- À proximité: circuits randonnées, tennis, rivière La Borne, minigolf, cinéma...
- Service navette

Tél.: 04 66 69 72 00

Dates 2018

- Ouverte du 15 mars au 22 novembre 2018



Pour tous nos hébergements, 10 % de remise sur les forfaits Journée Spa pour les accompagnants résidents.



- Cuisine tout équipée
- Linge fourni et lit fait à l'arrivée
- Téléphone direct
- TV écran plat avec TNT, chaîne musicale
- Wifi gratuit
- Parking extérieur ou possibilité d'accès à un garage fermé
- Réception des bagages livrés par transporteur
- Laverie gratuite
- Lit d'appoint: enfant - de 15 ans
- Prêt de sèche-cheveux
- Vacation ménage (42 € la vacation)
- Animal domestique (8 €/jour, limité à 2)
- Chèques-Vacances acceptés
- Accueil 7/7 jours

Résidence La Vallée**

TARIFS 2018 CURE CLASSIQUE 21 JOURS - FORFAIT DE 20 À 22 JOURS

Ces séjours sont donnés hors taxes légales de séjour, et sous réserve des modifications tarifaires et de possibles modifications dans les dates d'ouverture et des saisons.

PRESTATIONS	BASSE SAISON Du 15/03 au 29/04 et du 21/10 au 22/11	HAUTE SAISON Du 30/04 au 20/10
Studio 4^e étage - 22 m² 1 ou 2 personnes	745 €	830 €
Studio standard village avec loggia - 21 m² côté montagne 1 ou 2 personnes	860 €	940 €
Standard intérieur avec loggia Studio confort avec angle et vue sur village - 26 m² 1 ou 2 personnes	930 €	1040 €
Grand studio - supérieur avec angle et vue sur vallée avec terrasse - 31 m² 1 ou 2 personnes	990 €	1075 €
Appartement de 1 à 4 personnes Avec mezzanine et terrasse 42 m ²	1 180 €	1 285 €
Supplément ½ pension Petit-déjeuner + repas midi ou soir	23 € par personne et par jour	
Supplément pension complète Petit-déjeuner + repas midi et soir	39 € par personne et par jour	

TARIFS PASSAGE À LA NUITÉE

Studio 2 personnes	75 €
Studio 4 personnes	95 €
Supplément ½ pension Petit-déjeuner + 1 repas	28 € par personne et par jour
Supplément pension complète Petit-déjeuner + repas midi et soir	48 € par personne et par jour



LE +

Service de navette dédié à nos hébergements, de la gare de La Bastide aux Résidences, du lundi au samedi matin, durant les heures d'ouverture de la réception, sur réservation uniquement.

Service de navette pour vous rendre sur Langogne, le mardi et vendredi après-midi: sur réservation.



Liste des hébergements

LES HÔTELS

À Chasseradès
Hôtel des Sources p. 53
2 hôtels à 8 km

LES RÉSIDENCES, LOCATION ET MEUBLÉS

Résidence
Le Logis Cévenol** p. 40
Résidence La Vallée** p. 42

CAMPINGS

1 Camping ** à Saint-Laurent
Camping Municipal
le Ceytrou** p. 52

60 MEUBLÉS

dont
Mme Assenat p. 52
M. Nadal p. 52
La Vallée p. 52
Mme Malcles p. 52
Gîtes Communaux p. 52
Mme Jurot p. 52

RESTAURANTS

3 restaurants dont
L'Aiglon
La Vallée p. 52

En dehors de Saint-Laurent
Restaurant des Sources p. 53



Saint-Laurent-les-Bains et sa région



VOICI UN PROGRAMME HEBDOMADAIRE ORCHESTRÉ PAR NOTRE ANIMATRICE

LUNDI

14h: promenade pédestre dans un des hameaux de la commune.
16h30: visite des locaux techniques avec le directeur de l'établissement.
17h: film documentaire.
18h: pot de l'amitié.
20h30: conférence.

MARDI

8h à 12h: vente à la boutique des thermes et inscriptions aux animations de la semaine.
12h: repas terroir.
14h: conférence diététique, ostéoporose, fibromyalgie, concours de pétanque.
19h30: grillades, soirée dansante, repas camping.

MERCREDI

11h: réunion Club des Amis.
14h: petite excursion La Tour, Notre Dame des Neiges.
17h30: conférence.
20h30: concours de Belote.

JEUDI

8h à 12h: boutique.
8h à 13h: marché des Producteurs sur la place du village. 12h30: repas forestier, Aligot.
13h30: excursion Pêcheur ardéchois, les loups, la Garde Guérin, musée Daudet.
15h30: récital à l'Église.
17h30: conférence sur les Fleurs, la vie de la ruche, les champignons... 20h30: loto.

VENDREDI

14h: petite excursion, le rucher à tronc, le Village, la Tourneuse sur bois, Laval d'Aurelle, etc.
17h: atelier conférence Sophrologie.

SAMEDI / DIMANCHE:

Grande excursion tout le dimanche. Concert.
Concours de Pétanque.

Au cœur d'un pays de silence, de paysages sauvages et de plateaux, gorgés de parfums, petit village chaleureux, Saint-Laurent est un site majestueux, dominé par une tour carolingienne du IX^e siècle.

LA TOUR DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS

La Tour bâtie, à l'époque carolingienne (VIII et IX^e siècles), était un lieu de refuge mais également un observatoire ainsi que la demeure du seigneur de Saint-Laurent-les-Bains. Elle accueille aujourd'hui l'Odyssée des eaux: cet écomusée retrace l'histoire de l'eau à travers des expositions historiques et scientifique. La visite de la tour débouche sur une terrasse surplombant un paysage grandiose.

L'ABBAYE CISTERCIENNE DE NOTRE-DAME-DES-NEIGES (6 KM)

Fondée en 1850, l'abbaye est située à 1000 mètres d'altitude. Les moines vivent du travail de leurs mains. Vente de produits monacaux. L'Abbaye Cistercienne a accueilli le Père Charles de Foucauld devenu prêtre après avoir trouvé solitude et recueillement dans ce havre de calme, de paix et de sérénité. Vous trouverez aujourd'hui un mémorial retraçant sa vie ainsi qu'une présentation de l'histoire de la communauté.

LA GARDE GUÉRIN (24 KM)

Le village médiéval de la Garde Guérin a été érigé pour protéger les voyageurs qui empruntaient la voie Régordane. Construit au XII^e siècle, il est resté intact: château, remparts et maisons anciennes forment un remarquable ensemble homogène.

LE PUY EN VELAY (70 KM)

Une fois parvenu au bassin du Puy, vous serez surpris par le site surnommé « le plus pittoresque endroit du monde », reconnaissable de loin à la statue monumentale de Notre-Dame de France. Vous y admirerez la splendide chapelle Saint-Michel-d'Aiguilhe du X^e siècle édifée par le « premier pèlerin français » à Saint-Jacques-de-Compostelle. Quant à la Cathédrale, classée au patrimoine mondial de l'Unesco, elle accueille un pèlerinage millénaire consacré à la Vierge Marie. Elle reste un des hauts lieux de la Chrétienté d'Occident.



LE LAC D'ISSARLÈS (68 KM)

Réserve une qualité de baignade avec une eau d'une pureté exceptionnelle, une température très agréable et dans des conditions en toute sécurité (baignade surveillée en été): pédalo, canoë et planche à voile sont également au rendez-vous. Un sentier pédestre dans les sous-bois ombragés vous invite à faire le tour du lac.

LAC DE CHARPAL

Tour du lac aménagé. Tourbières.

Les lacs

LAC DE NAUSSAC (38 KM)

Édifié dans les années 1980, un barrage de 1050 hectares régule le débit de l'Allier. Il offre de nombreuses activités nautiques: baignades, voile, catamaran, canoë-kayak.

LE LAC DE VILLEFORT (31 KM)

Situé au cœur des Cévennes lozériennes, il abrite une réserve de saumons de premier plan. De nombreuses criques permettent la pêche en barque dans une atmosphère paisible et sauvage de grande qualité.



Les villages

THÎNES (24 KM)

Petit village cévenol, Thînes se découpe sur un décor escarpé, perché au-dessus d'un torrent. Ses ruelles étroites, ses maisons aux toits de lauzes accrochées aux roches, sa splendide église romane classée du XII^e siècle en font une étape pittoresque incontournable.

MONTSELGUES (17 KM)

Situé à la périphérie du Parc national des Cévennes et du Parc naturel régional des Monts d'Ardèche, le village de Montselgues est perché au-dessus des vallées de la Borne et de la Thînes à 1020 mètres d'altitude. Découvrez l'incroyable biodiversité du plateau, réputé pour ses landes colorées et ses tourbières, qui offre sur près de 4000 hectares des paysages somptueux où fleurissent narcisses, genêts et bruyères.

LANGOGNE (28 KM)

Vous pourrez parcourir cette belle ville de style à la fois médiéval et Renaissance par la rue Haute, la rue du Pont-Vieux aux nombreux portails en pierres bien appareillées, têtes sculptées, escaliers à vis et sa belle église paroissiale romane.

VILLEFORT (31 KM)

À l'entrée des gorges de Chassezac, Villefort est un calme centre de villégiature des Cévennes lozériennes. Il se situe sur l'ancienne voie Régordane, au pied du mont Lozère.

CHÂTEAUNEUF DE RANDON (42 KM)

Perché sur une montagne, au cœur de la Margeride, Châteauneuf a su préserver ses atouts naturels et son riche passé historique en partie grâce à Bertrand du Guesclin, grand connétable français.

MENDE (57 KM)

Venez visiter ses ruelles avec ses façades très diverses (maisons à pans de bois et à colombage) ses petits oratoires, ses petites places aux charmes discrets, sa cathédrale, construite à partir de 1368, à l'initiative du pape URBAIN V, pape en Avignon et originaire du Gévaudan, la Tour des Pénitents, le Pont Notre-Dame...

LABLACHÈRE (45 KM)

Joli village du bas Vivarais, avec sa ferme théâtre qui propose la vie de Jean FERRAT. Sa cave vinicole avec spiritueux classés, piscine et trois bassins avec des jeux d'eau.

LES VANS (37 KM)

La ville des Vans est en contact avec le Parc naturel des Cévennes, le Parc des Monts de l'Ardèche, l'espace et la nature... Née au XII^e siècle, elle a connu une croissance paisible au milieu des Cévennes et de la garrigue. Elle reste aujourd'hui, par son environnement exceptionnel et varié un havre de tranquillité, de détente et d'art de vivre.



JOYEUSE (40 KM)

Dans cette ville médiévale, cité de Charlemagne, née en l'an 800 au Courbet, Charlemagne perdit son épée. Retrouvée par un soldat, la ville fut baptisée en ce lieu, du nom de l'épée « Joyeuse ». Traversée par la rivière La Beume, affluent de l'Ardèche, on y découvre de merveilleux endroits de baignade et de pêche.

LA GROTTTE CHAUVET (65 KM)

L'événement majeur de la région, découverte le 18 décembre 1994 par les spéléologues Jean-Marie Chauvet, Eliette Brunel et Christian Hillaire, la grotte Chauvet, doyenne des grottes ornées du monde, révèle l'inscription sur la roche ardéchoise de la plus ancienne création culturelle de notre humanité, il y a 36000 ans. L'Espace de restitution a ouvert ses portes Printemps 2015, après 30 mois de travaux.



OCTOBRE

La troisième semaine, le « Temps des châtaignes ».

GASTRONOMIE

Des « Roustides » autour de la châtaigne, un verre de « castagnou », et des menus « Castagnades ». Françoise Malcles vous fera redécouvrir les saveurs traditionnelles du « cousina »: cette fameuse soupe à la châtaigne que préparaient nos grand-mères. Sylvie et Luc Besse vous accueilleront au gîte d'étape « Au Chat Bleu » et vous proposeront de partager un moment de convivialité autour d'un atelier de confiture de châtaignes.

MARCHÉS ET CONFÉRENCES

Le marché des producteurs de pays sur la place de la fontaine d'eau chaude pour découvrir les mille et une saveurs de notre terroir et vous proposer crèmes et farines... Conférence sur la Châtaigne.

VISITE ET RANDONNÉES

Pierre Thibault Louche, exploitant agricole, vous fera découvrir le village de Laval d'Aurelle à travers son patrimoine: châtaigneraie, moulin... avec ramassage de châtaignes.

SOIRÉE

Grande soirée « Castagnades » sous chapiteau chauffé: apéritif musical, repas terroir, et soirée dansante.



Espace Randonnées

La Montagne Ardéchoise, un espace de pratique de la randonnée sous toutes ses formes. Plus de 1 000 km de sentiers balisés pour parcourir notre territoire, un espace VTT labellisé FFC présentant plus de 850 km de circuits, un espace orientation avec 150 bornes permanentes, sans oublier le canyoning, l'escalade, la cani-rando ou le parapente!

LES PLUS DE LA MONTAGNE ARDÉCHOISE

Un patrimoine exceptionnel géologique et volcanique (Parc naturel des Monts d'Ardèche labellisé Géopark UNESCO), un circuit de la montagne aux moines avec ses églises et abbayes, un pays de sources, de tourbières, de rivières sauvages et de lacs de montagne, où la pêche et la baignade sont synonymes de plaisir. La gastronomie n'est pas en reste avec les spécialités du terroir comme la maöche, le picodon, les châtaignes et le fin gras du Mézenc.

AUTOUR DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS

Vous trouverez de nombreuses possibilités de randonnées en boucle pour tous les niveaux, de la ballade facile de 2h avec peu de dénivelé, à celle plus physique à la journée avec un dénivelé plus prononcé (cartoguide en vente à l'Office de Tourisme et fiches randonnées téléchargeables sur www.la-montagne-ardechoise.com).

Randonnée des balcons de Saint-Laurent-les-Bains

Départ du village de Saint-Laurent-les-Bains
Difficulté: Facile - Distance: 6 km - Dénivelé: 350 m
Temps approximatif: 2h

Rien de tel que cette petite balade en balcon pour se dégourdir les jambes tout en satisfaisant sa curiosité en visitant la tour féodale et son exposition artistique et scientifique véritable exploration à travers le temps et les couches géologiques: « L'odyssée des eaux ».

Départ du village de Loubaresse

Difficulté: Facile - Distance: 6 km - Dénivelé: 300 m
Temps approximatif: 2h 30
Découverte en douceur des prés autour de Loubaresse, plus petit village d'Ardèche avec sa trentaine d'habitants. Passage en ligne de crête qui déroule des points de vue exceptionnels par beau temps.

Randonnée de Labrot-Luc

Départ du village de Laveyrune
Difficulté: Facile - Distance: 6,5 km - Dénivelé: 195 m
Temps approximatif: 3h 15
Ce joli circuit entre pâturages verdoyants, forêt de pins sylvestres et rives de l'Allier traverse villages et hameaux chargés d'histoire.

Randonnée de l'Ubac-Serre de Chabanis

Départ du village de Laval d'Aurelle
Difficulté: Moyen - Distance: 7 km - Dénivelé: 380 m
Temps approximatif: 3h 30
Randonnée dépaysante où la châtaigneraie, la plus belle d'Ardèche et la mieux entretenue, est aménagée dans les pentes alors que sur les sommets, c'est le domaine des moutons et des landes à bruyère.

Randonnée des Gorges de la Borne

Départ du hameau de Bez - Difficulté: Difficile
Distance: 13 km - Dénivelé: 660 m
Temps approximatif: 5h 30
Randonnée dans la vallée sauvage de la Borne avec une partie en crête riche en points de vue. Une autre façon de découvrir le territoire autour de Saint-Laurent-les-Bains: les vélos électriques de la Montagne Ardéchoise. Le vélo à assistance électrique (VTT, VTC) devient votre meilleur allié dans les côtes ou lorsque vous avez envie de faire une pause dans votre effort. Modulable et pouvant être arrêtée à tout moment, vous adaptez l'assistance à l'intensité de votre effort facilement et instantanément. Avec une autonomie allant de 40 à plus de 80 km selon le mode adopté, les performances des vélos à assistance électrique rendent ludique la découverte à vélo de la Montagne Ardéchoise.



L'OFFICE DU TOURISME DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS

*N'hésitez pas à vous rendre
à l'Office du Tourisme de Saint-Laurent-les-Bains
pour tout renseignement complémentaire.
Téléphone: 04 66 46 69 94*

Où en faire?

Pour les plus sportifs, en VTT, vous pouvez rouler sur tout notre espace VTT-FFC (cartoguide disponible à l'Office de Tourisme). Pour les plus contemplatifs, une trentaine de circuits représentant 1 200 km de chemins et routes de découverte reliant les points de location de notre territoire dont trois circuits au départ du village de Saint-Laurent-les-Bains.

Comment me procurer un vélo électrique?

Vous pouvez vous renseigner sur la disponibilité des vélos auprès du point de location du village de Saint-Laurent-les-Bains (en face des thermes) au 04 66 46 08 75.

St-Laurent-les-Bains et sa région

LES RENDEZ-VOUS FRÉQUENTS

Visite de la tour de Saint-Laurent-les-Bains.
Le marché des Producteurs de Pays sur la place du village.
Élisabeth Molimard, tourneuse sur bois, à « la baraque » sur la route qui mène à la Trappe de Notre-Dame-des-neiges.

EXCURSIONS ET RANDONNÉES

Amateurs de randonnées ou de ballades, la Montagne Ardéchoise vous offre les trésors de sa région à travers ses sentiers de randonnées: béalières, châtaigneraies, moulin à huile, château et tours médiévales (etc.). Pour les plus avertis, les « Foulées du Tanargue » (parcours de 14 km environ et 500 m de dénivelé). Pour les amateurs d'histoire: la randonnée théâtralisée sur le thème de la bête du Gévaudan.

BALADES GOURMANDES

Tout au long de l'année, nous vous proposons des balades botaniques autour de Saint-Laurent-les-Bains avec Thomas. Ces petites excursions sont suivies d'un goûter de produits du terroir notamment la brasserie Bourganel, avec dégustation de bière ainsi que la nougaterie à Saint-Etienne-de-Fontbellon.

VISITES

Diverses exploitations de la région: M. Delenne, apiculteur à Hubac, vous fera découvrir son métier autour d'une dégustation de miel. Découvrez la ferme à Huedour (Saint-Étienne-de-Lugdarès) avec ses troupeaux de brebis et de vaches. Des musées: Alphonse Daudet (Saint-Alban-Auriol) ou la « Maison des Énergies Renouvelables » et le moulin de Masméjean, (entre Saint-Étienne-de-Lugdarès et le Col du Bez). Le village de Montselgues avec sa Tourbière des Narcettes classée zone naturelle d'intérêt écologique, pour la faune et la flore. Le site abrite des espèces d'oiseaux considérées menacées au niveau européen: vous aurez ainsi sans doute la chance d'apercevoir un héron cendré, un circaète Jean-le-Blanc ou encore une fauvette « pitchou »!



ET POUR LE SPORT...

RANDONNÉE

Des paysages à vous couper le souffle changeant d'une vallée à l'autre... Des chemins balisés (GR et PR) sont à votre disposition pour découvrir les paysages cévenols authentiques. Des gîtes d'étapes vous accueillent tout au long de vos périples: à Saint-Laurent-les-Bains (« Au Chat Bleu »), à Montselgues (Gîte la Fage) et au Col du Bez à Borne (Auberge du Bez).

VTT

Vous aimez le VTT? La Montagne Ardéchoise est une région privilégiée pour la pratique du vélo tout-terrain. Vous trouverez à l'Office du Tourisme une carte des différents circuits.

CANYONING

Nos rivières vous invitent à la randonnée aquatique: sauts, toboggans, nage, marche et descente sur corde sont au rendez-vous dans La Borne mais également dans le Haut Chassezac.

ESCALADE

Venez effectuer une journée d'initiation à l'escalade sur les falaises de granit de la montagne ardéchoise dans trois sites proches: les Chambons (Borne), Coucoulude (Valgorge) et Chamiers (Montselgues).

TENNIS

Le Camping « Le Ceytrou » est doté d'un joli terrain de tennis, accessible à tous. Il est situé à 2 km en contrebas de Saint-Laurent-les-Bains.

BAIGNADE

La rivière La Borne vous permet de vous baigner dans son eau pure, et file sur ses rives sauvages: au pont du Ceytrou (près du camping) ou celui de Nicouleau (Laval d'Aurelle). Les lacs de Langogne, de Villefort et d'Issarles vous accueillent également pour une après-midi de baignade, de détente ou de sports aquatiques.

PÊCHE

Les cours d'eau de la montagne ardéchoise sont riches d'une diversité biologique et piscicole étonnante. La Borne, par la qualité de l'eau et la beauté des paysages, séduira les pêcheurs les plus aguerris.

Les bonnes adresses

HÉBERGEMENTS

Offices de Tourisme de
St. Laurent-les-Bains,
St. Etienne de
Lugdaires,
de Langogne p. 51 et 54
Page Liste des
Participants
Hébergement p. 51
Renseignements
utiles p. 51
Studios, Meublés,
Locations p. 52
Gîtes p. 52

SOYEZ LES BIENVENUS À ST-LAURENT

Tourisme p. 53 et 54
Excursions p. 53 et 54
Musée / Filature p. 54

HÔTEL-RESTAURANT

53

ARTISANAT

53

RESTAURANT COMMERCE ST-LAURENT

52

COMMERCE À LA BASTIDE

51

COMMERCE À LANGOGNE

51

PRODUITS DU TERROIR

53

DIVERS

Santé p. 51
Garage p. 52

HÔTELS

DES SOURCES★★ 04 66 46 01 14

RÉSIDENCES - STUDIOS - LOCATIONS

STUDIOS NADAL 04 66 46 00 08

04 66 52 87 82

06 25 95 31 53

04 66 46 05 11

LOCATIONS LA VALLÉE

MEUBLÉS FLORINE

MALCLES / GONZALEZ 06 73 27 23 73

LOCATIONS ASSENAT 06 73 00 33 10

GÎTES COMMUNAUX 04 66 46 00 71

CHALET CAMPING

MUNICIPAL LE CEYTRON 04 66 46 02 03

LOCATIONS JUROT 06 73 82 42 05

RESTAURANTS

DES SOURCES 04 66 46 01 14

LA VALLÉE 04 66 46 05 11

SANTÉ

PHARMACIE DE
LA BASTIDE 04 66 46 01 42

RENSEIGNEMENTS UTILES

OFFICE DE TOURISME DE
ST LAURENT-LES-BAINS 04 66 46 69 94

OFFICE DE TOURISME DE
ST ÉTIENNE DE LUGDARES 04 66 46 65 36

OFFICE DE TOURISME
DE LANGOGNE 04 66 69 01 38

GARE LA BASTIDE 04 66 46 02 06

SUPERETTE ST-LAURENT 04 66 46 08 75

CENTRE DE SOINS -
LANGOGNE 04 66 69 08 67

PHARMACIE LA BASTIDE 04 66 46 01 42

GENDARMERIE ST-ETIENNE
DE LUGDARES 04 66 46 60 31

Santé

Pharmacie DE LA BASTIDE

ORTHOPÉDIE - MATÉRIEL MEDICAL

AROMATHERAPIE - HOMÉOPATHIE

48250 La Bastide Puylaurent

Tél. 04 66 46 01 42

Fax 04 66 46 07 13

pharmaciedelabastide@hotmail.fr

Commerces La Bastide

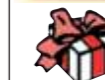
BAZAR - PRESSE



Mad. CHABALIER
Librairie • Cadeaux • Jouets
Vêtements • Chaussures • Droguerie
Horaires : 8h 30 à 12h et 14h 30 à 19h

Ouvert le dimanche matin

La Bastide - Place de l'Église



Tél./Fax 04 66 46 02 24



Beauté Langogne

ATELIER DE COIFFURE

Jurot Christine

Hommes/Femmes/Enfants

L'Oréal Professionnel

AVEC ou SANS R.D.V.

Du Mardi au Samedi

de 9h à 12h et 14h à 19h

24 bd de Gaulle
48300 Langogne 04 66 69 09 02



Ô P'tit Marché
de Sylvie

Ô P'tit Marché De Sylvie

ÉPICERIE ET SALON DE THÉ

Place de l'église
48250 La Bastide Puylaurent

04 30 09 13 28

06 26 01 44 54

epicerie.labastide48250@gmail.com

LOCATIONS STUDIOS ET APPARTEMENTS
Mr. et Mme. RENÉ NADAL



Parking • Parc ombragé
 TV • Lave-linge
 Tous commerces à 200 m
Renseignements :
Tél. 04 66 46 00 08
04 66 52 87 82 - 06 25 95 31 53
 site : www.labastide48.fr e-mail : rene.nadal@orange.fr

LOCATIONS ST LAURENT-LES-BAINS



3 appartements (40m²)
 dans maison de village
 ASSENAT MICHEL ET PATRICIA
 Equipés Wifi
Tél. 06 73 00 33 10
 Mail : patricia.assenat@gmail.com

MEUBLÉS GONZALEZ



A LOUER DANS LE VILLAGE STUDIOS
 (RDECH ET 1^{ER} ÉTAGE)
 Proche des Thermes
 MALCLES Florine / GONZALEZ Patrice
Tél. 06 73 27 23 73
florine.malcles@yahoo.fr

LOCATION À LANGOGNE
 Appartement T2 au 1^{ER} étage
 Centre ville (Chambre séparée)
 Tout confort (lave vaisselle etc.)
 2 lits en 90 + canapé convertible en 140
Tél. 06 73 82 42 05

Commune
"Saint Laurent les Bains"



Location de Gîtes communaux
 Réservations : 04 66 46 00 71
ma-stllb@inforoutes-ardeche.fr

Location de 12 chalets
 Camping municipal ** le Ceytrou
 Réservations : 04 66 46 02 03
camping.ceytrou@gmail.com

LOCATIONS - RESTAURANT - BAR



"La Vallée"
 CUISINE TRADITIONNELLE
 LOCATION STUDIOS
 07590 Saint-Laurent-les-Bains
Tél. 04 66 46 05 11
françoise.malcles@orange.fr

Épicerie du Village
Florine MALCLES
 Multiservices
 Tabac • Souvenirs
 07590 Saint-Laurent-les-Bains
Tél. 04 66 46 08 75



GARAGE EXPERT
NAUD JEAN PIERRE
 RÉPARATION • DÉPANNAGE
 TOUTES MARQUES
 Spécialiste Renault-Dacia
 STATION SERVICE ELAN
 48250 LA BASTIDE
Tél. 04 66 46 00 18



Chasseradès

A 9 km de la Bastide, Route de Mende, Chasseradès, petit village situé entre les sources de l'Allier et du Chassezac apporte un dépaysement total.
 Étape gastronomique, à l'entrée du village, à droite, dans la verdure : L'Hôtel Restaurant des Sources où la famille Chaptal exerce depuis plus de 35 ans (Eric Chaptal en cuisine), membre des Tables Gourmandes de Lozère,

vous accueillera et servira ses spécialités : Grenouilles, Escargots, Saumon, Écrevisses, Truite, Champignons, Gras double à la Lozerienne...
 Pour le retour à voir : Église de Chasseradès (XII^È), Église de Puylaurent (XII^È), Barrage de Puylaurent (Point de vue - Mirador), Église de Prevenchères (XII^È), Tilleul de Sully (400 ans).
 Bonne journée... !

HOTEL RESTAURANT**
DES SOURCES
 YVETTE ET ERIC CHAPTAL



Spécialités :
 Tête de veau
 Grenouilles - Cèpes
 Poulet aux écrevisses
 48250 CHASSERADÈS
Tél. 04 66 46 01 14
info@hotel-lozere.fr www.hotel-lozere.fr

Artisanat
Produits du Terroir

Comptoir de la Régordane
 Artisans et Producteurs de nos régions



A la Garde Guérin, profitez de la visite de ce village médiéval et venez découvrir notre boutique associative

- **Produits de nos fermes** (viandes, confitures, pâte, miels...)
- **Artisanat d'art** (poterie, tournage sur bois, objets en cuir, bijoux, habillement...)
- **Table du terroir à midi** : venez déguster nos assiettes composées, salades, glaces, boissons issus des produits de nos producteurs selon arrivage.

Nous vous accueillons :
 - de juin à septembre, 7j/7 de 10h à 19h
 - en avril, mai et octobre de 11h à 18h,
 en novembre, décembre, février, mars de 11h à 17h, fermeture les lundis et mardis.
 - ouvert les jours fériés et les vacances scolaires.



Le Comptoir de la Régordane
 La Garde Guérin - 48800 PREVENCHERES
 Tél : 04-66-46-83-38
 Mèl : le-comptoir-la-regordane@orange.fr
 Facebook : le comptoir de la Régordane

Une Artisane dans la montagne



Boîte en noyer pyrogravé



Vase en if



Bols en sorbier



Coupe en noyer

Elisabeth Molimard vit à La Baraque à 4kms de Saint Laurent les Bains, où elle tourne le bois depuis plus de 30 ans. Entre la création et la production plus utilitaire, chaque pièce créée est unique, dans une recherche constante de la pureté des lignes. Elle utilise une quarantaine d'essences, bois d'ici, d'à côté, d'ailleurs ... bois sec et bois vert. Passionnée par son métier, elle vous propose de partager son univers. Prenez le temps de visiter son exposition, vous y trouverez des cadeaux originaux : boîtes, coupes, bols, sphères, vases, toupies ...nés au gré de ses rencontres avec le bois... de ses coups de cœur. L'entrée est libre, l'accueil de qualité. Dans l'atelier vous pourrez assister à une démonstration. C'est ouvert toute l'année. (Hors saison : fermé le mardi)

TOURNAGE d'ART sur BOIS



Elisabeth MOLIMARD
 La Baraque
 07590 Saint-Laurent-les-Bains
Tél. 04 66 46 03 50
tournage@elisabeth-molimard.com
www.elisabeth-molimard.com

Produits du Terroir

A deux pas de St-Laurent La Bastide et Langogne

Sur les hauts plateaux Cévenols, à 1000 m d'altitude, à LUC, est implantée, depuis trois générations la FROMAGERIE RISSOAN. RISSOAN c'est un nom qui allie terroir et savoir faire ; modernité et tradition au service d'un consommateur de plus en plus exigeant. C'est aussi une famille de fromagers qui, depuis 1948, a su faire évoluer une gamme de produits sans y perdre sa personnalité. Cette structure familiale échappe au stan-

dard de la profession. Depuis des années et bien avant la mode d'une alimentation naturelle, RISSOAN a su tirer le meilleur de sa qualité lié à un environnement exceptionnel, grâce aussi au lait collecté uniquement sur des élevages de montagne. La laiterie RISSOAN a su s'adapter à la nouvelle distribution, en offrant une gamme complète de fromages traditionnels au lait entier, mais aussi très actuels avec des produits allégés et savoureux.

VENTE AU DÉTAIL AU MAGASIN DE LA LAITERIE



Fromages de Lozère depuis 1948
 Entre La Bastide et Langogne
48250 LUC
Tél. 04 66 46 60 09
Fax 04 66 46 61 82

LANGOGNE

Un territoire aux mille facettes



Cité millénaire, Langogne est une station verte de vacances forte d'un tissu commercial et artisanal dynamique avec une offre variée pour répondre à tous les projets. Son histoire est riche d'un patrimoine exceptionnel que vous pourrez découvrir avec le parcours historique. Le cœur de ville, de forme circulaire, a su garder son aspect moyenâgeux et la visite de la **Filature des Calquières** ravira toute la famille !

Artisanat et tradition

La qualité de la gastronomie langonnaise est légendaire, n'oublions pas que Langogne fut la patrie de **Gargantua** qui est honoré chaque année, au mois d'avril, par la **Confrérie du Manouls** Langonnais de Gargantua. La cuisine locale s'appuie sur les produits du terroir, vous saurez apprécier les spécialités produites artisanalement : la coupétade, la maoutche, les tripes, ... dans nos restaurants. Vous retrouverez nos saveurs locales tous les samedis et mardis matin en été sur notre fameux **marché** et vous pourrez assister au traditionnel marché aux veaux, le dernier au sifflet de France !

Découvertes et festivités

Langogne est un **lieu culturel** avec de nombreuses animations : expositions, Festiv'Allier, Festiv'Mômes, concerts, spectacles, Inter-folk48, visites guidées de la ville... et une **saison culturelle** tout au long de l'année pour tous les publics. Langogne est en fête, chaque année, le 1^{er} week-end d'août !

Nature et loisirs

Territoire étonnant alliant calme et détente, savoir-faire et savoir vivre, Langogne est située à la croisée des chemins sur le Stevenson (GR70), la Régordane (GR700) Sources et Gorges de l'Allier (GR470) et le GR4. Langogne est aussi un terrain unique pour les activités de pleine nature, avec la proximité du **Grand Lac de Naussac**, au cœur d'une nature intacte où le granit de la **Margeride** et le basalte du **Val d'Allier** vous invitent à la découverte en toutes saisons !

Venez nous rejoindre ! Changez de lieu de vie ! Langogne vous accueille avec une offre pour toute la famille : de la crèche à l'enseignement supérieur, des associations et des infrastructures sportives et culturelles, la nature et la qualité de vie sont au rendez-vous !



AVANT-PREMIÈRE LE NOUVEAU SAC DE CURE 2018





CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

07 590 SAINT-LAURENT-LES-BAINS
Tél. 04 66 69 72 72 - Fax 04 66 69 72 71 - saintlaurentlesbains@chainethermale.fr

Station ouverte du 16/03 au 22/11/2018

AVANT DE COMPLÉTER CE FORMULAIRE, REPORTEZ-VOUS AUX RECOMMANDATIONS PRATIQUES PAGES 6 ET 7 DU LIVRET

1 ^{er} CURISTE		2 ^e CURISTE	
Nom:		Nom:	
Nom de jeune fille:		Nom de jeune fille:	
Prénom:		Prénom:	
Date de naissance (jj/mm/aa):		Date de naissance (jj/mm/aa):	
Adresse:		Adresse:	
Code postal/Ville:		Code postal/Ville:	
Tél. fixe:	Portable:	Tél. fixe:	Portable:
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 ^{er} CURISTE	2 ^e CURISTE
Êtes-vous pris en charge par:		
• La Sécurité Sociale?	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>
• Une autre caisse?	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>
Laquelle?		
• Régime des accidents du travail:	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>
Votre n° d'immatriculation Sécurité Sociale:		
Votre mutuelle:		
Avez-vous déjà effectué une cure thermale?	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>
Où		

COORDONNÉES MÉDECIN(S) PRESCRIPTEUR(S) DE CURE

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

TRAITEMENT THERMAL REMBOURSÉ PAR LA CPAM

1 ^{er} CURISTE	2 ^e CURISTE
RHUMATOLOGIE uniquement:	RH <input type="checkbox"/> RHUMATOLOGIE uniquement: RH <input type="checkbox"/>

MÉDECIN DE CURE

Si vous êtes déjà curiste à Saint-Laurent-les-Bains nom de votre médecin de cure:	La liste des médecins thermaux se trouve p. 17 de ce livret. Avant votre arrivée, prenez RDV avec le médecin à son cabinet au minimum 1 mois à l'avance et n'oubliez pas de vous munir de vos derniers examens relatifs à votre pathologie et votre état général.
S'il s'agit de votre premier séjour à Saint-Laurent-les-Bains, nom du médecin choisi:	

1 BIS - CURE SPÉCIFIQUE À VOTRE PATHOLOGIE - voir pages 22 à 23

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

	1 ^{er} CURISTE	2 ^e CURISTE
* Prestations non prises en charge par l'Assurance maladie - Arrhes de 30 € à verser lors de la réservation		
FIBROMYALGIE	135 € / personne*	

AUTRES PRESTATIONS

	1 ^{er} CURISTE	ACCOMPAGNANT OU 2 ^e CURISTE
* Prestations non prises en charge par l'Assurance maladie - Arrhes de 30 € à verser lors de la réservation		
<input type="checkbox"/> OPTION SANTÉ ACTIVE (P. 28)	140 € si je réserve avec ma cure au lieu de 150 € (si je réserve dans la station)*	

VOS MODALITÉS DE CURE

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

DATE DE DÉBUT DE CURE SOUHAITÉE	1 ^{er} CURISTE	2 ^e CURISTE
1 ^{ère} date souhaitée	/2018	/2018
2 ^e date souhaitée (au cas où la 1 ^{ère} date serait indisponible)	/2018	/2018
Heure 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 thermale accompagnée des arrhes de garantie de réservation thermale.		
EN SERVICE STANDARD <input type="checkbox"/>		
Entre 6 h (6 h 30 en fonction de la fréquentation) et 7 h	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entre 7 h et 8 h 30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entre 8 h 30 et 10 h	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entre 10 h et 11 h	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entre 11 h et 12 h	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entre 12 h et 13 h	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Navette du camping (10 h)- 27 €* Navette la Bastide 11 h - 64 €* <small>*À régler à la réservation</small>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

RÉSIDENCE DE CURE

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

	1 ^{er} CURISTE	2 ^e CURISTE
Nom de l'hôtel/pension:		
Résidence, studio, motel ou camping:		

2 - FORMULE "RÉSERVATION PLUS" - voir pages 40 - 43

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

	1 ^{er} CURISTE	2 ^e CURISTE
RÉSIDENCE LE LOGIS CEVENOL**	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RÉSIDENCE LA VALLEE**	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nombre de curistes:	Nombre d'adultes:	Nombre d'enfants:
Heure approximative d'arrivée:	Date d'arrivée:	Date de départ:
Pack confort (résidences)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pension complète	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demi-pension	Midi <input type="checkbox"/> Soir <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1 Grand lit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 lits jumeaux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Animal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Garage+ Ménage (Formule Quiétude) et Garage + 2 Ménages (Formule Quiétude+)		
Garage		
Ménage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
À votre départ, votre studio doit être rendu parfaitement propre: vaisselle faite et rangée, salle de bains et wc propre, réfrigérateur vidé. Dans le cas contraire, nous serions dans l'obligation de vous facturer le montant forfaitaire de 105 € HT.		

FORFAIT THERMAL

Depuis le 1^{er} mars 2014, l'article L162-39 du code de la Sécurité Sociale prévoit que la Convention signée avec l'Assurance Maladie fixe, pour chaque forfait de soins, d'une part un Tarif Forfaitaire de Responsabilité (T.F.R) qui constitue la base de remboursement sur laquelle est appliqué le taux de prise en charge par l'Assurance Maladie et, d'autre part, un Prix Limite de Facturation (P.L.F). La différence entre le T.F.R et le P.L.F constitue un complément tarifaire réactualisé chaque année. La Chaîne Thermale du Soleil applique systématiquement ce Prix Limite de Facturation.

En sont exempts uniquement les bénéficiaires de la CMU-C et de l'ACS, seulement sur justificatifs.

Le curiste acquitte donc un reste à charge additionnel, susceptible d'être pris en charge par sa Complémentaire Santé, le cas échéant, tout ou partie, et se renseigne directement auprès de sa Mutuelle pour en savoir les modalités.

Sur la facture thermique que nous lui remettons, ce tarif additionnel figure sous le terme "complément tarifaire".

VOTRE RÈGLEMENT DE CURE 1

VOS ARRHEs DE GARANTIE DE RÉSERVATION

CURE THERMALE (SANS HÉBERGEMENT)		RÉSERVATION PLUS (CURE + HÉBERGEMENT)	
<input type="checkbox"/> Service Standard: 1 ^{er} curiste <input type="checkbox"/> 2 ^e curiste <input type="checkbox"/>	90 €* / personne	<input type="checkbox"/> Arrhes Hébergement:	330 €* / personne
OPTIONS EN SUS		OPTIONS EN SUS	
<input type="checkbox"/> Cure spécifique: 1 ^{er} curiste <input type="checkbox"/> 2 ^e curiste <input type="checkbox"/>	30 €** / personne	<input type="checkbox"/> Cure spécifique: 1 ^{er} curiste <input type="checkbox"/> 2 ^e curiste <input type="checkbox"/>	30 €** / personne
<input type="checkbox"/> Option Santé Active: 1 ^{er} curiste <input type="checkbox"/> 2 ^e curiste <input type="checkbox"/>	30 €** / personne	<input type="checkbox"/> Option Santé Active: 1 ^{er} curiste <input type="checkbox"/> 2 ^e curiste <input type="checkbox"/>	30 €** / personne
MONTANT TOTAL : €	MONTANT TOTAL : €

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

Numéro de carte: _____ Date de validité: _____

Tous les règlements sont à libeller à l'ordre de:
SAS Chaîne thermique du Soleil - Thermes de Saint-Laurent-les-Bains.

ANNULATION DE RÉSERVATION:

^(*) selon les dispositions de l'article 1590 du Code Civil «toutes arrhes versées restent définitivement acquises».

^(**) Arrhes non remboursables en cas d'annulation.

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 €. 582013736 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, 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.

Pour tout litige ne concernant pas un service de santé, le Médiateur du thermalisme peut être saisi sur le site www.mediateurduthermalisme.org ou par voie postale à l'adresse suivante :

Monsieur Daniel BOULIN - Médiateur du thermalisme - 157 chemin de Garia - 64300 LAA MONDRANS

DATE ET 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 dans 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 par les personnes résidents dans l'une de nos résidences.

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



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

07590 SAINT-LAURENT-LES-BAINS

Tél. 04 66 69 72 72 - Fax 04 66 69 72 71 - saintlaurentlesbains@chainethermale.fr

Station ouverte du 16/03 au 22/11/2018

MINI-CURES - voir pages 24 à 26

1 ^{ER} CURISTE		2 ^E CURISTE	
Nom:		Nom:	
Nom de jeune fille:		Nom de jeune fille:	
Prénom:		Prénom:	
Date de naissance (jj/mm/aa):		Date de naissance (jj/mm/aa):	
Adresse:		Adresse:	
Code postal/Ville:		Code postal/Ville:	
Tél. fixe:	Portable:	Tél. fixe:	Portable:
Adresse e-mail:		Adresse e-mail:	
Nombre d'adultes:		Nombre d'adultes:	

MODALITÉS DU SÉJOUR

1 ^{ER} CURISTE		2 ^E CURISTE	
Arrivée le: / / 2018 à h	(si vous choisissez un forfait hébergement).	Arrivée le: / / 2018 à h	(si vous choisissez un forfait hébergement).

MINI-CURE THERMALE CHOISIE

1 ^{ER} CURISTE		2 ^E CURISTE	
THERMES DÉCOUVERTE: 1 jour <input type="checkbox"/> 2 jours <input type="checkbox"/> 3 jours <input type="checkbox"/> 4 jours <input type="checkbox"/> 5 jours <input type="checkbox"/> Autre <input type="checkbox"/>		THERMES DÉCOUVERTE: 1 jour <input type="checkbox"/> 2 jours <input type="checkbox"/> 3 jours <input type="checkbox"/> 4 jours <input type="checkbox"/> 5 jours <input type="checkbox"/> Autre <input type="checkbox"/>	
SUR MESURE: 24 soins <input type="checkbox"/> 48 soins <input type="checkbox"/>		SUR MESURE: 24 soins <input type="checkbox"/> 48 soins <input type="checkbox"/>	
MAL DE DOS: 6 jours <input type="checkbox"/> 12 jours <input type="checkbox"/>		MAL DE DOS: 6 jours <input type="checkbox"/> 12 jours <input type="checkbox"/>	
SANTÉ ET SPORT: 6 jours <input type="checkbox"/> 12 jours <input type="checkbox"/>		SANTÉ ET SPORT: 6 jours <input type="checkbox"/> 12 jours <input type="checkbox"/>	

HÉBERGEMENT

Sans hébergement <input type="checkbox"/> Avec hébergement <input type="checkbox"/>	Sans hébergement <input type="checkbox"/> Avec hébergement <input type="checkbox"/>
Résidence Le Logis Cevenol**: Forfait 7 nuits <input type="checkbox"/> Forfait 14 nuits <input type="checkbox"/> 1/2 pension <input type="checkbox"/> Pension complète <input type="checkbox"/>	Résidence Le Logis Cevenol**: Forfait 7 nuits <input type="checkbox"/> Forfait 14 nuits <input type="checkbox"/> 1/2 pension <input type="checkbox"/> Pension complète <input type="checkbox"/>
Résidence La Vallée**: Forfait 7 nuits <input type="checkbox"/> Forfait 14 nuits <input type="checkbox"/> 1/2 pension <input type="checkbox"/> Pension complète <input type="checkbox"/>	Résidence La Vallée**: Forfait 7 nuits <input type="checkbox"/> Forfait 14 nuits <input type="checkbox"/> 1/2 pension <input type="checkbox"/> Pension complète <input type="checkbox"/>

CALCUL DU MONTANT DU SÉJOUR - voir pages 24 à 27

Programme de soins curiste 1:	Programme de soins curiste 2:
Forfait hébergement par personne:	Forfait hébergement par personne:
Montant total du séjour: €	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:	Montant de l'acompte à verser:
Votre versement s'effectue par:	
Par chèque <input type="checkbox"/> libellé à l'ordre de SAS Chaîne Thermale du soleil - Thermes de Saint-Laurent-les-Bains	Par chèque <input type="checkbox"/> libellé à l'ordre de SAS Chaîne Thermale du soleil - Thermes de Saint-Laurent-les-Bains
Par Carte Bancaire (Carte bleue - Visa - Mastercard) <input type="checkbox"/>	Par Carte Bancaire (Carte bleue - Visa - Mastercard) <input type="checkbox"/>
Numéro de carte:	Numéro de carte:
Nom du détenteur:	Nom du détenteur:
Date de validité:	Date de validité:
À:	À:
Date:	Date:
Signature:	Signature:
J'ai pris connaissance des conditions générales de vente <input type="checkbox"/>	J'ai pris connaissance des conditions générales de vente <input type="checkbox"/>



THERMASSISTANCE

Assurance annulation/interruption - Assistance

Annulation et interruption de séjour

Lorsque vous annulez ou interrompez votre séjour ou votre location en cas de :

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

Vous seront remboursés*

- Les frais d'annulation restés à votre charge et facturés par l'hôtelier ou par l'agence de location
Plafond garantie : 800 € par bulletin - Franchise : 10 % du montant du sinistre.
- En cas d'interruption et pour la période restant à courir jusqu'à la fin de la cure, la part non restituée (par l'hôtelier ou l'agence de location) des frais d'hébergement non utilisés
Plafond garantie : 40 € par jour et par personne assurée - 800 € par bulletin Franchise : 10 % du montant du sinistre.

* Sous réserve des exclusions contractuelles

Assistance

Pendant votre séjour, vous bénéficiez des prestations suivantes* (assurées par EUROP ASSISTANCE) :

En cas de maladie ou blessure

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

En cas de décès

- Le transport du corps et la prise en charge des frais de cercueil ou d'urne à concurrence de 1 500 € TTC
- Le retour des membres de la famille ou d'un accompagnant assurés
- Le retour anticipé en cas de décès d'un membre de la famille

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

* Sous réserve des exclusions contractuelles

Quand et comment souscrire ?

Votre adhésion doit impérativement être effectuée au moment de la réservation de votre hébergement ou à défaut au plus tard dans les 30 jours qui suivent. Passé ce délai, nous ne pourrions donner suite à votre demande d'adhésion.

Complétez le bulletin d'adhésion ci-après, accompagné du règlement et adressez le tout à :

DIOT SA - Service THERMASSISTANCE 40, rue Laffitte 75009 PARIS

Dès enregistrement de votre adhésion, nous vous adresserons votre dossier de bienvenue.

1er adhérent :

2e adhérent :

NOM *

PRÉNOM

ADRESSE

CP - VILLE

Téléphone fixe ou portable **(OBLIGATOIRE)** :

Email

Date du 1er jour de cure : ___ / ___ / ___ Station de la cure :

Logement : date de versement des arrhes : ___ / ___ / ___

* Conformément à la loi « Informatique et Libertés » (L.78-17 du 06/01/1978) vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données vous concernant pouvant être exercé auprès d'EUROP ASSISTANCE.

Montant de la cotisation :

1 adhérent : 43 € TTC / 2 adhérents : 74 € TTC

Date de la demande et signature

Soit en votre aimable règlement
par chèque à l'ordre de DIOT SA



43 € TTC

74 € TTC

THERMES DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS

07590 Saint-Laurent-les-Bains

Tél. 04 66 69 72 72

Fax 04 66 69 72 71 - saintlaurentlesbains@chainethermale.fr

Ouverts du vendredi 16 mars au jeudi 22 novembre 2018



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
aux heures de bureau
Avec service de réservation

Informations et réservations

chainethermale.fr