



ARDÈCHE

St-Laurent

les-Bains

Bien
DANS
ma cure

2025

Rhumatologie
Soins • Activités • Hébergements



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL
agit naturellement pour votre santé



10

Notre cure conventionnée et libre

10 Rhumatologie (RH)



12

Optimisez votre cure

- 12 Option Santé Active
- 13 Institut de beauté
- 14 Programme complémentaire Dos
- 14 Programme complémentaire Répit Fibromyalgie
- 15 Programme complémentaire Cure thermique & randonnées

Nouveau !



Nos hébergements

- 16 Résidence La Vallée***
- 17 Résidence Le Logis Cévenol

23

Carnet pratique

- 23 Vous rendre à Saint-Laurent-les-Bains
- 24 La foire aux questions
- 26 Cure conventionnée 18 jours
Réservez et préparez votre cure
- 27 Cure conventionnée 18 jours
Votre remboursement
- 28 **Votre cure libre**
sans prescription de 5 à 18 jours
- 36 Le Club Thermal

Autour et alentours

18 Saint-Laurent-les-Bains et sa région

Bonnes adresses

30 Hôtels, campings, restaurants, commerces...



Votre cure et
votre hébergement
en **un appel** ou **un clic**

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



ASSUREZ VOTRE CURE

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

Les eaux minérales & boues thérapeutiques

DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS

HCO

BICARBONATE

Combat l'acidité, facilite la digestion et aide à réguler le pH de l'estomac

NA

SODIUM

Agit sur l'équilibre hydrique, l'influx nerveux, la contraction musculaire et la pression artérielle

CA

CALCIUM

Utile dans la contraction musculaire et la coagulation sanguine, entretien du capital osseux

SO

SULFATE

Effet détoxifiant

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 EAUX VENUES DE LA MONTAGNE

Émergence des eaux : de 49 à 53 °C.

Eaux bicarbonatées sodiques et oligométalliques (peu minéralisées), fluorées et gazeuses.

Leur température constitue un agent important de la thérapeutique en favorisant la dilatation vasculaire périphérique, l'oxygénation des tissus et la sédation des douleurs.

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.



NOS ENGAGEMENTS VERTS

Nos équipes sont sensibilisées depuis plusieurs années à la préservation de l'environnement. Les ressources thermales font ainsi l'objet d'une autorisation d'exploitation préfectorale, laquelle précise un débit maximal d'usage afin de protéger le gisement hydrothermal.

Ces eaux ont un cycle hydrogéologique supérieur à plusieurs centaines d'années. Leurs utilisations n'impactent pas les eaux superficielles, et sont sans relation avec la sécheresse. Leurs prélèvements ne sont qu'une étape dans ce cycle de l'eau. Les eaux thermales utilisées dans les soins retournent en milieu naturel local sans modification particulière (pour mémoire, les eaux utilisées dans les soins individuels ne peuvent subir aucun traitement chimique).

Des efforts particuliers ont été réalisés dans la gestion technique centralisée (GTC) des ressources au prix de lourds investissements. Ils ont permis dans certains cas de limiter la consommation d'eau thermale de 30%.



± 10 AGENTS DE SOINS THERMAUX

Ils sont habilités au site de Saint-Laurent-les-Bains. Ils dispensent les soins aux patients selon la prescription du médecin thermal.

1 INFIRMIÈRE

Elle intervient à tout moment auprès des curistes et prend des précautions particulières pour certains. Selon la prescription du médecin thermal, elle dispense les soins appropriés.



Nos équipes

THERMALES & MÉDICALES

Les médecins thermaux de Saint-Laurent-les-Bains

04 66 69 75 30

1 PRATICIENNE DE YOGA

Notre intervenante vous emmènera sur le chemin de la détente au travers de techniques de postures et de respiration.

2 ÉDUCATEURS SPORTIFS

Ils dispensent les cours de gymnastique en salle, de relaxation et toutes les séances d'activités physiques de l'Espace forme.

1 ESTHÉTICIENNE

Elle intervient dans le cadre du Spa thermal et dispense ses soins experts.

Plus d'infos !



Prenez rendez-vous directement avec le médecin thermal dès que vous avez effectué votre réservation thermale et, dans tous les cas, avant votre arrivée.

Cette liste a été établie au 1^{er} octobre 2024 ; elle peut donc être sujette à modification éventuelle en cours de saison.



L'hygiène, notre priorité

Au sein du Service Central Qualité, Hygiène et Ingénierie sanitaire, notre préoccupation est de tout mettre en œuvre pour vous garantir les meilleures conditions d'hygiène et des soins thermaux. Nous suivons 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 équipe, forte d'une expérience et de compétences en microbiologie reconnue par les Autorités de Tutelle, réalise **plus de 180 analyses bactériologiques**, en appliquant des méthodes spécifiques et normées.

Les soins THERMAUX

Un panel de
14 soins
thermaux
sont dispensés
dans les
Thermes



RH BAIN AVEC DOUCHE EN IMMERSION
Bain bouillonnant de microbulles et jets hydromassants par cycles réguliers suivant le sens du retour veineux dans une baignoire ergonomique remplie d'eau thermale.

RH BAIN DE BOUE GÉNÉRAL EN APESANTEUR SOUS PASTEURISATION CONTINUE
Le bain de boue général est un bassin rempli d'argile (kaolin) mélangé à de l'eau thermale tiède (36°C). La haute densité du mélange permet de placer votre corps naturellement en état d'apesanteur, libérant de ce fait toute contrainte articulaire et musculaire. C'est un soin très relaxant.

RH BAIN EN BAIGNOIRE OU EN PISCINE THERMALE
Le bain crée une importante vasodilatation qui permet détente musculaire et meilleure oxygénation tissulaire.

RH CATAPLASMES D'ARGILE THERMALE AVEC RELAXATION PROFONDE EN MUSICOTHÉRAPIE NOUVEAU
Un ensemble de "coussins" de montmorillonite, mélangée à de l'eau thermale, portée à la température idéale de 50°C est appliqué le long de votre colonne vertébrale et autour de votre cou, pendant 10 minutes. La chaleur douce et son inertie, permettent une décontraction intense de tous les groupes musculaires du dos, notamment des muscles profonds, difficiles à atteindre (rhomboïdes, dentelés, scalènes, épineux, iliocostal) et l'apaisement de vos douleurs. Ce soin prépare idéalement votre dos à la rééducation musculaire et articulaire.

RH DOUCHE DE FORTE PRESSION SOUS IMMERSION EN PISCINE MÉDICINALE
Immergé pendant 10 minutes dans un bassin d'eau thermale, vous êtes placé face à une rampe de jets sous-marins de forte pression. Une séquence ascendante de jets est projetée sur votre dos, ce qui a pour effet de "masser" les masses musculaires de chaque côté de la colonne, jusqu'au coccyx. Dans ce soin, ce sont les grands muscles "superficiels" qui sont ciblés (trapèzes supérieur et inférieur, grand dorsal, fascia thoraco-lombaire).

RH DOUCHE GÉNÉRALE AU JET
Administrée à une distance variable du patient par un jet d'eau thermale sous pression modulée et dirigée par l'agent thermal, 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.

RH DOUCHE LOCALE DES MAINS ÉVENTUELLEMENT SUIVIE DE BAIN DE BOUE LOCAL AUX MAINS
• MANUDOUCHE ET MANUBOUE
• PÉDIDOUCHE
Ciblée soit sur les chevilles/genoux, soit sur les poignets/mains, cette douche séquentielle agit comme un massage très rythmé des zones douloureuses, par le biais de dizaines de buses projetant à haute pression de l'eau thermale. L'objectif est de stimuler les muscles, tendons et ligaments pour apaiser le phénomène douloureux, et de décontracter les muscles périarticulaires.

RH DOUCHE PÉNÉTRANTE GÉNÉRALE
Installé sur le ventre, une douche constituée de plusieurs jets fins et puissants balaye l'ensemble de votre dos, de la nuque aux fesses. On vise ici la détente des muscles superficiels (trapèzes, dorsaux, fessiers) et des fascias. Le rythme lent et répétitif de la douche favorise la sédation des douleurs et un état général de bien-être psychique (vigilance modifiée proche de l'état d'hypnose).

RH FAUTEUIL DE VAPEUR THERMALE SPÉCIAL DOS NOUVEAU
Confortablement installé, l'eau thermale est pulvérisée dans le dos et les cervicales pour un effet relaxant et décontractant.

RH PISCINE THERMALE ACTIVE
Sous la direction d'un éducateur en activité physique adaptée D.E., vous réalisez, pendant 15 minutes, un enchaînement de mouvements de rééducation qui ont pour vocation d'augmenter votre mobilité articulaire et la force des muscles périarticulaires. Ce programme de rééducation est évolutif tout au long de la semaine et permet de travailler plusieurs zones du corps.

RH RADIOVAPORARIUM
Installé dans une salle où l'eau thermale est nébulisée sous forme de très fines particules, votre corps bénéficie de cette atmosphère de brouillard thermal chaud. Vos muscles se détendent et vos muqueuses respiratoires sont exposées à de microgouttelettes chargées de soufre aux effets anti-inflammatoires.



Exclusif!



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.

PRESSOTHÉRAPIE

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

LIT HYDROMASSANT

Massage mécanique sur un matelas souple et chaud où deux jets d'eau sous pression mobilisent vos muscles et vos articulations. Soin sans contact humide.

CRYOTHÉRAPIE

PAR ENVELOPPEMENT

Traitement par le froid par enveloppement qui apaise le corps et apporte une sensation de bien-être unique, tout en favorisant l'amincissement. Les bienfaits de la cryothérapie par enveloppement agissent en :

- réactivant la circulation sanguine ;
- améliorant le retour veineux ;
- améliorant la fermeté et la tonicité de la peau ;
- réduisant l'inflammation ;
- soulageant les douleurs.

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

DES THERMES *tout confort*

Bâti dans un décor impressionnant plongeant sur la vallée, l'établissement thermal contemporain propose des équipements ultramodernes.



Découvrez
notre station
en vidéo



1 salle de repos grande ouverte sur la nature



1 buvette d'eau thermale



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

**Journée découverte
À DATE FIXE**

24 avril

Infos et réservations 04 66 69 75 30



1 bain de boue

1 piscine d'eau thermale



1 centre esthétique



**OUVERTS
DU 28 MARS AU
6 NOVEMBRE
2025**

MARS	
AVR	
MAI	
JUIN	
JUIL	
AOÛT	
SEPT	
OCT	
NOV	

Affluence :

très forte
moyenne
faible



Notre cure

RHUMATOLOGIE (RH)

La cure thermique Rhumatologie est une thérapie reconnue par les autorités de Santé pour sa capacité à réduire les douleurs chroniques, augmenter force musculaire et souplesse articulaire.

Qu'elle soit conventionnée (18 jours) ou libre (à partir de 5 jours), votre cure thermique Rhumatologie se déroule quotidiennement de la même façon : une durée d'environ 1 h 30 et un parcours de 4 soins thermaux.

Pour s'adapter parfaitement à votre santé, les soins sont sélectionnés selon vos besoins avec le médecin thermal.

POURQUOI FAIRE UNE CURE THERMALE EN RHUMATOLOGIE

ÉTAPE 1

SOULAGER LES DOULEURS

L'eau thermique est utilisée directement dans des bains (eau thermique et/ou boue), qui imprègnent totalement le corps, décontractent les articulations douloureuses et les muscles périphériques (ceux qui soutiennent l'articulation défaillante).

Cette action antalgique, pérenne dans le temps, doit vous permettre de réduire votre consommation médicamenteuse, notamment d'anti-inflammatoires.

ÉTAPE 2

RÉÉDUIQUER

L'objectif suivant consiste à résorber les douleurs en réduisant progressivement les articulations défaillantes. Les soins de rééducation renforcent les muscles, qui soutiennent mieux les articulations et augmentent la souplesse des articulations.

RHUMATOLOGIE (RH)

ARTHROSE

RHUMATISMES DÉGÉNÉRATIFS
INFLAMMATOIRES

LOMBALGIE

TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

SCIATIQUE

TENDINITES

POLYARTHRITE RHUMATOÏDE

SPONDYLARTHRITE ANKYLOSANTE

SÉQUELLES DE TRAUMATISMES
OU D'INTERVENTIONS CHIRURGICALES

INFLAMMATION CHRONIQUE DES TENDONS

SYNDROME FIBROMYALGIQUE

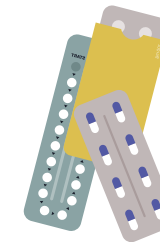
RAIDEURS ARTICULAIRES

DES SOINS TRÈS CIBLÉS

- Bain en eau thermique
- Bain avec douche en immersion
- Douche générale au jet
- Douche locale mains
- Douche locale pieds
- Douche sous immersion en piscine générale
- Douche thermique pénétrante
- Douche de forte pression sous immersion en piscine
- Bain de boue mains
- Bain de boue général
- Piscine thermique active
- Radio-vaporarium
- Fauteuil de vapeur thermique spécial Dos
- Cataplasmes d'argile thermique avec relaxation profonde en musicothérapie



72%
des curistes ont
augmenté leur
niveau d'activités
quotidiennes 9 mois
après cure



70%
des curistes
ont réduit leur
consommation
de médicaments
9 mois après cure

CHOISISSEZ LA FORMULE ADAPTÉE
À VOTRE PATHOLOGIE :
cure conventionnée 18 jours ou **cure libre** de 5 à 18 jours

TARIFS	CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS*		
	PLF en vigueur au 1 ^{er} mars 2024 pouvant évoluer selon réglementation applicable		PRIX LIMITE DE FACTURATION (PLF)
	CURE THERMALE RH	72 séances de soins ciblés	678,02 €
	CURE LIBRE DE 5 À 18 JOURS**		
	5 jours		365 €
	Journée supplémentaire		+50 €

* Pris en charge par l'Assurance Maladie ** Non pris en charge - Le détail du programme de soins sera défini à votre arrivée, au regard de vos objectifs de séjour, des éventuelles contre-indications à la pratique de certains soins, et à la disponibilité des différents soins, à la date de début du séjour.

Plus d'infos !



79%
des curistes
concernés dorment
mieux encore 9 mois
après la cure

Votre prise en charge
par l'Assurance Maladie p. 27

Votre cure libre p. 28

L'OPTION *santé active*

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

FORMULE MINI

3 activités bien-être
et santé au choix

85€*

FORMULE CLASSIC

6 activités bien-être
et santé au choix

165€*

* des Arrhes de 30€ sont
demandées à la réservation.

Activités santé

GYM DOUCE

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.

MARCHE SANTÉ GUIDÉE

1 séance de 90 mn

Marche douce en plein air permettant de tonifier les muscles.

RANDONNÉE

2 randonnées accompagnées

Encadrée par un accompagnateur, cette marche s'effectue en pleine nature et emprunte les chemins alentours alternant montées et descentes (prêt de bâtons de marche).

WATERMASS

[EXCLUSIF CLASSIC]

1 séance de 20 mn

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.

BAIN DE VAPEUR THERMALE

2 séances de 15 mn

Dans une ambiance chaude saturée en vapeur thermique, vous apaiserez vos douleurs articulaires et évacuerez vos toxines.

Activités bien-être

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 HYDROMASSANT

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 thermique reminéralisante et parfumée. Ce soin est souverain pour les flux circulatoires, l'oxygénation des tissus et la détente musculaire.

SALLE MULTISENSORIELLE

2 séance de 30 mn

Dans une salle adaptée pour une détente complète, vous découvrirez les bienfaits de la Lumière de Wood, de la diffusion de senteurs relaxantes et d'une douce musique apaisante.

CRYOTHÉRAPIE PAR ENVELOPPEMENT

30 mn - Il s'agit d'un traitement par le froid qui apaise le corps et apporte une sensation de bien-être unique. Les bienfaits de la cryothérapie par enveloppement se manifestent par la stimulation de la circulation sanguine, l'amélioration de la fermeté et de la tonicité de la peau, ainsi que le soulagement des douleurs.

MASSAGE DÉTENTE AROMATIQUE

[EXCLUSIF CLASSIC]

30 mn - Réalisé avec une huile douce végétale, ce modelage débute par des effleurages, puis les mouvements s'intensifient, enchaînant pétrissages et manipulations sur une chorégraphie harmonieuse.

PRESSOTHÉRAPIE

[EXCLUSIF CLASSIC]

20 mn - Cette méthode thérapeutique active votre circulation veineuse et lymphatique pour un véritable effet jambes légères.

MUSICOTHÉRAPIE

20 mn - PROTOCOLE MUSIC-CARE®

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.

MUSICOTHÉRAPIE

1 MOIS OFFERT

grâce au partenariat
inscrivez-vous sur le site
www.music-care.com
en entrant le code CTSSLR

L'institut de beauté

LE TOP 5 DE NOS SOINS SPAS ET BEAUTÉ

Du lundi au samedi
toute la journée
(sur rendez-vous)

MASSAGE* RELAXANT

100 % SUR MESURE PAR SOTHYS

75€ (40 MN)

Choisissez votre texture préférée : huile nourrissante, crème douce et onctueuse, cire fondante ou beurre de karité. Plusieurs évasions au choix : citron & petitgrain - fleur d'oranger & bois de cèdre - cannelle & gingembre - pour un modelage complet et cocon.

TRAITEMENT INTENSIF JEUNESSE

BP3 TRI COMPLEX PAR SOTHYS

106€ (75 MN)

Ce soin intensif allie 8 formules spécifiques et 5 étapes clés : nettoyage, exfoliation douce, modelage jeunesse pour booster les structures des tissus cutanés, application d'un masque intensif, pose d'un sérum jeunesse. Les 3 actifs brevetés de safran, sophora japonica et peptides stimulent la production de collagène et renforcent les mécanismes d'auto-défense de l'épiderme. Votre peau est visiblement plus jeune.

SOIN ULTRA FRAÎCHEUR

JAMBES TONIQUES PAR SOTHYS

75€ (45 MN)

Ce protocole ultra-fraîcheur combine 3 actifs reconnus pour leurs propriétés tonifiantes et stimulantes. Au cœur de ce soin, un double massage : une technique spécifique visant à alléger les jambes, renforcée par un massage des pieds à travers des frictions et pressions tonifiantes.

GRAND RITUEL CORPS ET VISAGE

REN'ESSENCE PAR SOTHYS

134€ (75 MN)

Ce grand rituel ultra-complet allie un Soin Visage Oxygénant, avec exfoliation, modelage détoxifiant et masque cocon végétal, suivi d'un Massage* 100 % sur mesure du corps. Évasion et renouveau garanti, de la pointe des pieds au sommet du crâne.

MASSAGE* PROFOND

NUTRI-DÉLASSANT PAR SOTHYS

96€ (60 MN)

Un massage* de haute qualité inspiré du Deep Tissue, spécialement conçu pour apporter confort et détente absolue. À recommander aux sportifs, pour tonifier ou reconforter avant ou après la pratique sportive, ou aux amateurs de massages « premium » pour détendre tous les muscles du corps en profondeur, et redonner de la souplesse aux peaux sèches.

À DÉCOUVRIR

La gamme Sothys
Organics® certifiée ecocert
cosmos organics, une variété
de soins à la haute efficacité biologique.
Gommage, massage, enveloppement,
seul ou en combinaison. Construisez avec
votre esthéticienne Sothys votre moment
d'évasion idéal.

NOS PROGRAMMES *complémentaires*

En complément de votre cure conventionnée 18 jours
ou de votre cure libre de 5 à 18 jours,
les programmes répondent à des objectifs ciblés.



DOS (RH)

TARIFS	LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE (non pris en charge par l'Assurance Maladie)	139 €
	Des arrhes de 30 € sont demandées à la réservation	

OBJECTIF 1

SE RÉAPPROPRIER SON CORPS PAR LA GESTION DE LA DOULEUR ET DE LA FATIGUE

- 1 séance de modelage décontractant (20 mn)
- 3 séances de lit hydromassant (12 mn)
- 2 séances de bain reminéralisant (12 mn)
- 1 séance de bain de vapeur Thermale
- 1 accès salle multisensorielle

OBJECTIF 2

SE RÉAPPROPRIER SON CORPS
PAR LA REPRISE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

- 1 séance de gym Douce (30 mn)
- 2 séances de marche guidée (90 mn)

RÉPIT FIBROMYALGIE (RH)

TARIFS	LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE (non pris en charge par l'Assurance Maladie)	165 €
	Des arrhes de 30 € sont demandées à la réservation	

OBJECTIF 1

SOULAGER LES DOULEURS ET LES TENSIONS MUSCULAIRES

- 1 modelage relaxant (20 mn)
- 2 séances de bain reminéralisant (12 mn)
- 2 séances de lit hydromassant (12 mn)
- 2 séances de Marche guidée (90 mn)

OBJECTIF 2

AMÉLIORER LA QUALITÉ DU SOMMEIL
ET DIMINUER LE STRESS ET L'ANXIÉTÉ

- 2 séances de musicothérapie Music Care (20 mn)
- 1 séance de gym Douce
- 1 accès salle mutlisensorielle

CURE THERMALE & RANDONNÉES

Nouveau !

TARIF	LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE (non pris en charge par l'Assurance Maladie)	139 €
	Des arrhes de 30 € sont demandées à la réservation	

OBJECTIF 1

- 2 randonnées avec un accompagnateur :
Moyen (2 h - 7 km) et Confirmé (3 h 30 - 10 km), au départ
du village de Saint-Laurent (prêt de bâtons de marche)
- 2 séances de Pressothérapie Récupératrice (20 mn)
- 2 séances de Lit Hydromassant (10 mn)
- 1 séance de Bain Thermal Hydromassant (12 mn)
- 1 modelage Décontractant aux Huiles Essentielles (20 mn)



NOS hébergements

RÉSIDENCE LA VALLÉE***

Située au-dessus de l'établissement thermal, la résidence La Vallée*** (deux bâtiments : le Haut Vivarais et le Gévaudan) 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.



TARIFS /JOUR / PERSONNE	
Supplément 1/2 pension (Petit-déjeuner + 1 repas)	28 €
Supplément pension complète (Petit-déjeuner + repas midi + plateau repas soir)	47 €

CATÉGORIE	TARIF FORFAIT 22 NUITS		
	STUDIO STANDARD	22 m² - sans balcon	dès 869 €
	STUDIO CLASSIQUE	22 m² - avec balcon	dès 979 €
	STUDIO CONFORT	31 m² - exposition est ou ouest	dès 1 056 €
	STUDIO GRAND CONFORT	36 m² - exposition sud	dès 1 177 €
	APPARTEMENT 2 PIÈCES	42 m² - mezzanine	dès 1 342 €
Animaux acceptés au tarif de 130€ le séjour 3 semaines			



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 au 04 66 69 75 30. Ce service est gratuit pour nos clients

à partir de
39€⁵⁰
nets TTC

par nuit
sur la base d'un forfait hébergement pour 2 personnes
(22 nuits/cure de 18 jours)

- CONFORT
- Accueil 7/7 jours
 - Cuisine toute équipée
 - Linge fourni (draps, serviettes, torchons) et lit fait à l'arrivée
 - Téléphone direct
 - TV écran plat avec TNT, chaîne musicale
 - Wifi gratuit
 - Parking extérieur (selon les places disponibles) ou possibilité d'accès à un garage fermé (hors véhicules hybrides ou électriques)
 - Réception des bagages livrés par transporteur
 - Laverie gratuite
 - Lit d'appoint : enfant - de 15 ans
 - Possibilité de Drive sur demande le mardi.

- ATOUTS
- Prêt de sèche-cheveux
 - Vacation ménage
 - Chèques-Vacances acceptés
 - Bibliothèque
 - Service de navette
 - Accès direct aux thermes par ascenseur
 - Salle de loisirs
 - Animaux admis



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

Pour nous joindre : 04 66 69 72 00

Ouvert du 27 mars
au 6 novembre 2025



RÉSIDENCE LE LOGIS CÉVENOL

Depuis 2024 : Résidence 100% solo
Notre résidence Le Logis Cévenol se réinvente et vous accueille en séjour exclusif 100% solo. Réservées aux personnes seules qui effectuent une cure thermique, ce concept vous permettra de partager des activités et de sympathiser facilement. Chaleureuse demeure de caractère, elle 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, de salles de bains dotées de douche à l'italienne et d'un joli salon cheminée où lire et se reposer.

TARIFS /JOUR / PERSONNE	
Supplément 1/2 pension (Petit-déjeuner + 1 repas)	28 €
Supplément pension complète (Petit-déjeuner + repas midi + plateau repas soir)	47 €

CATÉGORIE	TARIF FORFAIT 22 NUITS		
	STUDIO STANDARD	20 m² - sans balcon	dès 902 €
	STUDIO CONFORT	24 m² - sans balcon	dès 1 001 €
	STUDIO GRAND CONFORT	28 à 34 m² - exposition sud	dès 1 089 €
Animaux acceptés au tarif de 130€ le séjour 3 semaines			



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 au 04 66 69 75 30. Ce service est gratuit pour nos clients

à partir de
41€
nets TTC

par nuit
sur la base d'un forfait hébergement pour 1 personne
(22 nuits/cure de 18 jours)

- CONFORT
- Accueil 7/7 jours
 - Cuisine toute équipée
 - Linge fourni (draps, serviettes, torchons) et lit fait à l'arrivée
 - Téléphone direct
 - TV écran plat avec TNT, Canal+, chaîne musicale
 - Wifi (gratuit) dans les logements
 - Sèche-cheveux
 - Réception des bagages livrés par transporteur
 - Possibilité de commandes Drive intermarché sur demande (livraison le mardi)
 - **Garage fermé offert** (hors véhicules hybrides ou électriques)

- ATOUTS
- Chèques-Vacances acceptés
 - Service de navette pour vous rendre sur Langogne, le mardi après-midi : sur réservation (gratuit)
 - Vacation ménage
 - Bibliothèque



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

Pour nous joindre : 04 66 69 72 00

Ouvert du 27 mars
au 6 novembre 2025

SAINT-LAURENT-LES-BAINS & *sa région*

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.



Village de Saint-Laurent-les-Bains

CULTURE & PATRIMOINE

Saint-Laurent-les-Bains

La tour de Saint-Laurent-les-Bains

La Tour bâtie, à l'époque carolingienne (VIII^e et IX^e siècles), était un observatoire pour le 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 historique et scientifique. Ne pas manquer la terrasse surplombant un paysage grandiose.

L'abbaye Cistercienne de Notre-Dame-des-Neiges (6 km)

Fondée en 1850, l'abbaye est située à environ 1 000 m d'altitude. Les sœurs vivent du travail de leurs mains. Vente de produits monacaux. Vous trouverez aujourd'hui un mémorial du Père Charles de Foucauld 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 : château, remparts et maisons anciennes forment un remarquable ensemble homogène.



Récolte des châtaignes

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 édifiée 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.

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 naturel régional des Monts d'Ardèche, le village de Montselgues est perché au-dessus des vallées de la Borne et de la Thînes à 1 020 mètres d'altitude. Découvrez l'incroyable biodiversité du plateau, réputé pour ses landes colorées et ses tourbières, qui offre sur près de 4 000 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)

Villefort est un 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 une animation sur la vie de Jean Ferrat. Vous y découvrirez sa cave vinicole avec spiritueux classés, sa piscine avec ses trois bassins et ses jets d'eau.

Les Vans (37 km)

La ville des Vans est située dans le parc des monts d'Ardèche, en contact avec 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.



Mazan l'Abbaye

Joyeuse (40 km)
Dans cette ville médiévale, citée 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 Beaume, affluent de l’Ardèche, on y découvre de merveilleux endroits de baignade et de pêche.

La grotte 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 36 000 ans. L’Espace de restitution a ouvert ses portes Printemps 2015, après 30 mois de travaux.



Château de Luc



Piscine naturelle à Borne

NATURE

Lac de Naussac (30 km)
Édifié dans les années 1980, un barrage de 1 050 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 pisciculture de truites de premier plan. De nombreuses criques permettent la pêche en barque dans une atmosphère paisible et sauvage de grande qualité.

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 (42 km)
Situé en Lozère à 1 300 m d’altitude, le tour du lac est aménagé, offrant une boucle d’environ 9 km à travers bois et tourbières. C’est le plus grand lac de pêche au brochet « No-Kill » de France.

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 maôche, 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 2 h avec peu de dénivelés, à celle plus physique à la journée avec un dénivelé plus prononcé (cartoguide en vente à l’Office de Tourisme).

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 : 2 h
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 ».

RANDONNÉE DE LOUBARESSE
Départ du village de Loubaresse
Difficulté : Facile - Distance : 6 km
Dénivelé : 300 m
Temps approximatif : 2 h 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 : 3 h 15
Ce joli circuit entre pâturages verdoyants, forêt de pins sylvestres et rives de l’Allier traverse villages et hameaux chargés d’histoire.

Pour les adeptes de la Randonnée n’oubliez pas notre **Programme Cure Thermale et Randonnées** (détail p. 15)



Tour Saint-Mathieu

RANDONNÉE DE L’UBAC-SERRE DE CHABANIS
Départ du village de Laval d’Aurelle
Difficulté : Moyen - Distance : 7 km
Dénivelé : 380 m
Temps approximatif : 3 h 30
Randonnée dépayssante 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 : 5 h 30
Randonnée dans la vallée sauvage de la Borne avec une partie en crête riche en points de vue.



Randonnée équestre

VÉLOS ÉLECTRIQUES

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.



Randonnée VTT

Phare bleu de la ligne de partage des eaux sur la tanargue



LE PARTAGE DES EAUX (parcours artistique dans les monts d'Ardèche)

La ligne de partage des eaux traverse le Parc des Monts d'Ardèche. Être physiquement sur cette ligne, c'est avoir sous un pied les sources se dirigeant vers la Méditerranée et sous l'autre celles se jetant dans l'Atlantique. La ligne a inspiré LE PARTAGE DES EAUX, un parcours à « ciel ouvert » accueillant, au cœur d'un patrimoine exceptionnel, des œuvres d'art, des mobiliers design en châtaignier, des mires paysagères et un GPS poétique. Des premières œuvres de l'humanité abritées par la Grotte Chauvet à la création contemporaine, l'Ardèche est, plus que jamais, source d'inspiration.

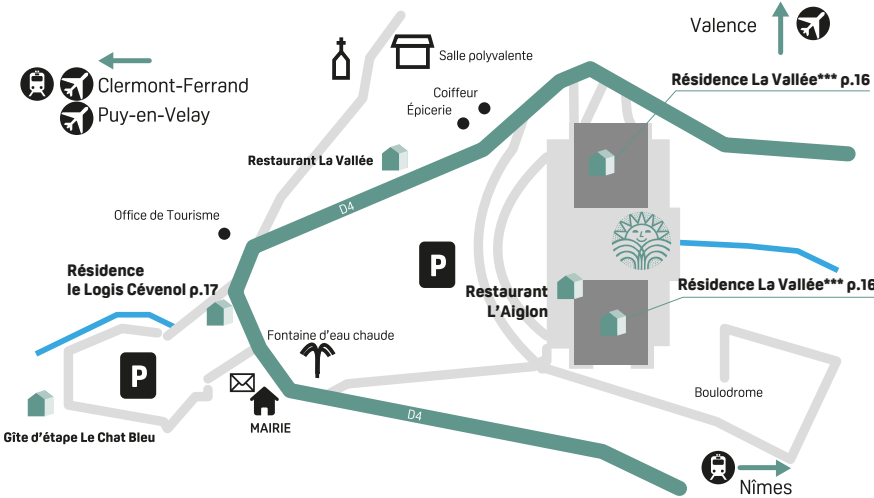
À DÉCOUVRIR : LA GROTTÉ DE CRISTAL Accès pédestre depuis l'Office de tourisme par le GR72 qui passe derrière l'église et longe de jolis jardins.

Comptez de 5 à 10 mn aller. Accrochée au flanc d'un rocher sur le versant méditerranéen de la commune, « Grotte de cristal » s'inscrit en surplomb du village sur lequel elle offre un beau point de vue. Cette petite architecture de verre et de métal évoque un cristal de fluorite dans lequel le visiteur est invité à pénétrer. Cette œuvre a été imaginée par le duo d'artistes havrais HeHe (pour Helen Evans et Heiko Hansen) dont nombre des créations explorent les phénomènes énergétiques et environnementaux, comme la pollution atmosphérique ou la production d'énergie. « Grotte de cristal » s'inspire de l'histoire de la mine de fluorite enfouie sous le village et de son interaction avec la source d'eau thermale. www.lepartagedeseaux.fr



VENIR 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.



Carnet PRATIQUE

L'OFFICE DU TOURISME Saint-Laurent-les-Bains www.montagnedardeche.com Tél. 04 66 46 69 94

EN VOITURE

- 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.

Vous souhaitez profiter de votre voiture en cure, mais pas question de conduire ce long trajet depuis chez vous ? Nous avons la solution ! **Yesdriveme** est la première plateforme de location de chauffeurs à la demande. **Ligne dédiée** au 02 55 47 12 85 **Remise de 10 % avec le code chainethermale5.**



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

Journée découverte À DATE FIXE

24 avril

Infos et réservations 04 66 69 75 30



EN TRAIN

- Depuis Paris
 - Paris - Nîmes (en TGV) puis Nîmes, La Bastide-Puylaurent en TER
 - 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 12 h, uniquement pour nos résidents.

EN AVION

- 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).

COVOITURAGE

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

LA FOIRE AUX Questions

Découvrez les réponses aux interrogations fréquentes sur la médecine thermique

1

Quelles sont les cures thermales prises en charge (remboursées) par l'Assurance Maladie, et celles qui ne le sont pas ?

La cure thermique « conventionnée 18 jours » est la seule cure thermique remboursée par la Sécurité Sociale.

Pour donner lieu à un remboursement, votre cure thermique conventionnée doit obligatoirement être prescrite par un médecin (votre médecin traitant ou un spécialiste, Rhumatologue par exemple) et être d'une durée de 18 jours de soins, dispensés 6 jours sur 7 (pas de soins le dimanche).

Les cures thermales plus courtes, telles que les cures thermales libres (5 jours de soins minimum) ne sont, elles, pas éligibles au remboursement.

Les options de confort ou de renforcement ne bénéficient pas de la prise en charge par l'Assurance Maladie.

Elles ne sont donc pas remboursables. Ces prestations, dans le cadre d'une cure dans nos stations peuvent être :

- le supplément Service Premier (votre cure dans l'espace « premium » des thermes, indiqué sur notre site web par la mention « PREMIUM »)
- le module complémentaire dans les Cures Spécifiques
- l'Option Santé Active et les Programmes Complémentaires (Lombalgie ou Fibromyalgie par exemple)
- le forfait « hébergement » (sauf si vos revenus sont inférieurs au plafond de ressources)

2

Qu'est-ce qu'une cure « conventionnée » ?

Une cure thermique est un acte médical qui permet de traiter une pathologie grâce à un parcours de soins ciblés encadrés par des professionnels de santé, et le concours de ressources naturelles (eaux thermales, gaz, boues) dont les propriétés thérapeutiques sont reconnues par l'Académie de Médecine.

Une cure thermique est dite « conventionnée », quand elle bénéficie d'une prise en charge par l'Assurance Maladie, parce qu'elle est prescrite par votre médecin traitant, et qu'elle s'échelonne sur une durée de 18 jours.

3

Qu'est-ce que la double orientation ?

Une cure thermique « double orientation » permet de traiter conjointement deux grandes familles de pathologies (ou « orientations ») :

rhumatologie, phlébologie, maladies métaboliques et urinaires, voies respiratoires, neurologie, maladies digestives, dermatologie, affections psychosomatiques, gynécologie, maladies cardioartérielles et stomatologie. Chaque jour, la cure double orientation se compose de 4 soins* thermaux dédiés à l'orientation principale et 2 soins** dédiés à l'orientation secondaire. Lors de la prescription et en remplissant le formulaire de demande de prise en charge, votre médecin traitant devra préciser quelles sont les orientations choisies : l'orientation principale et l'orientation secondaire. Cela ne pourra pas être modifié par la suite ; il faut donc remplir ce formulaire avec le plus grand soin.

* 6 soins en Voies respiratoires ** 3 soins en Voies respiratoires

4

Puis-je scinder ma cure thermique conventionnée en plusieurs parties ?

Il est impossible de scinder votre cure thermique conventionnée.

Pour que votre cure thermique soit prise en charge par la Sécurité Sociale, il est nécessaire qu'elle soit de 18 jours consécutifs.

5

Quels sont les frais qui restent à ma charge lors d'une cure conventionnée ?

Outre le ticket modérateur, les frais complémentaires, les soins dits de confort effectués en plus des soins prévus dans votre forfait thermal et le complément tarifaire (entré en vigueur au 1^{er} mars 2014) ne sont pas pris en charge par l'Assurance Maladie.

L'établissement thermal devra vous informer avant votre départ, ou sur place, des différents montants susvisés.

Si vous êtes bénéficiaire de la Complémentaire santé solidaire (CSS), l'établissement thermal ne peut vous facturer que le tarif forfaitaire de responsabilité (ou forfait thermal), le complément tarifaire créé au 1^{er} mars 2014 ne pourra pas vous être demandé. Les soins de confort effectués en plus des soins prévus dans le forfait thermal restent à votre charge.

6

Quel jour de la semaine pour débiter ma cure thermique ?

Nos stations thermales permettent de démarrer sa cure du lundi au samedi. Pour autant, il est déconseillé de commencer sa cure un lundi. En effet, il sera plus difficile d'obtenir un rendez-vous avec un médecin thermal et les formalités administratives préalables à l'entrée en cure seront plus longues les lundis.

?



Retrouvez l'intégralité de notre Foire aux questions en flashant ce QRcode

7

Peut-on interrompre une cure thermique conventionnée ?

La durée normale d'une cure thermique prise en charge par la Caisse d'Assurance Maladie est de dix-huit jours.

La cure peut être interrompue pour toutes sortes de raisons, mais seules trois circonstances pourront donner lieu à un remboursement par l'Assurance Maladie, au prorata de la durée de la cure effectuée :

- en cas de force majeure (un décès dans la famille, par exemple)
- en cas de suspension de l'activité de l'établissement thermal
- si la cure est interrompue pour raisons médicales (attestées par un certificat médical)

Une cure interrompue pour toute autre raison ne donnera lieu à aucune prise en charge par l'Assurance Maladie. De même, une cure interrompue plus de 48 heures, même pour motif médical ne peut être reprise et sera donc définitivement interrompue.

8

Qu'est-ce qu'une cure thermique libre ?

Il s'agit d'une cure thermique à durée libre à partir de 5 jours de soins. Vous bénéficiez des mêmes soins qu'une cure thermique conventionnée, sans prescription médicale et sans prise en charge par l'Assurance Maladie.

Cette cure thermique est disponible dans nos 19 établissements thermaux et dans n'importe quelle pathologie.

Vous êtes ainsi libre de choisir votre durée de séjour et de bénéficier de tous les avantages des soins thermaux comme une cure conventionnée.



CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS

Réservez et préparez votre cure

1

CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN

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

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

- Le retour de votre prise en charge doit vous parvenir dans un délai de 1 mois : vérifiez-la !
- Vérifiez votre compte AMELI, l'envoi de la Prise en Charge par la CPAM est souvent dématérialisé.
- En cas de refus, les arrhes de garantie de réservation thermique vous seront remboursées, sur justificatif.



2

PENSEZ À VOS DATES DE CURE

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



Affluence :
très forte
moyenne
faible

Réservez votre cure thermique avant votre hébergement !

MARS	
AVR	
MAI	
JUIN	
JUIL	
AOÛT	
SEPT	
OCT	
NOV	

3

COMMENT RÉSERVER VOTRE CURE THERMALE ?

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

- Tél. 01 42 65 24 24 ou par mail à reservations@chainethermale.fr
- Par courrier à l'adresse de la station choisie en remplissant la fiche de réservation adaptée + un chèque d'arrhes de garantie de réservation thermique.

- Prenez rendez-vous directement avec le médecin thermal de votre choix avant votre arrivée.
- Pensez à la garantie Assurance-Annulation Interruption de cure avec THERMASSISTANCE (voir le formulaire à l'avant dernière page de ce livret).

Votre cure et votre hébergement en un appel ou un clic



4

PRÉPAREZ VOTRE CURE

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

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



CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS

Votre remboursement

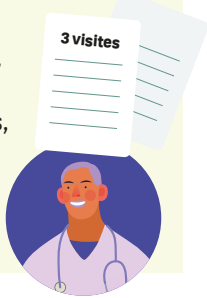
1

VOS FRAIS MÉDICAUX (VOLET 1)

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

Fixé par l'Assurance Maladie (en 2024 : 80 € pour le suivi d'une cure simple-orientation et 120 € pour une cure double-orientation. Le reste à charge pour le curiste est de 30 % soit 24 € (simple-orientation) ou 36 € (double orientation)).

S'y ajoutent, éventuellement, certains actes spécifiques (méthode de déplacement de Proëtz, douches filiformes, injections de gaz thermal), appelés pratiques médicales et complémentaires, remboursées à 70 % sur la base des tarifs conventionnels.



2

VOTRE CURE THERMALE DE 18 JOURS DE SOINS* (VOLET 2)

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

Le Forfait Thermal est remboursé à 65 % du Tarif Forfaitaire de Responsabilité (T.F.R.). Le reste à charge pour le Curiste est donc de 35 % du T.F.R. (c'est le Ticket Modérateur, susceptible d'être pris en charge par la Mutuelle) ET d'un Complément Tarifaire (ce montant est fixé chaque année par l'Assurance Maladie. À titre d'exemple, en 2024, il est de 103,51 € pour une cure Rhumatologie (sans kinésithérapie)).

* hors frais des soins de confort



3

VOS FRAIS D'HÉBERGEMENT (VOLET 3)

(remboursement soumis au plafond de ressources*)

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

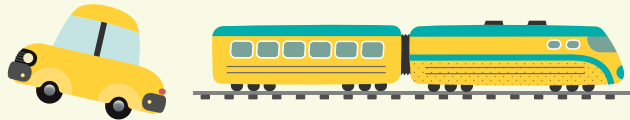


4

VOS FRAIS DE TRANSPORT (VOLET 3)

(remboursement soumis au plafond de ressources*)

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



* Pour bénéficier du remboursement de vos frais de transport et d'hébergement, vous devrez adresser à votre caisse d'assurance maladie, au retour de votre cure, le volet 3 du formulaire de prise en charge ainsi que les justificatifs de transport. Selon les ressources de votre foyer, l'Assurance Maladie peut prendre en charge vos frais de transport et d'hébergement : pour une cure prescrite en 2025, vos ressources de 2024 ne doivent pas dépasser un plafond fixé à 14 664,38 €. Ce plafond (en vigueur depuis 2010) est majoré de 50 % - soit 7 332,19 € - pour votre conjoint et pour chaque ayant droit à votre charge (enfant, partenaire lié par un pacte civil de solidarité, etc.)



Pour bénéficier d'une Cure Libre, il n'est pas nécessaire d'obtenir une prescription médicale, ni d'effectuer les démarches administratives de prise en charge.

Ce format beaucoup plus souple vous permet d'organiser votre cure avec plus de facilité, en tenant compte de votre agenda. Vous pourrez par exemple la glisser facilement dans une période de vacances ou de congés.

MA CURE libre

Mode
d'emploi

Plus d'infos !



Ma cure libre À SAINT-LAURENT-LES-BAINS

Une cure médicale en format court.
Parce que nous n'avons pas tous la possibilité de prendre 3 semaines pour sa santé, les Thermes de St-Laurent proposent un format de cure thermale "libre" d'une durée de 5 à 18 jours.

1

Je sélectionne ma cure libre selon mes objectifs

- Prendre soin de ma santé
- Prévenir des pathologies d'ordre Rhumatologiques
- Soigner mes pathologies d'ordre Rhumatologiques
- Simplement « me faire du bien » et m'accorder une pause « santé »

Je choisis

MA CURE LIBRE RHUMATOLOGIE

2

Je souhaite traiter plus spécifiquement

- **Mon dos**
Programme **Dos**
- **Ma Fibromyalgie**
Programme **Répît Fibromyalgie**
- **Ma marche**
Programme **Cure thermique & randonnées**

Je sélectionne

LE PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE

DE MON CHOIX AFIN D'OPTIMISER
MON SÉJOUR



Vous accompagnez un curiste effectuant une cure conventionnée de 18 jours, **bénéficiez de 5% de remise** sur votre cure libre (hors hébergement).

3

Je personnalise la durée de ma cure libre

DURÉE MINIMUM DE 5 JOURS

Je peux rajouter des journées supplémentaires au tarif de 50 euros la journée, selon mes envies.

Forfait initial de 5 jours : 365 euros

4

Je réserve

MA CURE LIBRE SELON MES OBJECTIFS,
MON PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE
SI BESOIN, SUR LA **DURÉE** DE MON CHOIX



**En téléphonant
au 01 42 65 24 24**

Toutes nos équipes sont disponibles
pour vous accompagner dans vos choix

Hôtel

Les Genets	04 66 46 00 13
------------	----------------

Résidences • Locations • Gîtes

Locations La Vallée	04 66 46 05 11
Meublés Florine Malclès / Gonzales	06 73 27 23 73
Locations Assenat	06 73 00 33 10
Gîtes Communaux	04 66 46 00 71
Chalets Camping Municipal Le Ceytrou	04 66 46 02 03
Le Chat Bleu	04 66 46 22 17

Restaurants

La Vallée	04 66 46 05 11
Les Genets	04 66 46 00 13
Le Chat Bleu	04 66 46 22 17

Camping

Le Ceytrou	04 66 46 02 03
------------	----------------

Santé

Pharmacie de La Bastide	04 66 46 01 42
-------------------------	----------------

Renseignements utiles

Office de Tourisme

Saint Laurent-les-Bains	04 66 46 69 94
Saint Etienne de Lugdares	04 66 46 65 36
Langogne	04 66 69 01 38
Gare La Bastide	04 66 46 02 06
Superette Saint-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



**LOCATION DE GÎTES COMMUNAUX**
Réservations Mairie : **04 66 46 00 71**
mairie@saint-laurent-les-bains.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

LOCATIONS - RESTAURANT - BAR

**“La Vallée”**
CUISINE TRADITIONNELLE
LOCATIONS STUDIOS
07590 Saint-Laurent-les-Bains
Tél. 04 66 46 05 11
francoise.malcles@orange.fr



MEUBLÉS GONZALEZ
À LOUER DANS LE VILLAGE
STUDIOS
(REZ-DE-CHAUSSÉE)
Proche des Thermes
MALCLES Florine /
GONZALEZ Patrice
Tél. 06 73 27 23 73
florine.malcles@yahoo.fr

Hôtel - Bar - Restaurant
Les Genets



Tél. 04 66 46 00 13 • 06 26 01 44 54
Mail : hotelgenets@hotmail.fr
48250 - LA BASTIDE-PUYLAURENT



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

LE CEYTROU*

Camping municipal



LOCATIONS CHALETS

Restaurant • Rivière et pêche à proximité

CONTACT : Franck et Delphine

Tél. 04 66 46 02 03 ou 06 12 61 72 61

Site : leceytrou.com - Mail : camping.ceytrou@gmail.com

Pharmacie DE LA BASTIDE

ORTHOPÉDIE - MATÉRIEL MÉDICAL
AROMATHÉRAPIE - HOMÉOPATHIE
TÉLÉCONSULTATION

48250 La Bastide Puylaurent

Tél. 04 66 46 01 42
Fax 04 66 46 07 13

pharmaciedelabastide@hotmail.fr



Ô P'tit Marché

ÉPICERIE • SALON DE THÉ
DÉPOT DE PAIN • BAR

Place de l'Église
48250 La Bastide Puylaurent

06 31 59 71 14
luc.besse07@gmail.com



AU CHAT BLEU

GÎT E -RES T AURANT

Terrasse avec vue panoramique

04 66 46 22 17

MENU du JOUR :
15 €
Entrée + Plat
ou
Plat + dessert

Le Village
07590 ST LAURENT-LES-BAINS

OUVERT 7j/7 du
24/03 au 07/11
de 7h00 à 22h00



BAZAR - PRESSE



Mad. CHABALIER

LIBRAIRIE • CADEAUX
JOUETS • VÊTEMENTS
CHAUSSURES
DROGUERIE

Horaires :
8^h 30 à 12^h et 14^h 30 à 19^h

Ouvert le dimanche matin
La Bastide – Place de l'Église

Tél./Fax 04 66 46 02 24





LE LOGIS CÉVENOL

Résidence de tourisme

A 100m des Thermes



Résidence Solo

TV • Canal + • Wifi Téléphone
• Douche
Cuisine équipée
Linge fourni • parking privatif
Garage fermé offert

04 66 69 75 30

07590 Saint-Laurent-les Bains
saintlaurentlesbains@chainethermale.fr

★★★



LE HAUT VIVARAIS

LE GÉVAUDAN

Accès direct aux Thermes par ascenseur



TV • Wifi • Téléphone
Douche
Cuisine • Linge fourni
parking privatif
Garage fermé

04 66 69 75 30

07590 Saint-Laurent-les-Bains
saintlaurentlesbains@chainethermale.fr

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 standard 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 DETAIL AU MAGASIN DE LA LAITERIE



LOZÈRE - Depuis 1948

Fromages de Lozère depuis 1948

Entre La Bastide et Langogne
48250 LUC

Tél : 04 66 46 60 09
Fax : 04 66 46 61 82

www.laiterie-rissoan.fr

LANGOGNE

Margeride Grand Lac de Naussac

Amis curistes, à trente minutes de Saint-Laurent-les-Bains, venez découvrir **Langogne**.

Venez apprécier ses services, ses artisans et ses commerçants qui vous proposent des produits locaux et de qualité !

Venez faire saliver vos papilles dans la patrie de **Gargantua** où nos restaurants vous cuisinent des recettes traditionnelles !

Venez retrouver nos saveurs locales sur notre fameux **marché** et assister au traditionnel marché aux veaux, le dernier au sifflet de France !

Venez profiter de moments de détente dans sa piscine, son cinéma et sa nouvelle médiathèque !

Venez prendre du plaisir lors de nombreuses animations : expositions, spectacles, concerts, visites guidées de la ville, ... et faire la fête le premier week-end d'août !

Venez découvrir le lac de **Naussac** et son territoire, en pleine **Margeride**, propice aux activités de pleine nature, terrestres (randonnées, VTT, cyclotourisme, équestre,...) et nautiques, ou tout simplement au farniente sur sa plage !

Venez déceler un patrimoine architectural d'exception et l'histoire de Langogne en déambulant dans les vieilles rues de la **cité millénaire** en suivant le parcours historique. Parcours historique qui vous conduira au musée vivant de la **Filature des Calquières** et sa Mule Jenny, un joyau de la révolution industrielle !

Venez pousser la porte de notre Office de Tourisme où les conseillers en séjour vous renseignent sur toutes les offres de notre **territoire** !





Filature des Calquières
Musée vivant de la filature
Ouvert du mardi au samedi
de 10h à 12h00 et de 14h à 18h30
www.ot-langogne.com



Office de Tourisme
LANGOGNE
MARGERIDE
GRAND LAC DE NAUSSAC

Renseignements :
Office de Tourisme
LANGOGNE Margeride Grand Lac de Naussac
11 Boulevard De Gaulle - 48300 LANGOGNE
04 66 69 01 38
www.ot-langogne.com



VILLE ET MÉTIERS D'ART

NOUVEAU

Sac fabriqué en RPET* :

- Résistante à la chaleur, à l'humidité, aux UV
- Durable
- Brillante
- Étanche
- Flexible
- Inodore

À rapporter chaque année

votre Sac de cure



SERVICE APRÈS-VENTE

IL SE DÉCHIRE ?
Sac remplacé

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

UN 2^e EXEMPLAIRE ?
Disponible en boutique : 2,50 € TTC



PRATIQUE



ÉCOLOGIQUE
Sac unique et réutilisable

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

*abréviation en anglais de recycled polyethylene terephthalate et polytéraphtate d'éthylène recyclé en français



LE CLUB THERMAL



Fidélité et parrainage

Vous aimez votre cure à la Chaîne Thermale du Soleil ?

Profitez de nombreux avantages, chez vous et pendant votre séjour en adhérent au Club Thermal.

Inscrivez-vous vite !

www.club-thermal.com

Déjà 70 000 curistes nous ont rejoints !

FAITES-VOUS PLAISIR !

Selon votre statut BLEU, ARGENT, OR ou PLATINIUM vous bénéficiez de réductions sur toutes nos prestations : hébergement, Service Premier, activités forme, soins au spa, boutiques, bons cadeaux, cure libre pour votre accompagnant.

ÉCONOMISEZ !

Votre fidélité récompensée ! Des offres commerciales dédiées avant ou pendant votre séjour (selon votre statut).

BON ANNIVERSAIRE !

Une petite surprise « Made in Chaîne Thermale » vous attend le jour de votre anniversaire, si vous êtes en cure, avec nous, ce jour-là. Convivialité et joyeux souvenirs à la clé ! (Réservée aux membres Platinium, Argent et Or)

UNE PLATEFORME WEB PERSONNALISÉE

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

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

Ligne dédiée

☎ 03 27 32 86 20

FICHE D'INSCRIPTION

Votre réservation avec un numéro unique
01 42 65 24 24 ou par mail
reservations@chainethermale.fr



THERMES DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS

Ouverts du 28 mars au 6 novembre 2025

CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

Informations personnelles

1^{er} curiste

Nom :
Prénom :
Date de naissance (jj/mm/aa) :
Tél. fixe ou mobile :
Email :
Adresse :
Code postal et ville :
Le médecin prescripteur de votre cure conventionnée
Nom : Dr.
Prénom :
Adresse :
Code postal et ville :

2^e curiste

Nom :
Prénom :
Date de naissance (jj/mm/aa) :
Tél. fixe ou mobile :
Email :
Adresse :
Code postal et ville :
Le médecin prescripteur de votre cure conventionnée
Nom : Dr.
Prénom :
Adresse :
Code postal et ville :

Prise en charge

DE VOTRE CURE THERMALE CONVENTIONNÉE

1^{er} curiste

☐ Vous êtes pris en charge par un organisme social
Si oui, votre n° d'immatriculation Sécurité Sociale
.....
Votre mutuelle :

2^e curiste

☐ Vous êtes pris en charge par un organisme social
Si oui, votre n° d'immatriculation Sécurité Sociale
.....
Votre mutuelle :

TRAITEMENT THERMAL

Indication ☐ Rhumatologie RH

Indication ☐ Rhumatologie RH

Médecin de cure

Si vous êtes déjà curiste à Saint-Laurent-les-Bains,

1^{er} curiste nom de votre médecin de cure : Dr.

2^e curiste nom de votre médecin de cure : Dr.

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

Durée

DE VOTRE CURE THERMALE

- ☐ Cure conventionnée (21 jours dont 18 jours de soins)
☐ Cure libre de 5 à 18 jours • Précisez le nombre de jours :

NON REMBOURSÉ

Programmes complémentaires

Arrhes de 30 € à verser lors de la réservation

Dos 139 €/personne ☐ 1^{er} curiste ☐ 2^e curiste
Répit Fibromyalgie 165 €/personne ☐ 1^{er} curiste ☐ 2^e curiste
Cure thermique & randonnées 139 €/pers. ☐ 1^{er} curiste ☐ 2^e curiste

Option santé-active

Arrhes de 30 € à verser lors de la réservation

Option Santé-Active Classic 165 €/pers ☐ 1^{er} curiste ☐ 2^e curiste
Option Santé-Active Mini 85 €/pers ☐ 1^{er} curiste ☐ 2^e curiste

vos dates

DE CURE CONVENTIONNÉE OU LIBRE

Date de début de cure souhaitée (* si la 1^{re} date est indisponible)

1^{er} curiste

1^{er} choix 2025

2^e choix* 2025

2^e curiste

1^{er} choix 2025

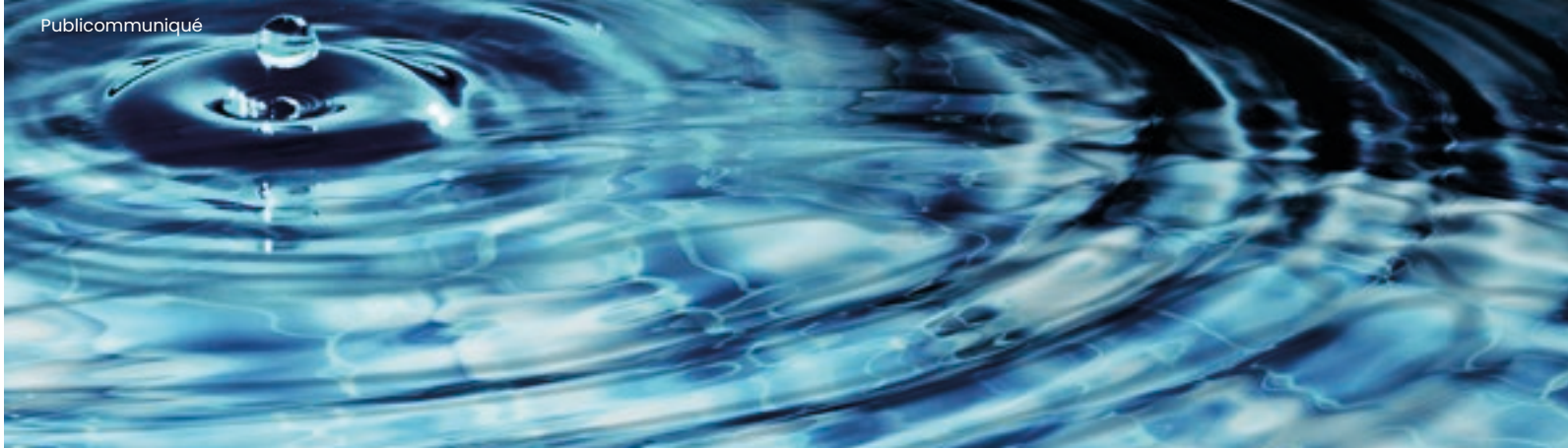
2^e choix* 2025

Plage horaire DE DÉBUT DE SOINS

Date d'arrivée 2025 • Date de départ 2025 • Heure approximative d'arrivée h

RÉSIDENCE LE LOGIS CÉVENOL
☐ Studio Standard ☐ Studio Confort ☐ Studio Grand Confort ☐ P. complète ☐ 1/2 Pension

RÉSIDENCE LA VALLÉE***
☐ Studio Standard ☐ Studio Classic ☐ Studio Confort ☐ Studio Grand Confort ☐ Mezzanine 4 couchages ☐ P. complète ☐ 1/2 Pension
 Nombre de curistes Nombre d'adultes Nombre d'enfants ☐ Lit d'appoint (-15 ans) ☐ Grand lit ☐ Petit lit
☐ Supplément garage ☐ Supplément ménage ☐ Animal



ASSURINCIO Assurance Voyage exerçant sous la marque commerciale XPLOIRASSUR – Filiale du Groupe Finaxy – SAS de courtage en assurances au capital de 1 187 070 €, siège social 8-10, rue du Pont de Tounis, 31000 TOULOUSE – RCS TOULOUSE 839 698 673 – N° ORIAS : 18007806 – www.orias.fr – Responsabilité Civile Professionnelle & Garantie Financière conformes au Code des Assurances – Sous le contrôle de l'ACR, 4 place de Budapest – 75436 PARIS (www.orias.fr) – ASSURINCIO Assurance Voyage exerce son activité en application des dispositions de l'art L521-2 II b du Code des Assurances – Service réclamation : reclamation@xploirassur.com – Médiation : La Médiation de l'Assurance, Pole CSCA, TSA 50110 Paris cedex 9 ou le médiateur mediation@assurance.org

THERMES DE SAINT-LAURENT-LES-BAINS

07 590 Saint-Laurent-les-Bains
saintlaurentlesbains@chainethermale.fr

OUVERTS
DU 28 MARS AU
6 NOVEMBRE
2025

 Centrale de réservation
Flandres

SAINT-AMAND-LES-EAUX



BAINS-LES-BAINS



SAINT-HONORÉ-LES-BAINS



BOURBON-
L'ARCHAMBAULT



LE MONT DORE



JONZAC



BARBOTAN-
LES-THERMES



PRÉCHACQ-
LES-BAINS



CAMBO-
LES-BAINS



EUGÉNIE-
LES-BAINS



CRANSAC-
LES-THERMES



MOLITG-
LES-BAINS



LA PRESTE-
LES-BAINS



AMÉLIE-
LES-BAINS



LAMALOU-
LES-BAINS



LE BOULOU



**ST-LAURENT-
LES-BAINS**



RH

GRÉOUX-
LES-BAINS



Votre cure et
votre hébergement
en **un appel** ou **un clic**

01 42 65 24 24

reservations@chainethermale.fr

www.chainethermale.fr