

ValVital



DIVONNE-LES-BAINS

CURES THERMALES

AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES - RHUMATOLOGIE

SAISON THERMALE :

du 1^{er} avril au 9 novembre 2019



ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES ET SOINS THERMAUX



AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES (PSY)

- ✓ Anxiété, insomnie, fatigue, surmenage, irritabilité
- ✓ Troubles psychosomatiques : névrose, état dépressif réactionnel et névrotique, psychasthénie
- ✓ Spasmophilie, tétanie, fibromyalgie
- ✓ État nécessitant repos et détente sous contrôle médical



RHUMATOLOGIE (RH)

- ✓ L'arthrose des membres inférieurs (hanche ou genou)
- ✓ Polyarthrose
- ✓ Lombalgies ou cervicalgies chroniques
- ✓ Fibromyalgie



DESCRIPTION DES SOINS

Principaux bénéfices : décontracte, tonifie, détend, déstresse, rééquilibre, accroît la mobilité

AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES

Bain avec aérobain	• Microbulles d'air diffusées depuis le fond de la baignoire.
Bain avec douche sous immersion / Douche sous-marine	• Pendant le bain général, douche chaude ciblée sur la zone douloureuse pour procurer un massage doux localisé.
Piscine de détente	• Balnéation en ateliers individuels.
Douche générale au jet	• Douche au jet individuelle, délivrée manuellement par un agent soignant thermal.
Cure de boisson d'eau minérale	• Respect de la quantité, température de l'eau, heures et temps prescrits par le médecin.
Massage sous l'eau	• Massage local pratiqué par un kinésithérapeute.

RHUMATOLOGIE

Principaux bénéfices : antalgique, décontracte, relaxe, stimule, draine, décongestionne, favorise la mobilité		
Bains	Bain avec aérobain	• Microbulles d'air diffusées depuis le fond de la baignoire.
	Bain avec douche sous immersion / Bain hydromassant	• Balnéation d'eau thermale avec diffusion de jets d'eau thermale.
Douches	Douche générale simple ou au jet	• Douche au jet individuelle, délivrée manuellement par un agent soignant thermal.
	Douche pénétrante	• Douche ou pulvérisation générale d'eau thermale appliquée couché sous une rampe délivrant une douche de pluie de fort débit et faible pression, entre 36°C et 40°C.
Principaux bénéfices : antalgique et anti-inflammatoire, sédatif, relaxant musculaire		
Boue	Application de boue (cataplasme)	• Température supérieure à celle du corps, sans dépasser les 50°C, afin de permettre des transferts cutanés. La boue est utilisée comme support de transmission. L'enveloppement et l'augmentation de température déclenchent l'hypersudation et la dilatation des vaisseaux périphériques.
Principaux bénéfices : accroît la mobilité, dynamise, myorelaxant, antalgique		
Piscine	Piscine de Mobilisation Générale	• Balnéation suivie d'une gymnastique active médicale, animée par un technicien en physiothérapie ou un kinésithérapeute en piscine d'eau thermale (profondeur entre 1m30 et 1m50).
Principaux bénéfices : stimule la circulation sanguine, draine, accroît la mobilité, relaxe		
Cure	Cure de boisson d'eau minérale	• Respect de la quantité, température de l'eau, heures et temps prescrits par le médecin.



VOS CURES À DIVONNE-LES-BAINS

UNE STATION THERMALE À L'EAU « DIVINE »

Les eaux de Divonne-les-Bains sont **bicarbonatées calciques, oligométalliques froides, riches en fluor et magnésium**. Elles proviennent du captage Harmonie et sortent à une température de 14°C. Elles favorisent le retour à l'équilibre du corps et de l'esprit.

LA CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS

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

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

PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE

En complément de votre cure 18 jours, optez pour un programme complémentaire adapté à vos besoins et permettant de démultiplier les effets de votre cure thermale.

Troubles Anxieux Généralisés (TAG) 300 €* Pour retrouver calme, relaxation et sommeil, ce programme permet d'optimiser votre cure thermale :

- **1 soin thermal** supplémentaire par jour.
- **1 accès illimité à l'Espace Détente.**
- **3 après-midis d'Ateliers Conseils Santé** de 4h.

LA CURE SANTÉ 6 OU 12 JOURS

CURE SANTÉ 6 JOURS EN RHUMATOLOGIE :

**24 soins thermaux 260 €*
• 6 douches** à jet
• **6 douches** sous affusion
• **6 bains** hydromassants
• **6 cataplasmes**
• **1 séance de yoga**
• **1 accès illimité** à l'Espace Détente

- **1 accès illimité** à l'Espace Détente

260 €* les 6 jours ou 468 €* les 12 jours.

CURE SANTÉ EN AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES :

	Cure Santé Affection Psychosomatique Option 1*	Cure Santé Affection Psychosomatique Option 2*	Cure Santé Anti-Stress*
6 Douches à jet	✓	✓	✓
6 Douches sous affusion	✓	✓	✓
6 Bains Hydro massant	✓	✓	✓
6 Aérobaïns	✓		✓
6 Modelages sous eau		✓	✓
1 séance de Yoga	✓	✓	✓
1 Atelier Conseil Santé	✓	✓	✓
1 Accès illimité à l'Espace Détente	✓	✓	✓
TARIF CURE 6 JOURS	295 €	365 €	395 €
TARIF CURE 12 JOURS	540 €	655 €	720 €

CURES 2 EN 1

Pour une efficacité décuplée, suivez une cure en double orientation. Renseignez-vous auprès de votre médecin traitant.
RH + PSY ou **PSY + RH.**
Entre 5 et 6 soins par jour

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

LES ATELIERS CONSEILS SANTÉ

Ces ateliers sont proposés **tous les jeudis après-midi de 13h30 à 18h** sur toute la saison thermale. Ils aident à maîtriser ses émotions afin de mieux traverser les épreuves difficiles. Ils offrent aussi des instants de rencontres, de partages et d'échanges.

15 €* pour une séance d'1h.
45 €* pour une séance de 3h.

- **« Cohérence cardiaque »**, technique pour apprendre à maîtriser le rythme respiratoire (1h).
- **« Angoisse-anxiété »**, tranquilliser ses états de souffrance pour vivre un présent apaisé et envisager plus sereinement l'avenir (3h).
- **« Pleine conscience »**, une pause toute en présence pour apaiser l'effervescence intérieure (1h).

- **« Maîtrise émotionnelle »**, modérer la surintensité émotionnelle qui parasite la relation à soi et aux autres (3h).
- **« Photolangage »**, quand l'image facilite l'expression des ressentis émotionnels (1h).
- **« Valorisation de soi »**, découvrir l'expérience d'une vision positive. et d'un regard bienveillant sur soi (3h).

OFFRES SPÉCIALES

Option détente :

- **Accès à l'Espace Détente :** piscine, jacuzzi, sauna, hammam. Séances d'aquagym, fitness et relaxation selon planning.
- **75 €* la semaine, 185 €* les 3 semaines.** Même tarif pour l'accompagnant !

Aquacuriste : 7 €* les 30 minutes.

Yoga ou Relaxation : 12 €* la séance.

* Prestations non prises en charge par le Régime Primaire d'Assurance Maladie.

TARIFS CONVENTIONNÉS EN €**

ORIENTATION	FORFAIT THERMAL selon prescription médicale		PLF	TFR	COMPLÉMENT TARIFAIRE*
	Nombre de soins d'hydrothérapie			=	
AFFECTIIONS PSYCHOSOMATIQUES	PSY1	54	474,44 €	449,95 €	24,49 €
	PSY2	36	612,05 €	580,45 €	31,60 €
	PSY3	45	597,66 €	566,80 €	30,86 €
	PSY4	54	697,56 €	661,55 €	36,01 €
RHUMATOLOGIE	RH1	72	538,30 €	510,51 €	27,79 €
	RH3	63	547,15 €	518,91 €	28,24 €

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

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

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

UN CADRE DE CURE ENTRE LE BLEU, LE BLANC ET LE VERT

Située dans le Pays de Gex (Ain), entre la frontière Suisse et la chaîne du Jura, Divonne-les-Bains est une station thermale de renommée internationale avec un **climat tonifiant dans un environnement naturel**. Le bassin genevois et ses promenades à couper le souffle, en plus des activités estivales et de la vue imprenable sur le Mont-Blanc, la ville recèle un hippodrome, un casino et un golf.

VENIR À DIVONNE-LES-BAINS

EN VOITURE

Depuis Paris, l'A7 jusqu'à Mâcon, puis A40 direction Genève, sortie Bellegarde, ou autoroute Suisse Genève-Lausanne, sortie Coppet/Divonne. Depuis Lyon, A42 puis A40 direction Genève.

PAR LE RAIL

Gare CFF de Genève-Cornavin, correspondance jusqu'à Coppet, puis bus TPN jusqu'à Divonne-les-Bains ou gare SNCF de Bellegarde/Valserine, puis TER autocar jusqu'à Divonne-les-Bains.

PAR AVION

À 10 min : Aéroport international de Genève-Cointrin.

OFFICE DE TOURISME

4 rue des Bains
01220 Divonne-les-Bains
Tél. 04 50 20 01 22
accueil@divonnelesbains.com
www.divonnelesbains.com



DIVONNE-LES-BAINS

INFOS PRATIQUES

THERMES VALVITAL

235 avenue des Thermes - 01220 Divonne-les-Bains

Directrice : **Corinne Beauvils-Lecoq** |

Tél. 04 50 20 05 70 | divonnecure@valvital.fr

COMMENT RÉSERVER ?

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

Toutes les étapes de votre réservation détaillées sur www.valvital.fr



INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

www.valvital.fr
info@valvital.fr
04 79 35 38 50

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

