

AIGA

RESORT · THERMAL

Châtel · Guyon

AUVERGNE

2022

7 MARS AU 3 DÉCEMBRE

CURE THERMALE & CURE PRÉVENTION SANTÉ

CHÂTEL-GUYON

AFFECTIONS DIGESTIVES ET DU MICROBIOTE · RHUMATOLOGIE
AFFECTIONS URINAIRES · DOUBLE ORIENTATION

CURE | CURE PREMIUM | RÉSIDENCE **** | RESTAURANT NUTRIGASTRONOMIQUE | COSMÉTIQUES | ACTIVITÉS



La nouvelle expérience thermale et touristique, à vivre et à partager, au cœur des volcans d'Auvergne !

Bienvenue à Châtel-Guyon ! Porte d'entrée du Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne, nichée entre plaine et montagne, notre cité thermale vous accueille au cœur d'un site naturel unique : la Chaîne des Puys - Faille de Limagne, reconnue patrimoine mondial de l'Unesco.



Dans un environnement préservé à l'architecture Art déco remarquable, Châtel-Guyon est une ville d'eaux accueillante et vivante, où vous aimerez vous ressourcer !

Grâce à la minéralité spécifique de ses eaux thermales naturelles, notre station est spécialisée dans le traitement des maladies chroniques digestives (particulièrement de l'intestin) et des pathologies rhumatologiques. Elle met toute son expertise à votre service depuis plus de 200 ans et s'inscrit désormais comme la référence européenne du microbiote, de la nutrition, du bien-être digestif et de la prévention santé.

Ainsi, alliant trésors naturels uniques et savoir-faire historique, Aïga resort thermal vous invite à vivre une nouvelle expérience thermale et touristique dédiée à votre pleine santé.



Cures thermales

Vous êtes en bonne santé et souhaitez le rester ?
Votre microbiote intestinal est altéré et vous souffrez de maladies chroniques digestives ou rhumatologiques ?
Les cures thermales de Châtel-Guyon vous permettent de préserver votre capital santé, de soulager durablement vos douleurs rhumatismales et articulaires ou vos troubles digestifs chroniques.

Accessibles à tous, elles vous offrent un traitement naturel, efficace et sans effet secondaire, idéal pour conserver ou retrouver une meilleure qualité de vie.

Deux établissements de soins ainsi qu'une équipe pluridisciplinaire spécialement formée mettent à votre disposition toute leur expertise thermale [écoute, qualité de soins et accompagnement spécifique] pour la réalisation de votre cure conventionnée ou prévention santé.

N'attendez plus pour offrir à votre santé et à votre microbiote tout le soin qu'ils méritent !



Séjours bien-être & loisirs

Passionné d'échappées belles et amateur de nature, découvrez Aïga resort thermal, pour un séjour ressourçant au cœur d'un site naturel d'exception.

Nouvel écrin thermal et touristique, Aïga resort thermal réunit rien que pour vous, en un seul et même lieu, tous les services nécessaires à la réalisation du séjour dont vous rêvez : un spa thermal et sa carte de soins 100% bio et naturels, une résidence de tourisme ****⁽¹⁾ intégrée pour accéder directement à votre espace de soins, un restaurant nutrigastronomique, une boutique, un large choix d'activités sportives, de détente et touristiques...

Tous les goûts sont dans la nature et sont à retrouver au sein d'Aïga resort thermal, que ce soit pour une pause relax en solo, une escapade en duo ou entre amis !

Pour en savoir plus, demandez notre brochure séjours bien-être et loisirs.

⁽¹⁾En cours de classement.

BIENVENUE À AÏGA RESORT THERMAL !

Unique en Europe, Aïga resort thermal est un complexe thermal et touristique nouvelle génération.

Idéalement implanté en cœur de ville, Aïga resort thermal a ouvert ses portes en 2020. Il associe et relie entre eux, en un seul et même lieu, tous les services nécessaires pour vous permettre de profiter pleinement de votre séjour en toute simplicité :



Cures thermales conventionnées et cures prevention santé



Soins bien-être



Cosmétiques



Hébergement



Restauration



Groupes et séminaires

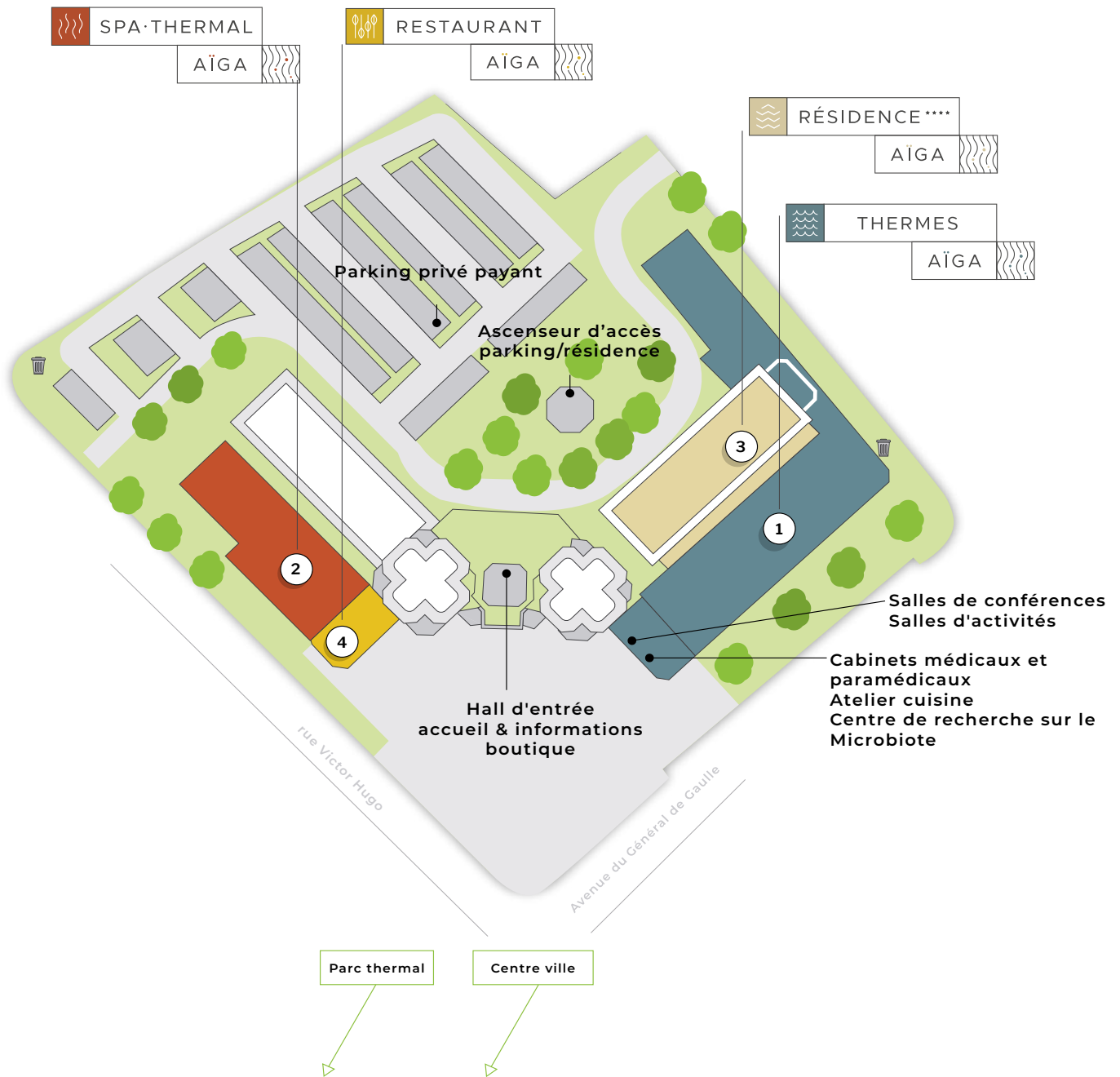


Établissement thermal



Établissement thermal premium





Résidence****⁽¹⁾ directement reliée à vos espaces de soins



⁽¹⁾ en cours de classement



Restaurant nutriganomique



UNE CURE THERMALE POURQUOI ?

Vous souffrez de maladies chroniques ? La médecine thermale permet de soulager naturellement et durablement vos douleurs et de retrouver une meilleure qualité de vie. Les cures sont un allié remarquable pour préserver votre capital santé et vous prémunir contre certaines maladies.

Les propriétés thérapeutiques de l'eau minérale de Châtel- Guyon sont avérées, **notamment pour le traitement des déséquilibres du microbiote intestinal à l'origine des maladies de l'intestin et de la plupart des affections rhumatismales chroniques** dont vous souffrez. Agréée par le Ministère de la Santé, votre cure médicalisée dans notre station est remboursée sur prescription médicale par l'Assurance Maladie.

Selon votre état de santé et vos affections, votre médecin traitant vous prescrit une cure thermale en simple ou en double orientation. Votre médecin thermal déterminera ensuite les soins les plus bénéfiques pour vos pathologies (4 soins en simple orientation ou 6 soins par jour en double orientation).

Pendant trois semaines, vivez au rythme des soins d'hydrothérapie. Vos 4 ou 6 soins quotidiens vous sont prodigués en association d'une demi-journée de repos ou d'activités physiques ou de loisirs.

Si vous avez une activité professionnelle, notre équipe s'organise pour vous proposer des horaires compatibles avec votre agenda (sous réserve de disponibilité).



SOMMAIRE



AĪGA RESORT, VOTRE NOUVEL ÉCRIN THERMAL ET TOURISTIQUE..... 2

Mes avantages lors de ma cure thermale 8

MA CURE CONVENTIONNÉE 9

Mon eau minérale naturelle thérapeutique 10

Les principales pathologies traitées 11

Mes démarches pour organiser ma cure 12

Médecins thermaux 13

Mes soins thermaux 14

Mon programme spécifique Colopathie /

M.I.C.I ou Fibromyalgie 16

Tarifs des cures 18

MA CURE PRÉVENTION SANTÉ 19

Ma demi-journée découverte des soins de 1 à 5 jours 20

Mon séjour Rhumatologie ou Bien-être digestif 21

Mes offres spéciales 22

MES ACTIVITÉS ET MES PARCOURS 23

Les activités nutrition santé 24

Les parcours santé et prévention 25

Mes activités santé et prévention à la carte 26

MON ÉTABLISSEMENT THERMAL 27

L'établissement thermal 29

L'établissement thermal premium 30

MON HÉBERGEMENT INTÉGRÉ 33

Aïga résidence****⁽¹⁾ 34

Des appartements de grand confort 35

Les tarifs 36

Autres services 38

MON MICROBIOTE ET MON ALIMENTATION 39

Aïga resort et le laboratoire PiLeJe, un partenariat dédié à la santé du microbiote intestinal 40

Aïga restaurant 41

MES SOINS DE BIEN-ÊTRE 42

MES OFFRES DE PARRAINAGE 43

⁽¹⁾En cours de classement.

MES AVANTAGES

Lors de ma cure thermale conventionnée
ou de ma cure prévention santé



HÉBERGEMENT

Économisez jusqu'à 20% sur votre hébergement à la résidence Aïga^{****(1)} pour un séjour de 21 nuits (*détails p.36*).

- 20% si la réservation se fait avant le 31/01/2022
- 15% si la réservation se fait avant le 31/03/2022

SOINS DE BIEN-ÊTRE

Bénéficiez de **15% de remise sur tous les forfaits de soins de bien-être** proposées à Aïga spa thermal (accessibles pour toute cure thermale de 5 jours de soins minimum réalisée).

Demandez notre brochure bien-être ou consultez notre site aiga-resort.com



⁽¹⁾En cours de classement.



MA CURE CONVENTIONNÉE

- 18 jours de cure de 4 à 6 soins par jour en moyenne (simple ou double orientation).
- Une eau thermale aux effets uniques sur les maladies de l'intestin et les pathologies rhumatologiques.
- Des soins pour vos pathologies et un savoir-faire spécifique reconnu.
- Une équipe qualifiée à votre écoute.
- Une amélioration de la qualité de vie effective (diminution des douleurs, des troubles digestifs, amélioration du régime alimentaire...).



MON EAU MINÉRALE NATURELLE THÉRAPEUTIQUE

L'ORIGINE DE L'EAU :

un voyage au centre de la terre

L'eau de Châtel-Guyon jaillit au cœur de la cité thermale, après s'être infiltrée à une profondeur de plus de 3 500 m. Son cheminement s'effectue lentement à travers le riche sous-sol sédimentaire de la plaine de la Limagne, formé il y a 25 millions d'années. C'est également au contact de roches siliceuses volcaniques que l'eau de Châtel-Guyon acquiert sa minéralité exceptionnelle.

NOTRE "MÉDICAMENT" NATUREL :

L'eau de Châtel-Guyon est une eau chloro-bicarbonatée calcique. Elle est la plus riche d'Europe en magnésium et est également très fortement concentrée en silicium et en oligo-éléments.

Les différentes sources utilisées pour les soins ont toutes la même composition. Leur température (entre 19° et 37°C), leur PH (entre 6,7 et 6,9) et leur concentration sont par contre légèrement différents.

LES EFFETS DE L'EAU :

L'eau thermale de Châtel-Guyon agit comme un médicament. Elle a des effets directs sur l'organisme lorsqu'elle est ingérée (cure de boisson), et des effets mécaniques et thermiques indirects en soins externes (soins d'hydrothérapie).

Sur le plan digestif, on constate une régularisation du transit intestinal, une action anti-inflammatoire au niveau de la muqueuse intestinale et une action réparatrice de la barrière et du microbiote intestinal.

Au niveau rhumatologique, les oligo-éléments et les sels minéraux qui franchissent la barrière cutanée ont un effet antalgique, sédatif et relaxant. Sa concentration en silicium, constituant essentiel du cartilage, est exceptionnelle, ainsi que sa concentration en magnésium et lithium qui agissent favorablement sur l'état général : diminution de l'état de stress, atténuation des crampes et des spasmes musculaires, stimulation des défenses immunitaires, amélioration de la tonicité générale.



ÉTUDE SCIENTIFIQUE

PROBIOTHERM

L'efficacité de la cure thermale de Châtel-Guyon est désormais scientifiquement démontrée.

Une première dans le domaine médical, l'étude PROBIOTHERM vient de confirmer les bienfaits ressentis par les patients présentant un SII⁽¹⁾ qui viennent suivre une cure thermale à Châtel-Guyon.

Cette étude observationnelle a été réalisée sur 161 patients, en utilisant les critères d'évaluation standards des études scientifiques :

1. Score de sévérité du SII de Francis (diminution moyenne du score de 276,2 à 214,6 en 18 jours et confirmée au bout de 3 mois).
2. Évaluation de la consistance des selles par l'Échelle de Bristol⁽²⁾ (Normalisée en 18 jours et confirmée au bout de 3 mois).
3. Évolution positive de la qualité de vie selon le questionnaire GIQLI (Gastrointestinal Quality of Live) de 83 à 95,3 en 18 jours, maintenue à 90,4 au bout de 3 mois.

Conclusion de l'étude : La réduction significative de la sévérité des symptômes du syndrome de l'intestin irritable et l'augmentation de la qualité de vie confirment les effets positifs de la cure thermale de Châtel-Guyon. Ces effets s'expliquent notamment par une amélioration des douleurs abdominales et du transit intestinal.

Les principaux actifs :

Mg

Magnésium

action anti-inflammatoire sur la muqueuse intestinale

Si

Silicium

constituant du cartilage osseux

Li

Lithium

effet anti-stress

Ca

Calcium

effet anti-rhumatismal

CO₂

CO₂ dissous

vasodilatateur sanguin

+

+ minéraux essentiels

silicate, potassium, strontium, manganèse...

⁽¹⁾SII : Syndrome de l'Intestin Irritable.

⁽²⁾L'échelle de Bristol ou les selles de Bristol (en anglais : Bristol Stool Scale) est une échelle visuelle répartissant les selles humaines en sept types [...] La forme des selles dépend du temps qu'elles ont passé dans le côlon.

LES PRINCIPALES PATHOLOGIES TRAITÉES

ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES	APPAREIL DIGESTIF ET URINAIRE (AD-AU)	RHUMATOLOGIE (RH)
<p>LES PRINCIPALES PATHOLOGIES TRAITÉES</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Syndrome de l'Intestin Irritable (S.I.I.) également nommé Colopathie fonctionnelle : douleurs coliques, ballonnement, troubles du transit (constipation - diarrhée - alternance des deux). • Colites diverticulaires (complication de la diverticulose colique), post-médicamenteuses (laxatifs, antibiotiques...), post-parasitaires (amibiase...). • Maladies Inflammatoires Chroniques de l'Intestin (M.I.C.I.) hors poussées aiguës : Maladie de Crohn et Recto-Colite Hémorragique. • Rectite post-radiothérapie du cancer de la prostate. • Infections urinaires : cystites à répétition à germes intestinaux. • Maladies métaboliques. 	<ul style="list-style-type: none"> • Arthrose dans toutes ses localisations et manifestations : cervicarthrose, névralgie cervicale et cervico-brachiale, dorsarthrose, lombarthrose, lombalgie et lombosciatique, coxarthrose, gonarthrose, arthrose des mains. • Rhumatismes ab-articulaires : périarthrite, tendinite, bursite. • Rhumatismes inflammatoires chroniques en dehors des poussées : pelvispondylite rhumatismale, polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante. • Séquelles douloureuses des traumatismes ostéo-articulaires et de la chirurgie orthopédique. • Fibromyalgie. • Algoneurodystrophie.
<p>LES BÉNÉFICES DE LA CURE THERMALE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Régulation du transit : diminution des diarrhées, de la constipation ou de l'alternance des deux. • Soulagement des douleurs coliques et troubles associés (ballonnement, météorisme). • Atténuation de l'inflammation intestinale (action directe sur la muqueuse). • Diminution de la perméabilité intestinale. • Diminution de la prise de médicaments à visée digestive. • Confort et qualité de vie améliorés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Soulagement des douleurs articulaires. • Diminution de la prise de médicaments. • Amélioration de la souplesse et de la mobilité. • Confort et qualité de vie améliorés.
<p>LES BÉNÉFICES DES PROGRAMMES D'ACCOMPAGNEMENT DE CURE (voir détail page 17)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trouver une écoute et des conseils personnalisés auprès de professionnels de santé (nutrition, psychologie, activités physiques, etc.). • Apprendre à mieux gérer les crises et les symptômes au quotidien. • Échanger avec d'autres patients et bénéficier de leur expérience. • Profiter du soutien du groupe au quotidien pendant son séjour. 	
<p>LES BÉNÉFICES DES ATELIERS ET PARCOURS SANTÉ (voir détail pages 24 à 26)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir des techniques à effectuer chez soi pour soulager ses douleurs. • Lutter contre l'instabilité articulaire. • Trouver l'alimentation santé adaptée à sa pathologie et ses envies. • Renforcer ses muscles. • Évacuer et gérer le stress. • Être mieux dans son corps et dans sa tête. • Agir pour préserver son capital santé. 	

MES DÉMARCHES POUR ORGANISER MA CURE

1 } Je prends rendez-vous avec mon médecin traitant ou mon spécialiste

Lui seul peut remplir mon «formulaire de cure thermique - questionnaire de prise en charge» en prescrivant :

- soit **une orientation thérapeutique simple** Appareil Digestif et Urinaire (AD/AU) ou Rhumatologie (RH) au rythme, de 4 soins quotidiens.
- soit **une double orientation permettant de traiter efficacement pendant la même cure les pathologies rhumatismales et digestives** avec 6 soins par jour.

Mon médecin prescripteur doit remplir mon "formulaire de cure thermique - questionnaire de prise en charge". La prise en charge délivrée par l'Assurance Maladie est valable sur une année civile en cours.

2 } J'envoie à ma caisse d'affiliation mon "formulaire cure thermique - questionnaire de prise en charge" et ma déclaration de ressources

Elle m'enverra en retour une «prise en charge administrative de cure thermique et facturation» composée de 2 ou 3 volets :

- le 1^{er} pour le médecin thermal,
- le 2^e pour le centre thermal,
- le 3^e pour les frais de voyage et de séjour (sous conditions de ressources).

Tous les détails sur le site de l'Assurance Maladie : ameli.fr

3 } Je réserve ma cure et mon hébergement sans attendre ma prise en charge

Je complète le bulletin de réservation pour ma cure et pour mon hébergement intégré à la résidence Aïga^{****(1)}, directement reliée à mon centre de soins. Je joins le dépôt de garantie correspondant au choix de mon établissement. Je peux régler en plusieurs fois sans frais mon séjour (voir le formulaire SEPA joint).

À noter : Ce dépôt ne s'applique pas aux assurés sociaux dans les situations suivantes : accidents du travail (AT), affections de longue durée (ALD), Article 212-1 (ancien article 115) et bénéficiaires de la CSS (Complémentaire Santé Solidaire). Dans tous ces cas, je dois fournir la photocopie d'un justificatif valable pour l'année 2022, pour bénéficier de cette dispense.

⁽¹⁾ Résidence en cours de classement.

⁽²⁾ Seul le slip de bain est autorisé pour les hommes et le maillot de bain deux pièces est conseillé pour les femmes.

⁽³⁾ Port obligatoire dans le centre de soins par mesure d'hygiène et de sécurité.

⁽⁴⁾ Toute personne venant en cure sans être en possession de l'original de sa prise en charge ne pourra bénéficier du tiers payant et devra avancer la totalité des frais de traitement.

À l'élaboration de mon planning et après l'encaissement de mon dépôt de garantie, je recevrai un courrier de confirmation pour mon séjour précisant l'horaire de mon 1^{er} soin, pour mon premier jour de cure.

Si besoin, je contacte l'Office de tourisme Terra Volcana, bureau de Châtel-Guyon, pour obtenir la liste des hébergements au 04 73 86 01 17 ou accueil@terravolcana.com (site : terravolcana.com).

4 } Je prends rendez-vous chez l'un des médecins thermaux de Châtel-Guyon

Il établira un programme personnalisé de soins en fonction de mes besoins, suivra le cours de ma cure thermique et réalisera un bilan en fin de séjour (voir liste ci-contre).

5 } Je me présente dans le hall d'entrée principal, Aïga resort thermal

Dès le 1^{er} jour de soins, avec la confirmation de ma réservation de cure, mon maillot de bain⁽²⁾, mes sandales antidérapantes⁽³⁾, mon bonnet de bain et un verre thermal gradué (sandales et bonnet offerts si je fais ma cure à l'établissement thermal premium.)

Je prévois également, si besoin selon le programme de soins établi par le médecin thermal, le matériel de soins internes Appareil digestif : sondes et canules (en vente sur place). Ce matériel est à fournir par vos soins à l'agent thermal.

6 } Je prends connaissance de l'heure de mon rendez-vous avec le Service client

Indiqué sur mon planning provisoire, remis lors de mon 1^{er} jour de soins, ce rendez-vous me permet de finaliser mon dossier et de régler ma cure. Je me présente avec le volet n°2 de la prise en charge⁽⁴⁾, l'ordonnance thermique et un moyen de paiement.

7 } Je règle

Règlement du ticket modérateur et du complément tarifaire à effectuer lors de mon rendez-vous auprès du Service client dans le courant de la 1^{ère} semaine de cure (en cas d'absence en soins, aucune proratisation ne sera effectuée). La facture totale de ma cure me sera remise le dernier jour de mes soins (18 jours consécutifs sauf le dimanche) et sera envoyée par mes soins, si nécessaire, à ma mutuelle pour remboursement.

LISTE DES MÉDECINS THERMAUX

Avant mon arrivée en cure, je prends rendez-vous avec un médecin thermal de la station :

Docteur Bernard AMÉDÉO

Cabinet médical Aïga resort thermal
9 A avenue du Général de Gaulle
63140 Châtel-Guyon
Tél. : 04 73 86 00 08

Docteur Régine BRUNAT

10 avenue de Belgique
63140 Châtel-Guyon
Tél. : 04 73 86 16 86

Docteur Jean-Pierre COULON

37 avenue Baraduc
63140 Châtel-Guyon
Mail : jp.coulon69@gmail.com
Tél. : 07 81 62 70 61

Docteur Marc GUALINO

6 rue d'Angleterre
63140 Châtel-Guyon
Mail : dr.marc.gualino@wanadoo.fr
Tél. : 04 73 86 09 94

Docteur Karine MARTIN-DAILLAN

Cabinet médical Aïga resort thermal
9 A avenue du Général de Gaulle
63140 Châtel-Guyon
Tél. : 04 73 86 00 08



NOS ENGAGEMENTS SANITAIRES

à retrouver sur notre site :
aiga-resort.com

QUESTIONS PRATIQUES

• **Jours de soins**

Les soins sont prodigués du lundi au samedi, jours fériés inclus. Fermeture hebdomadaire de nos établissements thermaux le dimanche.

• **Personnes à mobilité réduite**

Notre établissement est accessible aux personnes autonomes. En cas de nécessité, vous devez prévoir la présence d'une personne extérieure pour vous accompagner dans les services de soins (famille, aide-soignants...).

• **Les enfants et la cure**

Nos espaces de soins thermaux sont habilités à recevoir les enfants en soins sous la surveillance d'un adulte.



MES SOINS THERMAUX : TOUT UN SAVOIR FAIRE

Votre cure thermale conventionnée se compose de 18 jours de soins, réalisés du lundi au samedi, durant trois semaines. Elle comprend 4 à 6 soins en moyenne par jour.

Les soins délivrés dans l'établissement thermal et dans l'espace de cure premium respectent le mode d'administration et la durée des soins conformément à la convention thermale nationale.



LA CURE DE BOISSON⁽¹⁾

L'eau thermale de Châtel-Guyon est un véritable médicament. Elle est consommée par voie orale, plusieurs fois par jour. Cette prise d'eau s'effectue sur prescription médicale car le choix des sources, la quantité d'eau ingérée, les horaires et le mode de consommation varient en fonction de chaque pathologie.



LA DOUCHE LOCALE ABDOMINALE AU JET

Réalisée en position allongée, l'agent thermal applique le jet sur le ventre, dans un mouvement circulaire, en respectant le sens du transit intestinal. Son effet antispasmodique et décontractant permet de réduire les spasmes et l'action antalgique de la douche favorise la diminution de la sensibilité abdominale.

L'ENTÉROCLYSE OU GOUTTE-À-GOUTTE INTESTINAL⁽¹⁾

Spécialité de Châtel-Guyon, l'entéroclyse est une instillation douce d'eau thermale dans le rectum, diffusée en goutte-à-goutte. Mise en contact directe avec la muqueuse intestinale, l'eau thermale réalise un véritable pansement intestinal, grâce à son action cicatrisante, anti-inflammatoire et calmante. Ce soin peut être accompagné d'un grand cataplasme abdominal d'argile chaud permettant une action antispasmodique grâce à l'effet sédatif et relaxant de la chaleur. Le poids contribue également à réduire le ballonnement.

LA DOUCHE INTESTINALE⁽¹⁾

Lavement évacuateur à l'eau thermale, ce soin permet de préparer le côlon à recevoir l'entéroclyse (goutte-à-goutte intestinal) et d'assurer une meilleure efficacité de la cure de boisson. Elle peut être réalisée 1 à 2 fois par semaine dans les cas de grandes constipations.



LE BAIN DE BOUE EN PISCINE

Soin majeur de l'indication rhumatologie, le bain de boue est réalisé en immersion complète du corps dans un mélange composé d'eau thermale et d'argile montmorillonite. La densité du mélange thermal offre une sensation d'apesanteur qui facilite la décontraction musculaire et favorise la souplesse articulaire. Des jets de boue, cervicaux et lombaires, viennent compléter les effets antalgique et relaxant du bain.



LES CATAPLASMES D'ARGILE

(application locale unique et multiple)

Imbibés d'eau thermale, les cataplasmes sont appliqués chauds, en contact direct avec la peau, sur les zones prescrites par le médecin thermal (articulations et/ou abdomen). Ils ont une action antalgique, myorelaxante et anti-inflammatoire à la fois immédiate et durable en rhumatologie.



LA PISCINE THERMALE

Réalisation de mouvements doux, dans un bassin d'eau thermale chaude, sous la direction d'un agent thermal de soins. La poussée d'Archimède diminue le poids du corps : la mobilisation douce en apesanteur relative est plus facile, elle atténue les douleurs et diminue les contractures tout en renforçant la musculature.

MAIS AUSSI : aérobain, bain douche en immersion, bain douche sous marine, compresses thermales chaudes, douche de forte pression sous immersion en piscine, douche générale au jet, douche pénétrante, étuve des mains, irrigation vaginale⁽¹⁾, manu-boue, manudouche-pédidouche, massage, pulvérisation anale et périnéale...



NOUVEAU

LE FORFAIT DE MESSAGES NON THÉRAPEUTIQUES SOUS EAU THERMALE

9 ou 18 séances de 10 minutes de modelage sous affusion d'eau thermale pour favoriser relâchement et décontraction abdominale ou musculaire par un agent thermal.

Le forfait 9 massages : 90€
Le forfait 18 massages : 170€

Séances planifiées pendant les 3 semaines de cure.

Optionnels, ces forfaits ne sont pas pris en charge par l'Assurance Maladie.

Pensez à compléter votre cure avec des soins à la carte :

Informations et réservation auprès du Service client. Ils sont accessibles à l'unité uniquement en complément de l'un de nos forfaits de soins.

(1) Soins nécessitant un équipement (verre de cure, sondes et/ou canules à usage unique) non remboursé par le régime primaire d'Assurance Maladie. Ces équipements (non inclus dans la réservation d'une cure) sont en vente libre à la boutique de l'établissement (au prix affiché). Prescription médicale nécessaire pour nos soins internes et sous réserve de disponibilité. Accès aux buvettes réglementé avec une carte magnétique disponible sur demande (caution de 10 € demandée).

MON PROGRAMME SPÉCIFIQUE D'ACCOMPAGNEMENT DE CURE



Renforcez l'efficacité de votre cure thermale par un programme d'activités

Pour compléter votre cure, améliorer son efficacité et vous aider à mieux gérer vos pathologies chroniques, nous avons élaboré des programmes spécifiques dans un objectif de pleine santé. Conseils et ateliers nutrition pour l'équilibre de votre microbiote se combinent avec des activités relaxantes et anti-stress favorisant votre bien-être.

Ces programmes sont organisés en sessions de 8 à 12 personnes, à des dates spécifiques, pour vous garantir un accompagnement optimal.



PROGRAMME
SANTÉ ET BIEN-ÊTRE DIGESTIF.....169€⁽¹⁾

Colopathie, maladie de Crohn et Recto-Colite Hémorragique

- En complément de votre forfait de soins.

Les ateliers et les conférences réalisés par nos experts vous aident à retrouver confiance, à vous relaxer et vous apportent conseils et astuces pour découvrir la nutrition santé.

Ce programme comprend :

- **2 séances de Groupe de parole et d'écoute** autour de la Colopathie et des maladies inflammatoires chroniques de l'intestin (M.I.C.I.) 2h00
- **3 séances de Sophrologie** 1h00
- **1 atelier de Gestion du stress et de la douleur** 1h30
- **1 conférence "Une alimentation mieux-être pour mon ventre"** 1h30
- **1 atelier de cuisine santé** pour vous apprendre de manière simple et ludique les bases de la nutrigastronomie 2h00
- **1 conférence-atelier "Les bienfaits de l'Hypnose thérapeutique dans les maladies chroniques intestinales"** 1h30

NOUVEAU :

- **1 bilan** pour évaluer votre condition physique avec un coach sportif ASM vitalité 1h00
- **2 activités physiques adaptées** à votre santé (hors méditation de pleine conscience)
- **1 accès aux équipements de bien-être du spa :** bassin de détente de 150 m², bain à remous et solarium extérieurs, tisanderie... (détail p. 42)
- **La présence d'une association de patients** durant votre cure pour échanger et trouver des conseils utiles.

Ces activités se déroulent les après-midis.

RÉSERVATION FORTEMENT CONSEILLÉE
(nombre limité de places)

Dates des sessions⁽²⁾ :

- du lundi 28 mars au samedi 16 avril
- du lundi 11 juillet au samedi 30 juillet
- du lundi 3 octobre au samedi 22 octobre



PROGRAMME
MIEUX VIVRE SA FIBROMYALGIE.....169€⁽¹⁾

Fibromyalgie - En complément de votre forfait de soins.

Que votre fibromyalgie soit accompagnée ou non de troubles digestifs, nous vous proposons de profiter des bienfaits de la relaxation conduite par des experts et des conseils nutritionnels pour vous aider à diminuer les déséquilibres du microbiote fréquemment associés à votre pathologie.

Ce programme comprend :

- **1 AVANTAGE SOIN :** Le doublement des zones d'application de cataplasmes sur prescription de votre médecin thermal.
- **2 séances de Groupe de parole et d'écoute** autour de la Fibromyalgie 2h00
- **3 séances de Relaxation** par le mouvement 1h00
- **1 atelier de Gestion du stress et de la douleur** ... 1h30
- **1 conférence «Ne nourrissez plus votre douleur»** 1h30
- **1 atelier de cuisine santé** pour vous apprendre de manière simple et ludique les bases de la nutrigastronomie.....2h00
- **1 conférence-atelier «Les bienfaits de l'Hypnose thérapeutique dans la Fibromyalgie»** 1h30

NOUVEAU :

- **1 bilan** pour évaluer votre condition physique avec un coach sportif ASM vitalité1h00
- **2 activités physiques adaptées** à votre santé (hors méditation de pleine conscience)
- **1 accès aux équipements de bien-être du spa :** bassin de détente de 150 m², bain à remous et solarium extérieurs, tisanderie... (détail p. 42)
- **La présence d'une association de patients** durant votre cure pour échanger et trouver des conseils utiles.

Ces activités se déroulent les après-midis.

RÉSERVATION FORTEMENT CONSEILLÉE
(nombre limité de places)

Dates des sessions⁽²⁾ :

- du lundi 18 avril au samedi 7 mai
- du lundi 11 juillet au samedi 30 juillet
- du lundi 14 novembre au samedi 3 décembre



⁽¹⁾Supplément non pris en charge par l'Assurance Maladie à ajouter au montant du forfait thermal de soins prescrit.

⁽²⁾En dessous de 8 personnes, le programme d'accompagnement thérapeutique est susceptible d'être annulé ou modifié.

TARIFS DES CURES

LE REMBOURSEMENT DE MA CURE

Selon l'article L162-39 du code de la Sécurité Sociale, le tarif d'une cure thermale depuis 2014 est composé d'un **tarif forfaitaire de responsabilité** faisant l'objet d'une prise en charge par l'Assurance Maladie entre 65% et 100% selon votre situation (voir tableau ci-dessus) à ce montant, **s'ajoute un complément tarifaire selon le programme de soins prescrit** par le médecin thermal. Ce complément n'est pas pris en charge par l'Assurance Maladie, mais peut-être remboursé par votre mutuelle.

HONORAIRES DU MÉDECIN THERMAL	70% ou 100% si vous êtes exonéré du ticket modérateur	Un médecin conventionné secteur I applique le prix forfaitaire fixé par la Sécurité Sociale.
SOINS THERMAUX		
TARIF FORFAITAIRE DE RESPONSABILITÉ	65% ou 100% si vous êtes exonéré du ticket modérateur	Les assurés du régime général bénéficient du tiers-payant les dispensant de l'avance des frais thermaux pris en charge par leur Caisse d'Assurance Maladie.
COMPLÉMENT TARIFAIRE	à la charge du curiste sauf pour les titulaires de la CMU-C et ACS	À la charge du curiste quel que soit son taux de prise en charge. Le montant est fixé annuellement par l'Assurance Maladie (certaines mutuelles peuvent prendre en charge ce complément, renseignez-vous).
FRAIS DE TRANSPORT	En fonction de vos ressources	Montant du billet SNCF A/R en 2 ^e classe entre la gare la plus proche de votre domicile et le lieu de votre cure, quel que soit le mode de transport que vous utilisez (si votre état de santé le justifie et dans le cas où vos frais de transport sont remboursables, ceux d'une tierce personne vous accompagnant sont également remboursables).
FRAIS D'HÉBERGEMENT	En fonction de vos ressources	Forfait de remboursement limité à 150€. Certaines mutuelles peuvent prendre en charge une partie des frais.
AUTRES FRAIS DE SÉJOUR	0%	Vos dépenses personnelles sont entièrement à votre charge.

	TARIF FORFAITAIRE DE RESPONSABILITÉ ⁽¹⁾	COMPLÉMENT TARIFAIRE		TARIF FORFAITAIRE DE RESPONSABILITÉ ⁽¹⁾	COMPLÉMENT TARIFAIRE
SIMPLE ORIENTATION			DOUBLE ORIENTATION		
Forfait Appareil digestif et urinaire AD/AU 1 : 72 soins et cure de boisson	489,25€	38,40€	Forfait AD/AU 1/Rhumatologie : 72 soins AD/AU, 36 soins RH et cure de boisson	748,33€	58,73€
Forfait Appareil digestif et urinaire AD/AU 3 : 63 soins, 9 massages par kinésithérapeute ⁽²⁾ et cure de boisson	541,17€	42,48€	Forfait AD/AU 3 / Rhumatologie : 63 soins et 9 massages par kinésithérapeute ⁽²⁾ AD/AU, 36 soins RH et cure de boisson	800,25€	62,81€
Forfait Rhumatologie RH 1 : 72 soins et cure de boisson	518,17€	40,66€	Forfait RH 1/Appareil digestif et urinaire : 72 soins RH, 36 soins AD/AU et cure de boisson	762,80€	59,86€
Forfait Rhumatologie RH 3 : 63 soins, 9 massages par kinésithérapeute ⁽²⁾ et cure de boisson	590,86€	46,38€	Forfait RH 3/Appareil digestif et urinaire : 63 soins et 9 massages par kinésithérapeute ⁽²⁾ RH, 36 soins AD/AU et cure de boisson	835,49€	65,58€

⁽¹⁾ Montants donnés à titre indicatif, les tarifs de la cure thermale et du complément tarifaire 2022 ne sont pas diffusés par l'Assurance Maladie à la date d'édition de cette brochure.

⁽²⁾ Forfait de soins prescrit sous réserve de disponibilité des soins réalisés par un kinésithérapeute.

MA CURE **PRÉVENTION SANTÉ**

- Profiter des bienfaits des eaux thermales à partir d'1 jour.
- Prendre soin de moi, de manière préventive ou curative, grâce à un court séjour de 6 jours.
- Prolonger les bénéfices de ma cure conventionnée durant l'année.



MA CURE PRÉVENTION SANTÉ

Toute l'efficacité thermale à votre rythme. Vous êtes en bonne santé et souhaitez le rester en vous accordant une pause thermale ? Vous voulez prolonger les effets bénéfiques de votre cure thermale ? Ou tout simplement accompagner un curiste ? Venez tester nos cures prévention santé et choisissez la durée qui vous convient.

Les soins sont réalisés du lundi au samedi. Prestations non prises en charge par l'Assurance Maladie.



CONSEILS

Réservez votre hébergement au sein d'Aïga résidence****⁽¹⁾ et profitez d'une offre spéciale séjour à un tarif préférentiel ! (voir pages 22 et 37)

MA DEMI-JOURNÉE DÉCOUVERTE DES SOINS THERMAUX⁽²⁾ à partir d'1 jour

Vous souhaitez découvrir les bienfaits de nos eaux thermales, tester nos soins et rencontrer notre équipe en prévision d'une cure ou tout simplement prendre soin de vous ? Laissez-vous tenter avec notre formule «découverte» !

4 soins par 1/2 journée

Réservation obligatoire. Soins parmi la liste suivante (la planification se fera en fonction des disponibilités) :

- Bain
- Bain de boue
- Douche générale au jet
- Douche locale au jet
- Douche sous immersion en piscine
- Pédidouche - manudouche
- Douche pénétrante
- Étuve des mains et des pieds
- Manu-boue

ÉTABLISSEMENT THERMAL (détail page 28)

53€

ÉTABLISSEMENT THERMAL PREMIUM (détail page 30)

75€

⁽¹⁾ Résidence en cours de classement.

⁽²⁾ Formule modulable de 1 à 5 jours, sans prescription médicale. Au-delà de 3 jours, un certificat de non-contre-indication vous sera demandé.

LES SÉJOURS DE 6 JOURS

MON SÉJOUR LIBRE DE 6 JOURS - 4 SOINS PAR 1/2 JOURNÉE

Séjour Bien-être digestif

Soins parmi la liste suivante (la planification se fera en fonction de nos disponibilités) :

- Bain (hors bain de boue)
- Cataplasme abdominal
- Douche générale au jet
- Douche locale au jet abdominale
- Douche sous immersion en piscine
- Entéroclyse (3 maximum) - Pour ce soin, une consultation du médecin thermal est obligatoire.

Séjour Rhumatologie

Soins parmi la liste suivante (la planification se fera en fonction de nos disponibilités) :

- Bain
- Bain de boue
- Douche générale au jet
- Douche locale au jet
- Douche de forte pression sous immersion en piscine
- Étuve locale des mains
- Manu-boue
- Pédidouche-Manudouche

Établissement thermal : **309€** (la demi-journée supplémentaire : 45€)
Établissement thermal premium : **399€** (la demi-journée supplémentaire : 61€)

MES SOINS DIGESTIFS EN OPTION

Pack 2 soins digestifs

Nécessitant la prescription d'un médecin thermal de la station. (voir liste p. 13)

2 soins par jour au choix (sous réserve de disponibilité) **parmi la liste suivante :**

- Entéroclyse
- Cataplasme abdominal
- Douche intestinale
- Irrigation vaginale
- Pulvérisation anale et périnéale

Ou 1 soin ci-dessus + 1 des soins ci-dessous au choix (sous réserve de disponibilité) **parmi :**

- Bain (hors bain de boue)
- Douche générale au jet
- Douche locale au jet abdominale
- Douche sous immersion en piscine

Établissement thermal : la 1/2 journée **40€**
Établissement thermal Premium : la 1/2 journée **49€**

Pack cure de boisson

Nécessitant la prescription d'un médecin thermal de la station. (voir liste p. 13)

Seul ou en complément de mon séjour libre.

6 jours **19€**
18 jours **55€**
Journée supplémentaire **3€**

CHOIX DE VOS SOINS

Lors de votre réservation, communiquez-nous votre souhait de soins. Nous élaborerons votre planning selon nos disponibilités. En complément de votre cure prévention santé et/ou de votre Pack 2 soins digestifs, des soins à la carte peuvent être ajoutés, sur place, lors de votre séjour.

MES OFFRES SPÉCIALES

CURES PRÉVENTION SANTÉ

Des forfaits hébergement et soins à tarifs avantageux suivant les périodes de l'année⁽¹⁾ :

DATES	CONTENU	TARIFS	OPTIONS
06/03 au 02/04 et du 06/11 au 03/12	6 nuits à la résidence Aïga**** ⁽²⁾ . 6 jours de soins en bien-être digestif ou rhumatologie à l'établissement thermal. (4 soins/jour)	549€	<ul style="list-style-type: none"> • supplément soins dans l'établissement thermal premium 67€/pers • 1 accompagnant avec soins 232€ • 1 accompagnant sans soins gratuit dans le même logement • restauration (voir page 41) • assurance annulation
03/04 au 04/06 et du 02/10 au 05/11	6 nuits à la résidence Aïga**** ⁽²⁾ . 6 jours de soins en bien-être digestif ou rhumatologie à l'établissement thermal. (4 soins/jour)	599€	<ul style="list-style-type: none"> • supplément soins dans l'établissement thermal premium 67€/pers • 1 accompagnant avec soins 232€ • 1 accompagnant sans soins gratuit dans le même logement • restauration (voir page 41) • assurance annulation
05/06 au 01/10	6 nuits à la résidence Aïga**** ⁽²⁾ . 6 jours de soins en bien-être digestif ou rhumatologie à l'établissement thermal. (4 soins/jour)	699€	<ul style="list-style-type: none"> • supplément soins dans l'établissement thermal premium 67€/pers • 1 accompagnant avec soins 232€ • 1 accompagnant sans soins gratuit dans le même logement • restauration (voir page 41) • assurance annulation



OFFRES SPECIALES CURES PREVENTION SANTE (hors hébergement)

Curistes fidèles⁽³⁾ :

20% de remise toute la saison
sur les cures de 6 jours de soins et plus.
30% de remise sur les cures de 6 jours de soins
et plus du 07/11 au 03/12.

Accompagnants :

20% de remise toute la saison
sur les cures de 6 jours et plus.

⁽¹⁾ Offres valables en studio Alou à la résidence Aïga****⁽²⁾, nombre de places limitées - non cumulables avec d'autres opérations en cours.

⁽²⁾ Résidence en cours de classement.

⁽³⁾ Pour bénéficier de ces tarifs, je dois avoir effectué une cure thermale durant la saison 2020 et/ou 2021.



MES ACTIVITÉS ET MES PARCOURS

Aïga resort thermal, votre resort thermal de pleine santé vous accompagne avec ses professionnels pour vous proposer des programmes issus des préconisations du Plan National Nutrition Santé "Manger-bouger".

- Activités nutrition santé - conférences nutrition - consultations nutrition.
- Parcours santé et prévention ASM Vitalité.
- Activités santé et prévention à la carte.



MES ACTIVITÉS

NUTRITION SANTÉ

Différentes activités nutrition animés par une diététicienne-nutritionniste vous sont proposées durant votre séjour thermal : consultations, conférences nutrition et ateliers cuisine santé. Ces derniers allient théorie et pratique et se déroulent dans la cuisine pédagogique du resort.

ATELIERS CUISINE SANTÉ : 2h00 25€

Chaque atelier se déroule en 3 temps : un moment d'échange sur le thème abordé, la réalisation de plusieurs recettes et la dégustation des préparations. Les thèmes abordés :

- Une assiette bien composée : les bonnes associations alimentaires
- Petit-déjeuner et goûter sur-mesure
- La cuisine maison sans gluten : conseils et astuces
- Recettes digestes aux fruits et légumes
- Cuisiner sans lactose
- Choisir et doser les différentes matières grasses

CONFÉRENCES NUTRITION : 1h30 5€

Les Conférences nutrition abordent les thèmes suivants :

- Manger Simple, Sain, Savoureux et Sur-mesure pour préserver sa santé
- La chrono-alimentation : savoir composer ses différents repas
- Comment chouchouter son microbiote : alimentation et thermalisme

CONSULTATIONS NUTRITION : 1h00 50€

Pour un suivi nutritionnel personnalisé, en complément des ateliers cuisine ou des conférences, vous pouvez bénéficier d'une consultation réalisée par la diététicienne-nutritionniste d'Aïga resort thermal. Au cours de cet entretien, elle établira votre bilan micronutritionnel et vous proposera des conseils personnalisés.

Ces activités et ateliers sont à réserver sur place, au moment de votre inscription et durant votre séjour auprès de l'accueil d'Aïga resort thermal. **N'hésitez pas à demander le planning des activités lors de votre arrivée en cure.**



PACK NUTRITION

**1 consultation
+ 1 conférence
+ 2 ateliers**

95€ (au lieu de 105€)



LES PARCOURS SANTÉ ET PRÉVENTION

Composante indissociable de la santé et du bien-être, l'activité physique régulière a des vertus reconnues pour tous. Aïga resort thermal s'est associé en exclusivité avec le Pôle Santé Bien-être Vitalité de l'ASM Omnisports pour vous proposer des activités physiques adaptées en lien avec les orientations thérapeutiques de la cure thermale conventionnée. Des professionnels diplômés dans leur spécialité sont à vos côtés pour vous diriger et vous conseiller.

Pour découvrir ou reprendre une activité physique progressive et régulière favorable à votre santé, améliorer votre souplesse et retrouver le plaisir de bouger sans douleur en complément de vos soins thermaux, les parcours forme et santé spécialement mis au point par Aïga resort thermal et l'ASM Vitalité (spécialiste de l'activité physique adaptée et personnalisée) se composent :

- **D'un bilan initial de condition physique** : vous évaluez votre forme avec notre coach qui vous oriente vers les pratiques adaptées à votre état ;
- **D'activités en salle et en bassin** : vous profitez des bienfaits des activités aquatiques dans un bassin d'eau thermale naturelle ;
- **D'activités extérieures** : le plaisir de la marche nordique accompagnée dans un environnement préservé.



TYPES DE PARCOURS	PARCOURS DÉCOUVERTE	PARCOURS MOBILITÉ	PARCOURS VITALITÉ
DESCRIPTIF	Je m'initie à la pratique d'une activité physique régulière et adaptée à ma santé.	Je pratique régulièrement une activité physique et je souhaite rester actif pendant ma cure.	Je souhaite faire un bilan santé et suivre un programme personnalisé et adapté à ma condition physique.
COMPOSITION	<ul style="list-style-type: none"> • 1 bilan initial de condition physique ASM. • 3 activités de 45 min. au choix parmi toutes les activités disponibles (hors méditation de pleine conscience) sur les conseils du coach ASM Vitalité. 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 bilan initial de condition physique ASM. • 5 activités de 45 min. au choix parmi toutes les activités disponibles (hors méditation de pleine conscience) sur les conseils du coach ASM Vitalité. 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 bilan initial de condition physique ASM. • 7 activités de 45 min. au choix parmi toutes les activités disponibles (hors méditation de pleine conscience) sur les conseils du coach ASM Vitalité. • 1 bilan final de condition physique.
TARIF	49€	75€	119€
Réservez dès à présent votre parcours santé (cf. bulletin de réservation).			

MES ACTIVITÉS SANTÉ ET PRÉVENTION À LA CARTE

Une façon simple de découvrir pendant votre séjour thermal des activités bénéfiques à votre santé dans une ambiance conviviale pour votre plus grand plaisir. Toutes nos activités sont :

- accessibles à tous les âges et à tous les niveaux,
- dirigées par des professionnels diplômés dans leur spécialité,
- réalisées en groupe,
- ouvertes à vos accompagnants.

COMPLÉTEZ VOTRE CURE THERMALE PAR DES ACTIVITÉS SANTÉ ET PRÉVENTION (SOUS RÉSERVE DE DISPONIBILITÉS) :

ACTIVITÉS	DESCRIPTIONS	TARIFS
AQUABIKE	Pédalez dans l'eau sur des rythmes et des exercices variés pour développer vos capacités cardio-respiratoires, muscler le bas de votre corps et votre ceinture abdominale. Les mouvements, freinés par l'action de l'eau, favorisent une bonne circulation sanguine.	11€
AQUAGYM	Mouvements pratiqués sans les lois de la pesanteur en bassin d'eau thermale qui facilitent une mobilisation musculaire, articulaire et cardiovasculaire sans risque et sans douleur.	11€
AQUAZEN	Activité qui associe des exercices de mobilité (de type stretching) et de type relaxation en environnement aquatique, le tout sur fond de musique douce et apaisante.	11€
ASSOUPPLISSEMENTS / ÉTIREMENTS	Activité réalisée dans le calme, composée d'une succession de mouvements lents, de postures en position assise ou allongée, d'exercices de respiration, de concentration et d'étirements ; le tout au rythme de musiques douces et agréables. Associe des techniques de Pilates, de relaxation, de stretching ou d'automassage.	11€
CARDIO MUSCULATION	Activité mettant en jeu les systèmes cardiovasculaire et musculaire en salle. Un programme personnalisé est proposé par les coaches ASM Vitalité pour permettre de développer les qualités physiques et l'autonomie. Les exercices sont variés avec l'utilisation du matériel présent en salle. Lors de ces séances, seront utilisés : le matériel de cardio (Vélo, Elliptiques, Rameurs...), le petit matériel de musculation (élastiques, charges...) ou le poids du corps.	11€
MARCHE NORDIQUE	Marche tonique en pleine nature. Permettant de pratiquer une activité cardiovasculaire et peu traumatisante pour les articulations (bâtons fournis).	11€
MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE	Méditer permet une autre gestion de la douleur et de la vie quotidienne. Elle est efficace et fiable pour renforcer santé, bien-être et moral.	19€
PILATES	Activité physique douce et tonifiante. Permet une meilleure connaissance de son corps et de rééquilibrer sa musculature. Pratique adaptée à chaque participant selon son niveau et ses problèmes physiques.	11€
RANDO ZEN	Marche accompagnée, ponctuée d'exercices de respiration et d'étirements doux. Activité parfaite pour s'oxygéner.	11€
RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Enchaînement d'exercices, sous forme de circuit dynamique, de type 'cardio' (vélo, rameur...) ou de type 'renforcement' (fléxions, gainage...).	11€
RENFORCEMENT MUSCULAIRE NATURE	Cours de renforcement musculaire réalisé en extérieur, associant des séquences de marche (ou course légère) et des séquences d'exercices (flexions, gainage...).	11€
SOPHROLOGIE	Technique de relaxation, de mouvements dynamiques, de respiration et d'imagerie mentale permettant d'apprendre à mieux gérer son stress et ses émotions. En alternance : séance généraliste et séance spécifique «appareil digestif».	11€
YOGA	Alliance du corps, du souffle et du mental par la pratique de postures et de mouvements doux et progressifs. Permet de relâcher les tensions et de calmer les émotions. En alternance : séance généraliste et séance spécifique «appareil digestif».	11€

N'hésitez pas à demander le planning des activités lors de votre arrivée en cure. Activités uniquement disponibles pour les curistes Aïga resort thermal.

MON ÉTABLISSEMENT THERMAL

Aïga resort thermal vous propose deux espaces de soins pour votre cure thermale conventionnée Appareil digestif et urinaire et/ou Rhumatologie ou votre cure prévention santé :

- **L'établissement thermal :**
Espace de soins confort pour une cure thermale sereine (au tarif conventionné par l'Assurance Maladie).
- **L'établissement thermal premium :**
Espace de soins premium pour vivre une expérience thermale unique (soins thermaux au tarif conventionné par l'Assurance Maladie, seule l'option Premium n'est pas prise en charge par l'Assurance Maladie).



AÏGA RESORT : UNE EXPERTISE THERMALE À VOTRE SERVICE



UNE ÉQUIPE QUALIFIÉE ET BIENVEILLANTE POUR VOS SOINS

- **Plus de 70 agents thermaux** (spécialement formés par nos soins pour vous garantir savoir-faire et pratique des soins thermaux dans les règles de l'art) vous accueillent chaque jour et vous prodiguent les soins prescrits par votre médecin thermal.
- **Des infirmiers** réalisent une surveillance permanente pour assurer le bon déroulement de la cure, en relation avec les médecins thermaux.
- **Des agents référents** sont à votre disposition, dans les services de soins, pour vous orienter et répondre à vos besoins.
- **L'équipe du Service client** vous accueille également pour vous conseiller, assurer la programmation et le suivi de votre planning de soins ainsi que réaliser tout le suivi administratif de votre cure thermale avec l'Assurance Maladie.

QUALITÉ ET SÉCURITÉ SANITAIRE : NOS PRIORITÉS

Nos eaux, nos réseaux et nos équipements de soins sont placés sous haute surveillance. En complément des contrôles réguliers exigés par l'Agence régionale de santé (A.R.S.), nous effectuons des autocontrôles supplémentaires, avec le laboratoire Auvergne Thermale Qualité.

Parallèlement, notre établissement a mis en œuvre une démarche qualité garante de la sécurité sanitaire, du perfectionnement des processus techniques et de l'amélioration de la qualité des soins et des services.

Les protocoles de soins thermaux sont conformes à la convention thermale nationale.

VOTRE LINGE DE CURE FOURNI

Vous recevez chaque jour, à votre arrivée au vestiaire, un peignoir, un drap de bain et une serviette pour vous permettre de réaliser vos soins confortablement. Cette dotation quotidienne conventionnée est restituée chaque jour en fin de parcours de soins au vestiaire.

MON ÉTABLISSEMENT THERMAL

Pour réaliser ma cure thermique en toute sérénité



L'établissement thermal Aïga vous offre un environnement de soins confortable et fonctionnel pour votre cure thermique conventionnée ou votre cure prévention santé.

Ouvert tout au long de la saison, ce nouvel espace de soins vous accueille tous les matins de 7h00 à 13h00 et les après-midis en fonction de l'affluence.

ASTUCE HÉBERGEMENT

Accédez chaque jour aux thermes, directement depuis votre appartement, grâce à notre résidence de tourisme ****⁽¹⁾ intégrée.
(Détail p. 33)

DES ÉQUIPEMENTS DE SOINS MODERNES ET FONCTIONNELS :

- 1 accueil dédié à l'entrée des thermes
- 2 bureaux d'informations situés au cœur des services de soins
- 2 bassins en eau thermique, pour les soins de douche sous immersion et piscine libre
- 1 bassin de boue thermique
- 21 cabines de bain
- 14 cabines de douche au jet et de douche pénétrante
- 14 cabines de massage sous l'eau
- 27 cabines pour les soins internes (goutte à goutte intestinal, douche intestinale et irrigation vaginale)
- 6 étuves des mains et des pieds, 6 manu-boues et 6 manu-pédi-douches
- 20 lits pour l'application de cataplasmes
- 1 buvette (accès contrôlé réservé à la cure de boisson prescrite)
- 2 espaces de repos avec transats
- 1 solarium extérieur



⁽¹⁾ Résidence en cours de classement

MON ÉTABLISSEMENT THERMAL PREMIUM

Pour une cure thermale d'exception

Inspiré de ce que la nature auvergnate a de plus beau, l'établissement thermal premium (spa thermal) vous offre un cadre de soins calme et raffiné pour la réalisation de votre cure thermale conventionnée ou prévention santé.

Garant d'un grand confort, cet espace de soins à dimension humaine vous réserve de nombreux avantages et services exclusifs.

Effectuez notamment tous vos soins thermaux au même étage uniquement le matin, pour un parcours de soins simplifié ainsi qu'un accueil et un suivi personnalisés.

Selon votre souhait, des soins spa peuvent compléter votre planning de cure :

- Douches de boue thermale,
- Massages relaxants non thérapeutiques
- Enveloppements...

(Plus d'informations page 42)

Contactez le Service client pour réserver vos soins.

LES ÉQUIPEMENTS DE SOINS DE L'ÉTABLISSEMENT THERMAL PREMIUM :

- 1 accueil dédié
- 1 bureau d'information situé au cœur des services de soins
- 1 salle de repos
- 8 cabines de bain
- 5 cabines de douche au jet et de douche pénétrante
- 6 cabines de massages sous l'eau
- 10 cabines pour les soins internes (goutte à goutte intestinal)
- 2 étuves des mains et des pieds, 4 manu-boues et 4 manu-pédi-douches
- 6 lits pour l'application de cataplasmes
- 1 bassin de boue thermale
- 1 buvette (accès contrôlé réservé à la cure de boisson prescrite)
- 1 bassin en eau thermale pour les soins de douche sous immersion et piscine libre

Les protocoles de soins thermaux sont conformes à la convention thermale nationale.



DES ÉQUIPEMENTS DE BIEN-ÊTRE EN LIBRE ACCÈS TOUT AU LONG DE LA MATINÉE :

- 1 bassin en eau thermale de 150 m² avec cols de cygne, cascade, nage à contre-courant, transats immergés...
- 1 bain à remous extérieur
- 2 hammams⁽¹⁾
- 2 douches expérientielles (musique, lumière, jets...)
- 1 solarium extérieur
- 1 tisanderie
- 1 salle de détente en lumière noire



DE DÉLICATES ATTENTIONS :

- Un cadeau de bienvenue
- Une ligne de peignoirs et de linge changée chaque jour
- Le sac, la charlotte de bain et les sandales pour les soins sont offerts
- Un bilan initial de condition physique ASM offert
- Une séance de renforcement musculaire personnalisée en salle offerte
- Un livret d'activités personnalisées (incluant des protocoles d'échauffement + des séances type réalisables à domicile selon votre pathologie)

POUR UN CONFORT ABSOLU

Réservez votre hébergement au sein de notre résidence de tourisme *****(2) et accédez directement à votre espace de soins depuis votre appartement. (Détail page 33)

⁽¹⁾ Accès sous réserve de contre-indications médicales et sous votre propre responsabilité. Suite aux mesures sanitaires liées à la COVID-19, l'accès au hammam peut être limité voire fermé.

⁽²⁾ Résidence en cours de classement.

⁽³⁾ Option non prise en charge par l'Assurance Maladie.

⁽⁴⁾ Offre réservée aux curistes ayant effectué une cure à l'établissement premium en 2021.

TARIF PREMIUM

385€ par cure⁽³⁾



OFFRE CURISTES FIDÈLES PREMIUM

Pour les curistes fidèles de l'établissement thermal premium, le supplément est à 335€⁽⁴⁾ au lieu de 385€⁽³⁾, en réservant avant le 31 janvier 2022



QU'EST-CE QU'UNE RÉSIDENCE DE TOURISME INTÉGRÉE ?

Le concept de Résidence de Tourisme (parfois appelée résidence hôtelière) est déterminé par un classement officiel délivré par le Ministère du Tourisme qui définit les normes de qualité, d'accessibilité, de confort et de service par un nombre d'étoiles.

Une résidence de tourisme intégrée est une offre locative, une formule de séjour astucieuse, intermédiaire entre l'hôtellerie traditionnelle et les meublés. Elle vous offre toute la liberté d'une location meublée d'une surface généreuse, pouvant accueillir une famille par exemple, pour des séjours d'une nuit à plusieurs semaines.

À la liberté d'un appartement s'ajoute, dans une résidence de tourisme, une large gamme des services optionnels comparables à ceux d'un hôtel, laissés au choix de chacun selon ses besoins et son budget.

Aïga résidence**⁽¹⁾** vous permet d'accéder directement à vos espaces de soins, et vous propose des services optionnels tels que le ménage quotidien, un parking privé...

Enfin, vous pouvez choisir de réaliser vos repas dans votre appartement équipé d'une cuisine fonctionnelle, ou d'opter pour le restaurant de la résidence. Toutes les combinaisons deviennent possibles.

En résumé, un séjour astucieux adapté à vos besoins !



⁽¹⁾ Résidence en cours de classement.

AÏGA RÉSIDENCE, MON HÉBERGEMENT EN RÉSIDENCE****(1)

intégré au cœur du resort thermal :

- **Accéder directement** à mes espaces de soins thermaux depuis mon appartement.
- **Disposer d'un large choix de services optionnels** (ménage, restauration en ½ pension ou pension complète...).
- **Simplifier mes démarches** de réservation grâce à un interlocuteur unique pour réserver ma cure thermale, mon hébergement et mes activités au sein du resort.
- **Réserver en toute sérénité** en souscrivant à l'assurance annulation pour me prémunir de tout imprévu.

⁽¹⁾Résidence en cours de classement.



AÏGA RÉSIDENCE****(1)

Tous les services essentiels réunis pour un séjour thermal réussi :



En relation directe avec votre établissement thermal de soins, **Aïga résidence****(1)** vous offre tout le confort d'un **hébergement thermal nouvelle génération**, à mi-chemin entre un hôtel et un meublé de tourisme.

Grâce à une décoration raffinée dans le pur style Art déco, ses 90 appartements allient à la perfection charme intemporel et modernité pour vous garantir un cadre de vie d'exception.

Du studio à la suite 2 pièces, pouvant accueillir d' 1 à 4 personnes, vous retrouverez tout l'espace nécessaire et les services essentiels pour vivre une expérience unique et totale de votre cure thermal.

CÔTÉ RESTAURATION :

Découvrez Aïga restaurant
et sa carte nutrigastronomique.
(détails page 40)

⁽¹⁾En cours de classement.

DES APPARTEMENTS DE GRAND CONFORT

Spacieux et fonctionnels, tous les logements Aïga résidence**(1) disposent d'un équipement complet pour vous simplifier la vie et rendre votre séjour agréable :**

Un espace cuisine entièrement équipé (plaques vitrocéramiques, réfrigérateur, lave-vaisselle, four micro-ondes et grill, cafetière, bouilloire, grille-pain, vaisselle et ustensiles de cuisine), penderie, sèche-cheveux, balcon ou terrasse dans la majorité des appartements, télévision avec chaînes françaises et internationales et wifi gratuit.



Studio Alou max. 2 personnes, environ 25 m²(1) : Salon/séjour avec lit double ou lits jumeaux, salle de bain avec baignoire et toilettes intégrées.

Grand studio Balmet max. 2 personnes, environ 31 m²(1) : Salon/séjour avec lit double ou lits jumeaux, salle de bain avec douche à l'italienne et toilettes intégrées.

Suite 2 pièces Côme max. 4 personnes, environ 38 m²(1) : Chambre avec lit double ou lits jumeaux + salon/séjour avec canapé convertible en lit double, salle de bain avec baignoire et toilettes séparées.

Grande suite 2 pièces Dôme max. 4 personnes, environ 43 m²(1) : Chambre avec lit double ou lits jumeaux + salon/séjour avec canapé convertible en lit double, salle de bain avec baignoire et toilettes séparées.

Plusieurs appartements sont entièrement équipés pour l'accueil de personnes à mobilité réduite.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Tous nos appartements, balcons et terrasses sont non fumeurs.
- Les animaux ne sont pas admis.
- Des sièges de baignoire sont disponibles à l'accueil sous réserve de disponibilité.
- Les appartements pour personnes à mobilité réduite sont équipés de douches à l'italienne.
- Laverie payante.



(1) Surface moyenne donnée à titre indicatif.

TARIFS POUR 21 NUITS DU DIMANCHE AU DIMANCHE

RÉSERVEZ TÔT

- 20% de remise
pour toute réservation avant le 31/01/2022

- 15% de remise
sur ces tarifs avant le 31/03/2022

Les tarifs présentés ne tiennent pas compte de la remise.

	06/03	13/03	20/03	27/03	03/04	10/04	17/04	24/04	01/05	08/05	15/05	22/05	29/05
ALOU (studio)	924€	924€	924€	924€	945€	966€	987€	987€	987€	987€	1 001€	1 015€	1 029€
BALMET (studio)	1 071€	1 071€	1 071€	1 071€	1 092€	1 113€	1 134€	1 134€	1 134€	1 134€	1 148€	1 162€	1 176€
CÔME (appartement)	1 260€	1 260€	1 260€	1 260€	1 281€	1 302€	1 323€	1 323€	1 323€	1 323€	1 337€	1 351€	1 365€
DÔME (appartement)	1 428€	1 428€	1 428€	1 428€	1 449€	1 470€	1 491€	1 491€	1 491€	1 491€	1 505€	1 519€	1 533€

	05/06	12/06	19/06	26/06	03/07	10/07	17/07	24/07	31/07	07/08	14/08	21/08	28/08
ALOU (studio)	1 029€	1 029€	1 029€	1 085€	1 141€	1 197€	1 197€	1 197€	1 197€	1 162€	1 127€	1 092€	1 092€
BALMET (studio)	1 176€	1 176€	1 176€	1 232€	1 288€	1 344€	1 344€	1 344€	1 344€	1 309€	1 274€	1 239€	1 239€
CÔME (appartement)	1 365€	1 365€	1 365€	1 421€	1 477€	1 533€	1 533€	1 533€	1 533€	1 498€	1 463€	1 428€	1 428€
DÔME (appartement)	1 533€	1 533€	1 533€	1 589€	1 645€	1 701€	1 701€	1 701€	1 701€	1 666€	1 631€	1 596€	1 596€

	04/09	11/09	18/09	25/09	02/10	09/10	16/10	23/10	30/10	06/11	13/11
ALOU (studio)	1 092€	1 092€	1 057€	1 022€	987€	966€	945€	924€	889€	854€	780€
BALMET (studio)	1 239€	1 239€	1 204€	1 169€	1 134€	1 113€	1 092€	1 071€	1 036€	1 001€	920€
CÔME (appartement)	1 428€	1 428€	1 393€	1 358€	1 323€	1 302€	1 281€	1 260€	1 225€	1 190€	1 100€
DÔME (appartement)	1 596€	1 596€	1 561€	1 526€	1 491€	1 470€	1 449€	1 428€	1 393€	1 358€	1 260€

Beige : Date d'arrivée en cure principale.
(cf. fiche de réservation)

Beige clair : Autres dates d'arrivée.
Consultez le Service client.

TARIFS 6 NUITS

DU DIMANCHE AU SAMEDI
POUR UN SÉJOUR EN CURE PRÉVENTION SANTÉ

Dates d'arrivée pour des séjours de 6 nuits du dimanche au samedi :

	du 06/03 au 02/04 du 06/11 au 03/12	du 03/04 au 21/05 du 09/10 au 29/10	du 17/04 au 23/04 du 22/05 au 04/06 du 02/10 au 08/10	du 05/06 au 30/07 du 28/08 au 01/10	du 31/07 au 06/08 du 21/08 au 27/08	du 07/08 au 20/08	du 30/10 au 05/11
ALOU (studio)	425€	485€	498€	514€	605€	624€	455€
BALMET (studio)	473€	533€	546€	562€	653€	672€	503€
COME (appartement)	545€	605€	618€	634€	725€	744€	575€
DOME (appartement)	677€	737€	750€	766€	857€	876€	707€

UNE GAMME DE SERVICES ADAPTÉS À VOS BESOINS ET VOS ENVIES

LES TARIFS INCLUENT

SERVICES	CATÉGORIE D'APPARTEMENT	
	ALOU ET BALMET	CÔME ET DÔME
LIT(S) FAIT(S) À L'ARRIVÉE	Lit fait en double ou en 2 lits jumeaux selon demande à la réservation.	Selon le nombre d'occupants : • Lit fait en double ou en 2 lits jumeaux selon demande à la réservation . • Canapé convertible présenté fermé, drap housse installé, couette dans sa housse rangée dans la penderie, oreillers avec taies.
LINGE FOURNI	Le linge de lit, de toilette et de cuisine (draps, 1 drap de bain, 1 serviette, 1 peignoir par personne, 1 tapis de bain et 1 torchon).	
MÉNAGE DURANT LE SÉJOUR	Le ménage de votre appartement est effectué 2 fois par séjour thermal de 21 nuits hors cuisine et vaisselle.	
MÉNAGE DÉPART	Inclus (hors cuisine, vaisselle, poubelles) n'inclut pas le ménage quotidien, ni le changement de linge de lit et de bain (draps + serviettes) (voir options p. 38).	

LES TARIFS N'INCLUENT PAS

FRAIS DE DOSSIER	30€/dossier ou 5€ par nuit • Offerts pour plus de 14 nuits.
CAUTION	250€/appartement (non encaissée).
TAXE DE SÉJOUR	0,90€/nuit/pers de plus de 18 ans (collectée pour le compte de la communauté de communes).
LA RESTAURATION	Consultez notre offre demi-pension ou pension complète page 41.

AUTRES SERVICES

MES SERVICES COMPLÉMENTAIRES AU CHOIX (TARIFS TTC) :

	CATÉGORIE D'APARTEMENT	
	ALOU ET BALMET	CÔME ET DÔME
MÉNAGE QUOTIDIEN	90€ les 21 nuits ou 15€/nuit.	149€ les 21 nuits ou 20€/nuit.
	Comprenant : aspirateur, poussières, sanitaires (salle de bain et complément papier toilettes), lits refaits, changement du linge sur demande (hors vaisselle et cuisine).	
CHANGEMENT DU LINGE DE LIT ET DE BAIN	20€ par lit/jour.	
PARKING AÉRIEN	29€ pour 21 jours - 15€ pour 6 jours - 7,50€ pour 1 jour. 6 bornes de recharge pour véhicules électriques à disposition.	

Les moyens de paiements acceptés sont : Amex, Visa, Mastercard, espèces, chèques et ANCV

OPTION ASSURANCE ANNULATION / INTERRUPTION DE CURE

Hautement recommandée (tarifs TTC)

65€	Assurance annulation-interruption hébergement, contrat pour 1 ou 2 personne(s).
65€	Assurance annulation-interruption hébergement et autres prestations (restauration, supplément Aïga spa...) par personne.
45€	La personne supplémentaire au contrat.
45€	Assurance autres prestations (restauration, supplément établissement thermal premium...) pour la seconde personne.

Assurances souscrites pour le compte du client auprès de Mutuaide assistance, détail des Conditions Générales de Vente sur le site www.aiga-resort.com rubrique mentions légales ou sur demande auprès du Service client.

Annulation = Annulation avant l'arrivée · Interruption = Annulation pendant le séjour.



MON MICROBIOTE ET MON ALIMENTATION

- **Aïga resort et le laboratoire PiLeJe**, un partenariat dédié à **la santé du microbiote intestinal**.
- **Thermalisme du microbiote et micronutrition** : la "modulation personnalisée du microbiote intestinal" à Aïga Resort.
- **Aïga restaurant**
- **Nutrigastronomie et micronutrition** : la cuisine santé et les plaisirs gustatifs.



MICROBIOTE ET ALIMENTATION

Aïga resort et le laboratoire PiLeJe, un partenariat soigneusement choisi dédié à la santé du microbiote intestinal

En complément des bienfaits des soins thermaux et des cures de boissons à l'eau thermale de Châtel-Guyon pour traiter les maladies chroniques digestives et rhumatologiques, ou encore pour réguler le métabolisme en général, Aïga Resort propose, avec le soutien du laboratoire PiLeJe à ses curistes de bénéficier de la "modulation personnalisée du microbiote intestinal".



Les liens entre microbiote et santé sont aujourd'hui avérés et largement documentés, il est donc important d'en prendre soin.

Des programmes de complémentations adaptés à chacun et d'adaptations alimentaires permettant d'éviter les intolérances ou susceptibilités alimentaires vous sont proposés pendant votre séjour thermal.

Cette approche micronutritionnelle de l'alimentation est réalisée par les professionnels de santé d'Aïga resort (diététicienne-nutritionniste, médecin thermal...)* qui définissent le **profil Santé** à l'arrivée du curiste à partir de deux questionnaires fonctionnels et alimentaires adaptés au traitement thermal.

Le questionnaire fonctionnel spécifique Aïga s'articule autour de 4 profils principaux - **Microbiote, Stress, Métabolique, Déficits** - ; il est complété par le questionnaire alimentaire Aïga pour l'élaboration du profil Santé de chacun.

THERMALISME DU MICROBIOTE ET MICRONUTRITION

En complément des bienfaits des soins thermaux à l'eau minérale naturelle, AÏGA resort s'est associé au laboratoire PiLeJe, dont l'expertise est unanimement reconnue dans le domaine des microbiotes et de la micronutrition dont il est le fondateur, de la phytothérapie individualisée et de la nutrition fonctionnelle. Les curistes peuvent ainsi bénéficier des meilleures offres en solutions de santé complémentaires à leur cure thermale conventionnée.

**sur RDV*



LE LABORATOIRE PILEJE, PARTENAIRE EXCLUSIF D'AÏGA RESORT THERMAL :

Depuis 30 ans, PiLeJe conçoit, fabrique et commercialise des solutions de santé visant à améliorer durablement la qualité et l'espérance de vie en bonne santé des patients présentant des troubles fonctionnels, des facteurs de risques ou des maladies chroniques. Complémentaires aux médicaments, les solutions de santé mises au point par PiLeJe sont prescrites par des professionnels de santé sur la base de conseils individualisés.

Pour améliorer durablement la santé des patients, PiLeJe dispose d'une expertise dans quatre domaines :

- la santé par les microbiotes,
- la micronutrition,
- la phytonutrition,
- la nutrition médicale.

Produits à retrouver en boutique sur prescription de votre médecin thermal.



AÏGA RESTAURANT

Nutrigastronomie et micronutrition

La carte d'Aïga resort thermal a été conçue par le Docteur Didier Chos, président de l'Institut Européen de Diététique et Micronutrition, et Solveig Darrigo Dartinet, diététicienne-nutritionniste, afin de vous proposer une restauration répondant à vos attentes et vos besoins de santé.

La restauration de qualité gustative et nutritive, adaptée aux principes de la micronutrition est composée de produits sains, naturels (voire bio) préparés dans le respect de leurs atouts nutritifs (acides gras essentiels, vitamines, minéraux...).

Situé au cœur du resort, Aïga restaurant est ouvert à tous, toute l'année, du petit déjeuner au dîner. Il vous propose une carte inspirée d'un concept culinaire innovant : la nutrigastronomie (créée par et pour Aïga resort thermal).

Des ateliers de cuisine pédagogiques, des conférences diététiques et des consultations nutrition personnalisées vous sont proposées. (Détail p.24)

La nutrigastronomie vous permet d'obtenir un Microbiote en forme et un maximum de plaisirs gustatifs, grâce à une restauration qui répond aux exigences actuelles de la nutrition santé :

- **une alimentation** adaptée à l'état de santé de chacun,
- **une authenticité et une naturalité conservées** : utilisation de produits frais, des aliments du terroir et labellisés (AOC), des produits issus de production bio ou de l'agriculture raisonnée,
- **une démarche éco-responsable** : produits locaux, de saison, AOP...
- **une dégustation plaisir et nutritive** : une présentation attrayante préservant saveur et qualités nutritionnelles des ingrédients.

LES FORMULES À DÉCOUVRIR :

- **Le menu "Nutrigastronomie"** adapté à vos besoins et respectueux de votre microbiote et de vos tolérances (pauvre en gluten, en lactose, et en FODMAPs...).
- **La carte "de saison"**, pour manger selon l'envie du moment.
- **La restauration à emporter** pour vous simplifier la vie avec des repas préparés par notre chef, (selon période).

Notre concept de restauration vous permet d'obtenir un **Microbiote en forme** et un maximum de **plaisirs gustatifs**, c'est ce que nous appelons la nutrigastronomie pour répondre **aux exigences de nutrition santé**.

AÏGA RESTAURANT, UNE CUISINE PLAISIR AUX QUALITÉS GUSTATIVES ET NUTRITIVES ADAPTÉE À CHACUN.

FORMULES	À LA CARTE	21 NUITS	6 NUITS
Petit déjeuner buffet	13€	273€	78€
Déjeuner ou dîner "menu nutrigastronomique"... 3 plats	26€	ND	ND
Déjeuner ou dîner "menu nutrigastronomique"... 2 plats	21€	ND	ND
Pension complète ⁽¹⁾ "menu nutrigastronomique" 3 plats	ND	1 197€	342€
Pension complète ⁽¹⁾ "menu nutrigastronomique" 2 plats	ND	1 013€	289€
Demi-pension ⁽²⁾ "menu nutrigastronomique"3 plats	ND	714€	204€
Demi-pension ⁽²⁾ "menu nutrigastronomique"2 plats	ND	622€	178€

⁽¹⁾ 21 petits-déjeuners, 21 déjeuners et 21 dîners / 6 petits-déjeuners, 6 déjeuners et 6 dîners.

⁽²⁾ 21 petits-déjeuners et 21 déjeuners ou dîners / 6 petits-déjeuners et 6 déjeuners ou dîners.

Menu enfant possible sur demande.

MES SOINS DE BIEN-ÊTRE AU SPA THERMAL

En complément de votre cure thermale, accordez-vous détente et évasion au sein d'Aïga spa thermal.

Ce nouvel espace de soins raffiné et chaleureux, inspiré de l'environnement volcanique de la région, vous propose de vivre une expérience sensorielle 100% bio et naturelle.

DES SOINS BIEN-ÊTRE 100% NATURELS À DÉCOUVRIR

Grâce à l'alliance exclusive de notre eau thermale à une gamme de cosmétiques bio, à base de fruits et légumes du jardin cultivés localement, nous avons développé une carte de soins 100% naturelle, pour nourrir tous vos sens de bien-être.

Sont à retrouver : gommages, enveloppements, massages, soins du visage, soins d'hydrothérapie pour votre plus grand plaisir...

OFFRE CURISTES ET ACCOMPAGNANTS :

- **15% de remise sur tous les forfaits de soins** (accessibles pour toute cure thermale de 5 jours minimum réalisée).

Demandez notre brochure auprès du Service client.

LES ÉQUIPEMENTS DE BIEN-ÊTRE À VOTRE DISPOSITION

- 1 bassin de détente de 150 m² avec cols de cygne, cascade, nage à contre-courant, transats immergés...
- 1 bain à remous extérieur
- 1 solarium extérieur
- 2 hammams⁽¹⁾
- 2 douches expérientielles
- 1 tisanderie
- 7 cabines de massage



OFFREZ DES BONS CADEAUX

Faites découvrir Aïga spa thermal à vos proches :
journée de soins, séjour bien-être
avec hébergement et bons cadeaux.

HORAIRES D'OUVERTURE

Aïga spa thermal est ouvert à tous, tous les après-midis,
du lundi au samedi et le dimanche toute la journée.



⁽¹⁾Suite aux mesures sanitaires liées à la COVID-19, l'accès aux hammams peut être limité voire fermé.

PARRAINEZ VOS PROCHES ET SOYEZ RÉCOMPENSÉS !

Comment devenir parrain ?

Vous avez été curiste ou êtes curiste depuis 2009, partagez les bienfaits de votre cure thermale à Châtel-Guyon avec l'un de vos proches et gagnez un cadeau, lors de votre prochain séjour.



CADEAU VOTRE ACCÈS DÉCOUVERTE AU SPA OFFERT

Bassin de détente, bain à remous et solarium extérieurs, hammams, douches expérientielles...
(détail p. 42)

- 1 Cure prévention santé 6 jours* = 1 accès découverte au spa.
- 1 Cure conventionnée de 18 jours* = 3 accès découverte au spa.

BULLETIN À RETOURNER

Pour que votre filleul reçoive
la documentation Aïga resort thermal.

*réalisée par le filleul

COMMENT RETIRER VOS CADEAUX ?

Du lundi au vendredi (hors jours fériés), lors de votre inscription auprès du Service client Aïga resort thermal, uniquement après la venue de votre filleul.

Sur demande, votre filleul peut réceptionner votre cadeau pour vous. Aucun envoi de cadeau ne sera effectué par courrier.

CONDITIONS DE PARRAINAGE ET RÈGLEMENT

Coupon valable uniquement s'il a été envoyé avant l'arrivée du filleul et qu'il a annoté sur son formulaire de réservation votre nom dans la rubrique parrainage. Le filleul doit être inconnu de nos fichiers clients. La validité du parrainage ne peut excéder l'année en cours. À tout moment, Aïga resort thermal peut interrompre l'offre de parrainage ou modifier son fonctionnement.



RESORT THERMAL de CHATEL-GUYON, SAS au capital de 75000 euros, RC Clermont-Ferrand 822 679 155, 9 A Avenue du Général-de-Gaulle CS 10051 63140 Châtel-Guyon. (T.V.A. FR32 822 679 155). La société Resort Thermal de Châtel-Guyon est habilitée à délivrer des soins thermaux conventionnés sous le numéro Finess 630780039 - Toutes les correspondances postales doivent être adressées à Aïga resort thermal 9 A avenue du Général de Gaulle CS 10051 63140 CHÂTEL-GUYON et les courriels à l'adresse resa@aiga-resort.com - La passation d'une commande implique la prise de connaissance préalable et l'acceptation sans réserve des conditions générales et particulières de vente qui sont communicables par pli postal, courriel ou téléchargeables sur le site <https://www.aiga-resort.com>. Seules les prestations conventionnées peuvent faire l'objet d'une prise en charge par un régime primaire d'Assurance Maladie. Les informations sont valables pour tout séjour ou prestation réalisé(e) entre le 1er janvier et le 31 décembre 2022, au profit d'un particulier agissant en tant que consommateur, sous réserve de disponibilité et d'erreur. La documentation étant cependant modifiable sans préavis, les conditions applicables de réservation ou commande sont celles de la documentation commerciale en vigueur au jour de la réservation. Les visuels d'illustration contenus dans les brochures et documentations communiquées par la Société n'ont pas de valeur contractuelle et sont indicatifs. Les marques mentionnées sont des marques appartenant à la société Resort Thermal de Châtel-Guyon sauf mention contraire. Les tarifs sont valables pour une prestation délivrée entre le 1er janvier et le 31 décembre 2021 sous réserve d'opérations promotionnelles ou d'évolutions tarifaires.



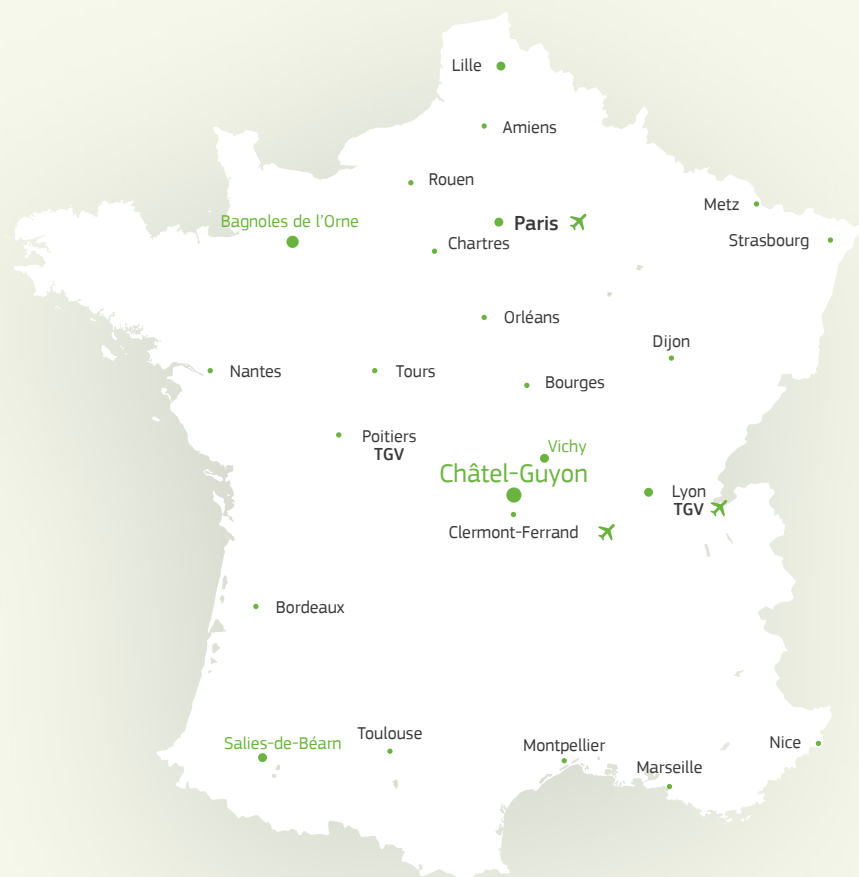
Vivez pleinement l'expérience Aïga resort thermal au cœur des volcans d'Auvergne.

Profitez de tous les bienfaits d'une cure thermale en associant le confort de l'hébergement en résidence de tourisme****⁽¹⁾ intégrée aux espaces des soins. Découvrez aussi le spa thermal, le restaurant et nos programmes d'activités personnalisés dédiés à la prévention santé.



POUR VOUS RENDRE

à Châtel-Guyon



EN VOITURE

Châtel-Guyon est située à 20 km de Clermont-Ferrand, à la croisée des autoroutes Nord-Sud et Est-Ouest (A71, A75, A89, A72) :

- de Paris : 4h00
- de Lyon : 2h00
- de Bordeaux : 3h40
- de Montpellier : 4h00
- de Nantes et Marseille : 5h00

Pensez au covoiturage !

EN TRAIN

Gare de Riom Châtel-Guyon à 5 km
www.oui.sncf

Une ligne de bus relie la gare au centre-ville de Châtel-Guyon, du lundi au samedi.

Horaires et tarifs sur rlv-mobilites.fr
Tél. 04 73 38 08 09

EN AVION

Aéroport de Clermont-Ferrand Auvergne
à 20 km - Tél. 04 73 62 71 00
www.clermont-aeroport.com

TAXI

Pour venir à Châtel-Guyon depuis l'aéroport (ou la gare le dimanche), il est nécessaire de réserver un taxi 48h à l'avance.

- Allo Pradeleix Taxi : 04 73 86 14 14
- Alliance Taxi : 04 73 86 02 30
04 73 86 09 09
- Abbaye Boyere Taxi : 04 73 86 25 59

 9 A avenue du Général de Gaulle
CS10051 - 63140 Châtel-Guyon

 resa@aiga-resort.com

aiga-resort.com

Tél. 04 73 86 00 08

⁽¹⁾ Résidence en cours de classement