

AIGA

RESORT · THERMAL & SPA

Châtel · Guyon

AUVERGNE

2024

01 AVRIL AU 07 DÉCEMBRE

# CURE THERMALE & CURE PRÉVENTION SANTÉ

CHÂTEL-GUYON

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

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





# L'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, 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 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 et à tout âge, 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 (l'établissement thermal et l'établissement thermal premium) ainsi qu'une équipe pluridisciplinaire spécialement formée mettent à votre disposition toute leur expertise thermale (écoute, qualité des 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

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

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 intégrée pour accéder directement à votre espace de soins, un restaurant, une boutique, un large choix d'activités sportives, de détente et touristiques...

Que ce soit pour une pause relax en solo, une escapade en duo ou entre amis, nous créerons un séjour à votre goût au sein d'Aïga resort thermal.

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

# BIENVENUE À AÏGA RESORT THERMAL !

**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 prévention santé



Soins bien-être



Cosmétiques



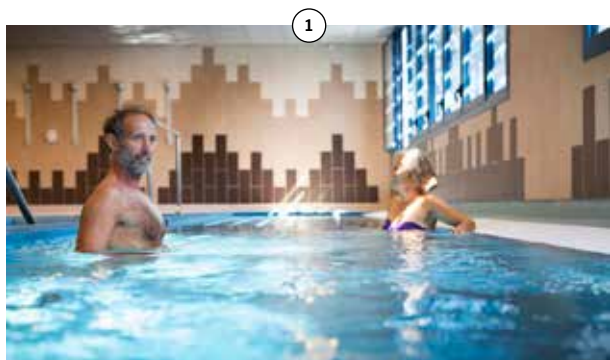
Hébergement



Restauration



Groupes et séminaires

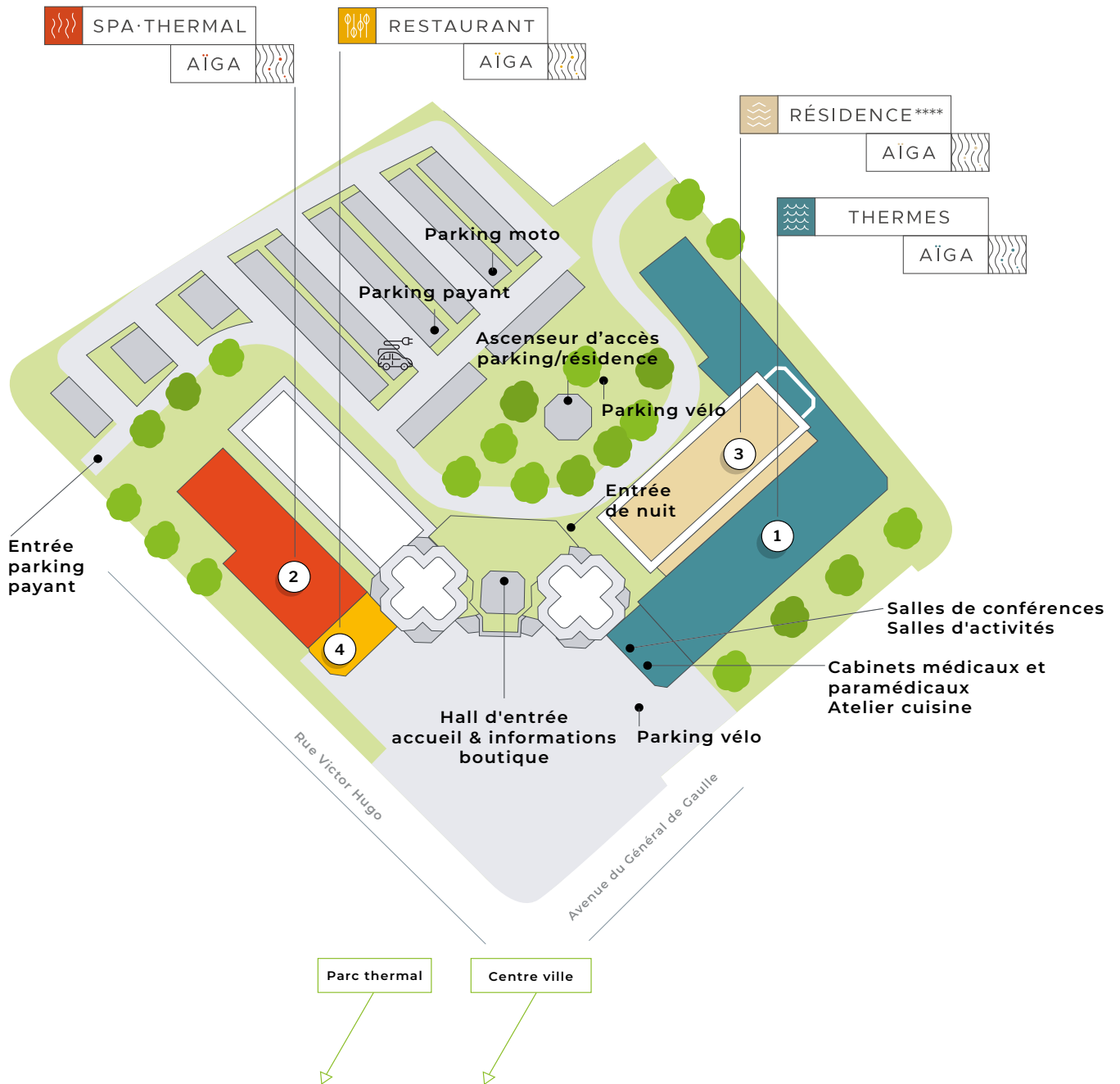


Établissement thermal



Établissement thermal premium





Résidence\*\*\*\* directement reliée à vos espaces de soins



Restaurant





# 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.

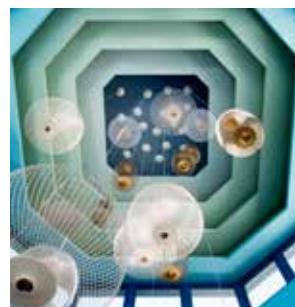


Selon votre état de santé et vos affections, votre médecin traitant vous prescrit une cure thermale en simple ou en double orientation. Votre médecin thermal déterminera ensuite les soins les plus bénéfiques pour vos pathologies (4 soins en simple orientation ou 6 soins par jour en double orientation).

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



## AÏGA RESORT, VOTRE ÉCRIN THERMAL ET TOURISTIQUE ..... 2

Avantages et nouveautés ..... 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\*\*\*\* ..... 34

Des appartements de grand confort ..... 35

Les tarifs ..... 36

Autres services ..... 38

## MON MICROBIOTE ET MON ALIMENTATION ..... 39

Aïga restaurant ..... 40

## MES SOINS DE BIEN-ÊTRE ..... 42

## MES OFFRES DE PARRAINAGE ..... 43

# AVANTAGES ET NOUVEAUTÉS

Avantages lors de ma cure thermale conventionnée ou de ma cure prévention santé

## HÉBERGEMENT

Cette année, économisez jusqu'à 20% sur votre hébergement à la résidence Aïga\*\*\*\* pour un séjour de 20 nuits (détails p.36) en réservant avant le 31/01/2024.

20% de remise pour les séjours en juillet et août

15% de remise pour les séjours en mars, avril, mai, juin, novembre et décembre

5% de remise pour les séjours en septembre et octobre

La remise s'applique sur le mois de la date d'arrivée en cure thermale.



## SOINS DE BIEN-ÊTRE

Bénéficiez de 15% de remise sur toutes les escapades et les forfaits de soins de bien-être proposés au spa thermal Aïga (accessibles pour toute cure thermale de 5 jours de soins minimum réalisée).

Demandez notre brochure bien-être et loisirs ou consultez notre site [aiga-resort.com](http://aiga-resort.com)

## JOURNÉES PORTES OUVERTES 2024

Venez découvrir nos différents espaces et nos activités lors de nos journées portes ouvertes les dimanches 07 Avril et 30 Juin 2024.







# 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 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.

## UNE THÉRAPIE NATURELLE :

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 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 et une action réparatrice de la barrière et du microbiote intestinaux.

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 scientifiquement démontrée.

Une première dans le domaine médical, l'étude PROBIOTHERM vient de confirmer les bienfaits ressentis par les patients présentant un SII<sup>(1)</sup> 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<sup>(2)</sup> (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 Life) 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

CO<sub>2</sub>

#### CO<sub>2</sub> dissous

vasodilatateur sanguin

+

#### + minéraux essentiels

silicate, potassium, strontium, manganèse...

<sup>(1)</sup>SII : Syndrome de l'Intestin Irritable.

<sup>(2)</sup>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><b>LES PRINCIPALES PATHOLOGIES TRAITÉES</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Syndrome de l'Intestin Irritable (S.I.I.)</b> également nommé <b>Colopathie fonctionnelle</b> : douleurs coliques, ballonnement, troubles du transit (constipation - diarrhée - alternance des deux).</li> <li>• <b>Colites</b> diverticulaires (complication de la diverticulose colique), post-médicamenteuses (laxatifs, antibiotiques...), post-parasitaires (amibiase...).</li> <li>• <b>Maladies Inflammatoires Chroniques de l'Intestin (M.I.C.I.)</b> hors poussées aiguës : Maladie de Crohn et Recto-Colite Hémorragique.</li> <li>• <b>Rectite post-radiothérapie</b> du cancer de la prostate.</li> <li>• <b>Infections urinaires</b> : cystites à répétition à germes intestinaux.</li> <li>• <b>Maladies métaboliques.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Arthrose dans toutes ses localisations et manifestations</b> : cervicarthrose, névralgie cervicale et cervico-brachiale, dorsarthrose, lombarthrose, lombalgie et lombosciatique, coxarthrose, gonarthrose, arthrose des mains.</li> <li>• <b>Rhumatismes ab-articulaires</b> : périarthrite, tendinite, bursite.</li> <li>• <b>Rhumatismes inflammatoires chroniques</b> en dehors des poussées : pelvispondylite rhumatismale, polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante.</li> <li>• <b>Séquelles douloureuses</b> des traumatismes ostéo-articulaires et de la chirurgie orthopédique.</li> <li>• <b>Fibromyalgie.</b></li> <li>• <b>Algoneurodystrophie.</b></li> </ul>
<p><b>LES BÉNÉFICES DE LA CURE THERMALE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Régulation du transit : diminution des diarrhées, de la constipation ou de l'alternance des deux.</li> <li>• Soulagement des douleurs coliques et troubles associés (ballonnement, météorisme).</li> <li>• Atténuation de l'inflammation intestinale (action directe sur la muqueuse).</li> <li>• Diminution de la perméabilité intestinale.</li> <li>• Diminution de la prise de médicaments à visée digestive.</li> <li>• Confort et qualité de vie améliorés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soulagement des douleurs articulaires.</li> <li>• Diminution de la prise de médicaments.</li> <li>• Amélioration de la souplesse et de la mobilité.</li> <li>• Confort et qualité de vie améliorés.</li> </ul>
<p><b>LES BÉNÉFICES DES PROGRAMMES D'ACCOMPAGNEMENT DE CURE</b> (voir détail page 17)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trouver une écoute et des conseils personnalisés auprès de professionnels de santé (nutrition, psychologie, activités physiques, etc.).</li> <li>• Apprendre à mieux gérer les crises et les symptômes au quotidien.</li> <li>• Échanger avec d'autres patients et bénéficier de leur expérience.</li> <li>• Profiter du soutien du groupe au quotidien pendant son séjour.</li> </ul>	
<p><b>LES BÉNÉFICES DES ATELIERS ET PARCOURS SANTÉ</b> (voir détail pages 24 à 26)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Découvrir des techniques à effectuer chez soi pour soulager ses douleurs.</li> <li>• Lutter contre l'instabilité articulaire.</li> <li>• Trouver l'alimentation santé adaptée à sa pathologie et ses envies.</li> <li>• Renforcer ses muscles.</li> <li>• Évacuer et gérer le stress.</li> <li>• Être mieux dans son corps et dans sa tête.</li> <li>• Agir pour préserver son capital santé.</li> </ul>	



# 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 de 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<sup>er</sup> pour le médecin thermal,
- le 2<sup>e</sup> pour le centre thermal,
- le 3<sup>e</sup> pour les frais de voyage et de séjour (sous conditions de ressources).

Tous les détails sur le site de l'Assurance Maladie : [ameli.fr](http://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\*\*\*\*, 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 2024, pour bénéficier de cette dispense.

<sup>(1)</sup> Seul le slip de bain est autorisé pour les hommes et le maillot de bain deux pièces est conseillé pour les femmes.

<sup>(2)</sup> Port obligatoire dans le centre de soins par mesure d'hygiène et de sécurité.

<sup>(3)</sup> 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<sup>er</sup> 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](mailto:accueil@terravolcana.com) (site : [terravolcana.com](http://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<sup>er</sup> jour de soins, avec la confirmation de ma réservation de cure, mon maillot de bain<sup>(1)</sup>, mes sandales antidérapantes<sup>(2)</sup>, 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<sup>er</sup> 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<sup>(3)</sup>, 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<sup>ère</sup> 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  
9A avenue du Général de Gaulle  
63140 Châtel-Guyon  
**Mail :** resa@aiga-resort.com (recommandé)  
**Tél. :** 04 73 86 00 08 (choix 3)

## Docteur Bernard ARNOULD

Cabinet médical Aïga resort thermal  
9A avenue du Général de Gaulle  
63140 Châtel-Guyon  
**Mail :** resa@aiga-resort.com (recommandé)  
**Tél. :** 04 73 86 00 08 (choix 3)

## 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

## QUESTIONS PRATIQUES

### • Jours de soins

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

### • 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<sup>(1)</sup>

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<sup>(1)</sup>

**Spécialité d'Aïga resort**, 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<sup>(1)</sup>

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<sup>(1)</sup>, manu-boue, manudouche-pédidouche, massage, pulvérisation anale et périnéale...



### LE FORFAIT DE MESSAGES NON THÉRAPEUTIQUES SOUS EAU THERMALE

9 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 : 107 €**

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 15 € 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.....189€<sup>(1)</sup>

**Colopathie, maladie de Crohn et Recto-Colite Hémorragique**

En complément de votre cure thermale.

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 :**

- 3 séances de Pilates .....45 min
- 1 séance de Sophrologie .....1h
- 3 séances de Yoga ..... 45 min
- 3 séances d'Aquagym ..... 45 min
- 1 atelier de cuisine santé pour vous apprendre de manière simple et ludique les bases ..... 2h
- 2 "Renforcements nature".....45 min
- 1 Vitalité test comprenant un bilan initial de condition physique
- 1 accès aux équipements de bien-être du spa : bassin de détente de 150 m<sup>2</sup>, 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.

RÉSERVATION FORTEMENT CONSEILLÉE  
(nombre limité de places)

**DATES DES SESSIONS**

- Du lundi 13/05 au samedi 01/06
- Du lundi 15/07 au samedi 03/08
- Du lundi 28/10 au samedi 16/11



PROGRAMME  
MIEUX VIVRE SA FIBROMYALGIE.....189€<sup>(1)</sup>

**Fibromyalgie**

En complément de votre cure thermale.

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 :**

- 2 avantages soin :
  - > Le doublement des zones d'application de cataplasmes sur prescription de votre médecin thermal.
  - > 1 massage non thérapeutique ..... 20 min
- 3 séances de Yoga ..... 45 min
- 3 séances de Aquazen ..... 45 min
- 6 séances de Réveil musculaire ..... 30 min
- 1 conférence nutrition. .... 1h
- 1 accès aux équipements de bien-être du spa : bassin de détente de 150 m<sup>2</sup>, 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.

RÉSERVATION FORTEMENT CONSEILLÉE  
(nombre limité de places)

**DATES DES SESSIONS**

- Du lundi 22/04 au samedi 11/05
- Du lundi 24/06 au samedi 13/07
- Du lundi 07/10 au samedi 26/10



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

<b>HONORAIRES DU MÉDECIN THERMAL</b>	<b>70% ou 100%</b> si vous êtes exonéré du ticket modérateur	Un médecin conventionné secteur I applique le prix forfaitaire fixé par la Sécurité Sociale.
SOINS THERMAUX		
<b>TARIF FORFAITAIRE DE RESPONSABILITÉ</b>	<b>65% ou 100%</b> 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.
<b>COMPLÉMENT TARIFAIRE</b>	<b>à la charge du curiste</b> 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).
<b>FRAIS DE TRANSPORT</b>	En fonction de vos ressources	Montant du billet SNCF A/R en 2 <sup>e</sup> 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).
<b>FRAIS D'HÉBERGEMENT</b>	En fonction de vos ressources	Forfait de remboursement possible par l'Assurance Maladie. Certaines mutuelles peuvent prendre en charge une partie des frais.
<b>AUTRES FRAIS DE SÉJOUR</b>	<b>0%</b>	<b>Vos dépenses personnelles sont entièrement à votre charge.</b>

	TARIF FORFAITAIRE DE RESPONSABILITÉ <sup>(1)</sup>	COMPLÉMENT TARIFAIRE		TARIF FORFAITAIRE DE RESPONSABILITÉ <sup>(1)</sup>	COMPLÉMENT TARIFAIRE
<b>SIMPLE ORIENTATION</b>			<b>DOUBLE ORIENTATION</b>		
<b>Forfait Appareil digestif et urinaire AD/AU 1 :</b> 72 soins et cure de boisson	<b>525,50€</b>	<b>80,60€</b>	<b>Forfait AD/AU 1/Rhumatologie :</b> 72 soins AD/AU, 36 soins RH et cure de boisson	<b>803,80€</b>	<b>123,20€</b>
<b>Forfait Appareil digestif et urinaire AD/AU 3 :</b> 63 soins, 9 massages par kinésithérapeute <sup>(2)</sup> et cure de boisson	<b>581,20€</b>	<b>89,20€</b>	<b>Forfait AD/AU 3 / Rhumatologie :</b> 63 soins et 9 massages par kinésithérapeute <sup>(2)</sup> AD/AU, 36 soins RH et cure de boisson	<b>859,50€</b>	<b>131,80€</b>
<b>Forfait Rhumatologie RH 1 :</b> 72 soins et cure de boisson	<b>556,50€</b>	<b>85,40€</b>	<b>Forfait RH 1/Appareil digestif et urinaire :</b> 72 soins RH, 36 soins AD/AU et cure de boisson	<b>819,20€</b>	<b>125,70€</b>
<b>Forfait Rhumatologie RH 3 :</b> 63 soins, 9 massages par kinésithérapeute <sup>(2)</sup> et cure de boisson	<b>634,50€</b>	<b>97,40€</b>	<b>Forfait RH 3/Appareil digestif et urinaire :</b> 63 soins et 9 massages par kinésithérapeute <sup>(2)</sup> RH, 36 soins AD/AU et cure de boisson	<b>897,20€</b>	<b>137,70€</b>

<sup>(1)</sup> Montants donnés à titre indicatif, les tarifs de la cure thermale et du complément tarifaire 2024 ne sont pas diffusés par l'Assurance Maladie à la date d'édition de cette brochure.

<sup>(2)</sup> 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 (y compris les jours fériés). Prestations non prises en charge par l'Assurance Maladie.



### CONSEILS

Réservez votre hébergement au sein d'Aïga résidence\*\*\*\* et profitez d'une offre spéciale séjour à un tarif préférentiel ! (voir pages 22 et 36)

## MA DEMI-JOURNÉE DÉCOUVERTE DES SOINS THERMAUX<sup>(1)</sup> 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)

61€

ÉTABLISSEMENT THERMAL PREMIUM (détail page 30)

81€

<sup>(1)</sup> 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 : ..... 335€ (la demi-journée supplémentaire : 50€)

Établissement thermal premium : ..... 429€ (la demi-journée supplémentaire : 67€)

## MES SOINS DIGESTIF

### 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 ..... 45€

Établissement thermal Premium : la 1/2 journée .... 55€

### 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 ..... 20€

18 jours ..... 59€

Journée supplémentaire ..... 4€

## 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



### OFFRES SPÉCIALES CURES PRÉVENTION SANTÉ (hors hébergement)

Curistes fidèles<sup>(1)</sup> :

**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 04/11 au 07/12.

Accompagnants :

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

Des forfaits hébergement et soins à tarifs avantageux suivant les périodes de l'année<sup>(2)</sup> :

DATES	TARIFS	CONTENU	OPTIONS
Du 31/03 au 13/07	694€		
Du 14/07 au 26/10	734€	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 nuits à la résidence Aïga****</li> <li>• 6 jours de soins en bien-être digestif ou rhumatologie à l'établissement thermal. (4 soins/jour)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• supplément soins dans l'établissement thermal premium 94€/pers</li> <li>• 1 accompagnant avec soins 335€</li> <li>• 1 accompagnant sans soins gratuit dans le même logement</li> <li>• restauration (voir page 41)</li> <li>• assurance annulation</li> </ul>
Du 27/10 au 16/11	664€		
Du 17/11 au 07/12	624€		

<sup>(1)</sup> Pour bénéficier de ces tarifs, je dois avoir effectué une cure thermique conventionnée ou une cure prévention santé de 6 jours de soins minimum durant la saison 2022 et/ou 2023.

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





# MES ACTIVITÉS ET MES PARCOURS

Aïga, 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.





# LES ACTIVITÉS NUTRITION SANTÉ

**Ouvertes à tous**, différentes activités nutrition animées par une diététicienne-nutritionniste vous sont proposées durant votre séjour thermal : consultations, conférences nutrition et ateliers cuisine santé.



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

**ATELIERS CUISINE (pratiques) :**  
2h00 ..... **27€**

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.

**CONFÉRENCES NUTRITION (théoriques) :**  
1h30 ..... **6€**

L'idéal pour découvrir l'impact de la nutrition sur la santé.

**CONSULTATIONS NUTRITION :**  
1h00 ..... **55€**

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.

**Consultation de suivi (30 min)..... 27€**

*Certaines mutuelles peuvent prendre en charge une partie de ces consultations. Vous renseigner auprès de votre complémentaire santé.*



# 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 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.



## Parcours forme<sup>(1)</sup>

49€

Je m'initie à la pratique d'une activité physique régulière et adaptée à ma santé.

- 1 bilan initial de condition physique ASM.
- 3 activités de 45 min au choix parmi toutes les activités disponibles sur les conseils du coach ASM Vitalité.

## Parcours vitalité

129€

Je souhaite faire un bilan santé et suivre un programme personnalisé et adapté à ma condition physique.

- 1 bilan initial de condition physique ASM.
- 7 activités de 45 min au choix parmi toutes les activités disponibles sur les conseils du coach ASM Vitalité.
- 1 bilan final de condition physique.
- 1 accès aux équipements de bien-être du spa les après-midi pendant votre séjour <sup>(2)</sup>.

**Réservez dès à présent votre parcours ou votre activité santé**  
(cf. bulletin de réservation)



**N'hésitez pas à demander le planning des activités lors de votre arrivée en cure.**

<sup>(1)</sup> Le parcours forme ne comprend pas l'accès aux équipements de bien-être du spa.

<sup>(2)</sup> Bassin de détente en eau thermale (cols de cygne, couloir de nage à contre-courant, transats à bulles immergés...), bain à remous extérieur, solarium, hammams, salle de repos en lumière noire, tisanderie et douches expérientielles. Équipements accessibles sous réserve de disponibilité.

# 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 tous.

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.	14€
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.	
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.	
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.	
SÉANCE PERSONNALISÉE	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, Eliptiques, Rameurs...), le petit matériel de musculation (élastiques, charges...) ou le poids du corps.	
MARCHE NORDIQUE	Marche tonique en pleine nature. Permet de pratiquer une activité cardiovasculaire et peu traumatisante pour les articulations (bâtons fournis).	
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.	
RANDO ZEN	Marche accompagnée, ponctuée d'exercices de respiration et d'étirements doux. Activité parfaite pour s'oxygéner.	
RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Enchaînement d'exercices, sous forme de circuit dynamique, de type 'cardio' (vélo, rameur...) ou de type 'renforcement' (flexions, gainage...).	
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...).	
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 ».	
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 ».	

Les séances à la carte ne comprennent pas l'accès aux équipements de bien-être du spa. N'hésitez pas à demander le planning des activités lors de votre arrivée en cure.



# 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 50 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.

**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 thermale en toute sérénité



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

Ouvert tout au long de la saison, cet espace thermal vous accueille tous les matins et les après-midi du lundi au samedi (y compris les jours fériés).

## ASTUCE HÉBERGEMENT

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



## DES ÉQUIPEMENTS DE SOINS MODERNES ET FONCTIONNELS :

- 2 bassins en eau thermale, pour les soins de douche sous immersion et en piscine libre
- 1 bassin de boue thermale
- 6 étuves des mains et des pieds,
- 6 manu-boues et 6 manu-pédi-douches
- 68 cabines de soins individuels : bain, douche au jet, douche pénétrante, massage sous l'eau, cataplasme
- 27 cabines pour les soins internes (goutte à goutte intestinal, douche intestinale et irrigation vaginale)
- 1 buvette (accès contrôlé réservé à la cure de boisson)
- 2 espaces de repos avec transats
- 1 solarium extérieur

Pour mieux vous accompagner tout au long de votre parcours de soins :

- 1 accueil dédié au 1<sup>er</sup> étage du Resort Thermal
- 1 bureau d'information à chaque étage de soins



# MON ÉTABLISSEMENT THERMAL PREMIUM

## Pour une cure thermale d'exception

Inspiré par la nature volcanique auvergnate, 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 l'après-midi :

- 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 bassin en eau thermale, pour les soins de douche sous immersion et en piscine libre
- 1 bassin de boue thermale
- 2 étuves des mains et des pieds,
- 4 manu-boues,
- 4 manu-pédi-douches
- 14 cabines de soins individuels : bain, douche au jet, douche pénétrante, massage sous l'eau, cataplasme
- 15 cabines pour les soins internes (goutte à goutte intestinal, douche intestinale et irrigation vaginale)
- 1 buvette (accès contrôlé réservé à la cure de boisson prescrite)
- 1 salle de repos avec transats
- 1 solarium extérieur

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 m<sup>2</sup> avec cols de cygne, cascade, nage à contre-courant, transats immergés...
- 1 bain à remous extérieur
- 2 hammams<sup>(1)</sup>
- 2 douches expérientielles (musique, lumière, jets...)
- 1 solarium extérieur
- 1 tisanderie
- 1 salle de détente en lumière noire

## DES OFFRES DE QUALITÉ :

- Un cadeau de bienvenue
- Une ligne de peignoirs et de linge de grand confort
- Le sac, la charlotte de bain et les sandales<sup>(2)</sup> pour les soins sont offerts
- Une séance d'activité santé et prévention à la carte (hors activités aquatiques) détail page 26
- Une séance de renforcement musculaire personnalisée en salle offerte
- Un livret d'activités personnalisées (incluant des protocoles d'échauffement + des séances types réalisables à domicile selon votre pathologie)
- 3 accès au spa les après-midi pendant votre séjour du lundi au vendredi (hors jours férié)<sup>(3)</sup>
- un diagnostic de peau offert

## TARIF PREMIUM

399€ par cure<sup>(4)</sup>



## POUR UN CONFORT ABSOLU

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

## OFFRE CURISTES FIDÈLES PREMIUM<sup>(5)</sup>

Pour les curistes fidèles de l'établissement thermal premium, le supplément est à **355€<sup>(4)</sup>** au lieu de 399€<sup>(4)</sup>, en réservant avant le 31 janvier 2024



<sup>(1)</sup> Accès sous réserve de contre-indications médicales et sous votre propre responsabilité.

<sup>(2)</sup> Hors cure prévention santé à la demi-journée.

<sup>(3)</sup> 3 Accès pour une cure thermale conventionnée, 1 accès par semaine pour une cure prévention santé, non cessible.

<sup>(4)</sup> Option non prise en charge par l'Assurance Maladie.

<sup>(5)</sup> Offre réservée aux curistes ayant effectué une cure thermale conventionnée à l'établissement premium en 2023.

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

**Le concept de Résidence de Tourisme 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 de services optionnels comparables à ceux d'un hôtel, laissés au choix de chacun selon ses besoins et son budget.

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

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 !**





# AÏGA RÉSIDENCE, MON HÉBERGEMENT EN RÉSIDENCE\*\*\*\*

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.



# AÏGA RÉSIDENCE\*\*\*\*

Tous les services essentiels réunis pour un séjour thermal réussi



En relation directe avec votre établissement thermal de soins, **Aïga résidence\*\*\*\*** vous offre tout le confort d'un hébergement thermal, 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 thermique.

## CÔTÉ RESTAURATION :

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



# DES APPARTEMENTS DE GRAND CONFORT

**Spacieux et fonctionnels, tous les logements Aïga résidence\*\*\*\* 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 dans tous les appartements.



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

**Studio Balmet max. 2 personnes, environ 31 m<sup>2</sup>(1) :** Salon/séjour avec lit double ou lits jumeaux, salle de bain avec douche à l'italienne et toilettes intégrées, *priorité aux personnes à mobilité réduite.*

**Suite 2 pièces Côme max. 4 personnes, environ 38 m<sup>2</sup>(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 m<sup>2</sup>(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.
- Lits parapluie en location (5€).

<sup>(1)</sup> Surface moyenne donnée à titre indicatif.





# TARIFS POUR 20 NUITS DU DIMANCHE AU SAMEDI

## RÉSERVEZ TÔT ET BÉNÉFICIEZ DE REMISES SUR VOTRE HÉBERGEMENT !

En réservant avant le 31/01/2024 :

20% pour les séjours en juillet et août  
15% pour les séjours en mars, avril, mai, juin, novembre et décembre  
5% pour les séjours en septembre et octobre

La remise s'applique sur le mois de la date d'arrivée en cure  
thermale.

*Les tarifs présentés ci-dessous ne tiennent pas compte de la remise.*

## NOUVEAUTÉ 2024

Pour encore plus de confort restez une  
nuit supplémentaire :

Alou : 62€ / nuit | Balmét : 70€ / nuit  
Côme : 82€ / nuit | Dôme : 104€ / nuit

Pour en savoir plus, contactez notre  
service client.

	31/03	07/04	14/04	21/04	28/04	05/05	12/05	19/05	26/05	02/06	09/06	16/06
<b>ALOU</b> (studio)	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€	1 020€
<b>BALMET</b> (studio)	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€	1 180€
<b>CÔME</b> (appartement)	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€	1 420€
<b>DÔME</b> (appartement)	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€	1 860€

	23/06	30/06	07/07	14/07	21/07	28/07	04/08	11/08	18/08	25/08	01/09	08/09
<b>ALOU</b> (studio)	1 020€	1 050€	1 085€	1 120€	1 120€	1 120€	1 120€	1 120€	1 120€	1 120€	1 120€	1 120€
<b>BALMET</b> (studio)	1 180€	1 210€	1 245€	1 280€	1 280€	1 280€	1 280€	1 280€	1 280€	1 280€	1 280€	1 280€
<b>CÔME</b> (appartement)	1 420€	1 450€	1 485€	1 520€	1 520€	1 520€	1 520€	1 520€	1 520€	1 520€	1 520€	1 520€
<b>DÔME</b> (appartement)	1 860€	1 890€	1 925€	1 960€	1 960€	1 960€	1 960€	1 960€	1 960€	1 960€	1 960€	1 960€

	15/09	22/09	29/09	06/10	13/10	20/10	27/10	03/11	10/11	17/11
<b>ALOU</b> (studio)	1 120€	1 120€	1 120€	1 120€	1 078€	1 029€	980€	926€	863€	800€
<b>BALMET</b> (studio)	1 280€	1 280€	1 280€	1 280€	1 238€	1 189€	1 140€	1 086€	1 023€	960€
<b>CÔME</b> (appartement)	1 520€	1 520€	1 520€	1 520€	1 478€	1 429€	1 380€	1 326€	1 263€	1 200€
<b>DÔME</b> (appartement)	1 960€	1 960€	1 960€	1 960€	1 918€	1 869€	1 820€	1 766€	1 703€	1 640€

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

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

Nous consulter pour les tarifs selon la durée et les dates envisagées.

## 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 : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lit fait en double ou en 2 lits jumeaux selon demande à la réservation .</li> <li>• Canapé convertible présenté fermé, drap housse installé, couette dans sa housse rangée dans la penderie, oreillers avec taies.</li> </ul>
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 20 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

CAUTION	250€/appartement (non encaissée).
TAXE DE SÉJOUR	1,10€/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'APPARTEMENT	
	ALOU ET BALMET	CÔME ET DÔME
<b>MÉNAGE QUOTIDIEN</b>	132€ les 20 nuits ou 15€/nuit.	185€ les 20 nuits ou 20€/nuit.
	Comprenant : aspirateur, poussières, sanitaires (salle de bain et complément papier toilette), lits refaits, (hors vaisselle, cuisine et poubelles). Sans changements des draps.	
<b>CHANGEMENT DU LINGE DE LIT ET DE BAIN</b>	Lit : 22€ par changement ; Kit de linge de bain (2 peignoirs, 2 serviettes de bain et 1 serviette) : 17€ par changement.	
<b>PARKING EXTÉRIEUR</b>	32€ pour 20 jours - 16€ pour 6 jours - 7,50€ pour 1 jour. 6 bornes de recharge pour véhicules électriques à disposition (payant).	
<b>DÉPART TARDIF</b>	30€ par hébergement : Possibilité de départ jusqu'à 15h00 (sous réserve de disponibilité).	

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



## VOTRE OPTION EN CAS D'IMPRÉVU<sup>(1)</sup>

ASSURANCE ANNULATION / INTERRUPTION DE CURE (tarifs TTC)	
<b>J'ai réservé un hébergement à la résidence Aïga</b>	<b>J'ai réservé un hébergement à la résidence Aïga et j'ai souscrit à des prestations complémentaires (restauration, supplément cure premium, activités, ...)</b>
Contrat pour <b>1 ou 2 personnes</b> : 69€	Contrat pour <b>1 personne</b> : 69€
<b>Personne supplémentaire au contrat</b>	
Personne supplémentaire partageant le même logement avec ou sans prestations complémentaires : <b>49€/personne</b>	

<sup>(1)</sup> Annulation : annulation avant l'arrivée / Interruption = Annulation pendant le séjour

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





# MON MICROBIOTE ET MON ALIMENTATION

- **Aïga restaurant** : Une restauration bénéfique ancrée dans son terroir



# AÏGA RESTAURANT

## Une restauration bénéfique ancrée dans son terroir

Situé au cœur du resort, Aïga restaurant est ouvert à tous, du petit-déjeuner au dîner. Il propose une cuisine pleine de saveurs, au rythme des saisons, imprégnée du patrimoine culinaire de la région Auvergne.

Vous pourrez découvrir des recettes simples et saines conciliant plaisir gustatif et bénéfices santé, respectueuses de l'environnement.

Cette restauration imaginative, variée et renouvelée quotidiennement tout en s'adaptant à vos envies, vos tolérances alimentaires, afin de satisfaire les besoins de votre organisme.

Des ateliers de cuisine santé, des conférences nutrition et des consultations personnalisées vous sont proposées. (Détails page 24)





# AÏGA RESTAURANT

## UNE RESTAURATION PLAISIR ÉCO-RESPONSABLE

**Le bon fonctionnement de l'organisme dépend du contenu de notre assiette, et la santé de la planète.**

**C'est pourquoi notre restaurant :**

- **Sélectionne attentivement la qualité des aliments entrant dans ses recettes :** produits frais non transformés, de saison, du terroir et labellisés (AOC), des produits issus de la production biologique ou de l'agriculture raisonnée ;
- **A une démarche éco-responsable :** valorisation du végétal, réduction des déchets, produits locaux, économie d'énergie...
- **Préserve les qualités nutritionnelles et gustatives des aliments durant toutes les étapes de préparation des recettes :** taux de vitamines, minéraux, acides gras essentiels...
- **Valorise les bonnes associations tant gustatives que nutritives :** pour se régaler, faire profiter l'organisme des macro et micronutriments, et favoriser une bonne digestion ;
- **Met en valeur les recettes** par une présentation attrayante, haute en couleurs.

## LES FORMULES À DÉCOUVRIR

- **Le petit-déjeuner** proposé sous forme de buffet, offre un large choix d'ingrédients satisfaisant les appétits gourmands, mais aussi ceux ayant une digestion plus délicate (céréales sans gluten, boissons végétales...)
- **Une carte et des menus de saison renouvelés** chaque jour, permettant de manger équilibré tout en étant digestes et bénéfiques pour le microbiote.



Notre restauration imaginative et variée s'adapte à vos envies, vos tolérances alimentaires, pour obtenir un microbiote en forme tout en se régaland au quotidien !

## AÏGA RESTAURANT, UNE CUISINE CONCILIANT PLAISIR GUSTATIF ET BÉNÉFICES SANTÉ

FORMULES	AU REPAS	20 NUITS	6 NUITS
Petit déjeuner buffet	15€	273€	85€
Déjeuner ou dîner ..... 3 plats	29€	ND	ND
Déjeuner ou dîner ..... 2 plats	24€	ND	ND
Pension complète <sup>(1)</sup> ..... 3 plats	ND	1 316€	376€
Pension complète <sup>(1)</sup> ..... 2 plats	ND	1 114€	317€
Demi-pension <sup>(2)</sup> ..... 3 plats	ND	785€	224€
Demi-pension <sup>(2)</sup> ..... 2 plats	ND	684€	195€

<sup>(1)</sup> 20 petits-déjeuners, 20 déjeuners et 20 dîners / 6 petits-déjeuners, 6 déjeuners et 6 dîners.

<sup>(2)</sup> 20 petits-déjeuners et 20 déjeuners ou dîners / 6 petits-déjeuners et 6 déjeuners ou dîners.

Menu enfant possible sur demande jusqu'à 12 ans (petit-déjeuner 7€, déjeuner ou dîner 14€)



# 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.**

Cet 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.

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

## **OFFRE CURISTES ET ACCOMPAGNANTS :**

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

*Demandez notre brochure bien-être et loisirs auprès du Service client.*

## **LES ÉQUIPEMENTS DE BIEN-ÊTRE À VOTRE DISPOSITION**

- 1 bassin de détente de 150 m<sup>2</sup> avec cols de cygne, cascade, nage à contre-courant, transats immergés...
- 1 bain à remous extérieur
- 1 solarium extérieur
- 2 hammams
- 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.



# PARRAINEZ VOS PROCHES ET SOYEZ RÉCOMPENSÉS !

**Vous avez apprécié votre cure thermale à Aïga resort, partagez-en les bienfaits !**

**Parrainez un ami faisant une cure thermale pour la première fois et gagnez un cadeau lors de votre prochain séjour.**



## 2 FORMULES DE PARRAINAGE CUMULABLES AVEC EN CADEAU VOTRE ACCÈS DÉCOUVERTE AU SPA OFFERT

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

- Si je parraine 1 Cure prévention santé 6 jours\* =  
Je reçois 1 accès découverte au spa.
- Si je parraine 1 Cure conventionnée de 18 jours\* =  
Je reçois 3 accès découverte au spa

## CARTE PARRAINAGE À RETOURNER CI-CONTRE

**Pour que votre filleul reçoive la documentation Aïga resort thermal.**

*\* réalisée par le filleul*

## COMMENT RETIRER VOS CADEAUX ?

- Remplissez la carte parrainage ci-jointe à la brochure en indiquant le nom de votre/vos filleul(s) et remettez la aux équipes de l'accueil lors de votre arrivée en cure ou envoyez la par voie postale avant votre arrivée.
- Assurez-vous que votre filleul ait bien réservé sa future cure à Aïga resort lors de votre arrivée et qu'il ait également indiqué votre nom sur son bulletin de réservation. Nos équipes d'accueil sauront vous accompagner dans cette démarche.
- Profitez de votre cure thermale et de votre avantage en toute sérénité !

## 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. Le cadeau est à retirer sur place, aucun envoi ne sera effectué.



Resort Thermal de Châtel-Guyon - RTC (nom commercial : Aïga Resort Thermal & Spa), société par actions simplifiée au capital de 75 000 euros, immatriculée au Registre du commerce et des sociétés de Clermont-Ferrand sous le n° 822 679 155, dont le siège social est sis 9A avenue du Général-de-Gaulle, 63140 Châtel-Guyon. TVA n° FR32822679155. La Société est habilitée à délivrer des soins thermaux conventionnés sous le n° Finess 63 078 0039. Toutes les correspondances postales doivent être adressées à : Resort Thermal de Châtel-Guyon - RTC, 9A avenue du Général de Gaulle, CS 10051, 63140 Châtel-Guyon, et les courriels à l'adresse : resa@aiga-resort.com. La prise de réservation ou 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 téléchargables sur le site 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 entre le 1er janvier et le 31 décembre 2024, 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 de réservation ou de commande applicables sont celles de la documentation commerciale en vigueur au jour de la réservation/commande. 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 sauf mention contraire. Les tarifs sont valables pour une prestation délivrée entre le 1er janvier et le 31 décembre 2024 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\*\*\*\* 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.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com)

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

Horaires et tarifs sur [rlv-mobilites.fr](http://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](http://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.