

Uriage-les-Bains

Détente

2025

Santé

Montbrun-les-Bains

Ostéoporose

Alpes

Endométriose

Mini-séjours

Ardèche

Allevard-les-Bains

Bien-être

Fibromyalgie

Thermalisme

St-Gervais Mont Blanc

Prévention

Affections respiratoires

Evian-les-Bains

Arthrose

Savoie

Pause

Dermatologie

Drôme

Gynécologie

Cures thermales

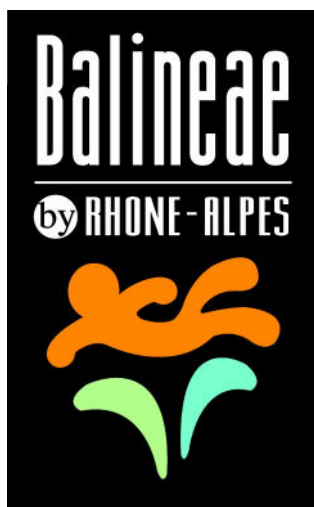
Isère

Soins

Pleine santé

Aix-les-Bains

Diabète



La Léchère-les-Bains

Stress

Brides-les-Bains

Phlébites

Neyrac-les-Bains

Affections psychosomatiques

Eau thermale

Haute-Savoie

Troubles digestifs

Mieux-être

Divonne-les-Bains

Vals-les-Bains

Covid-long

Remise en forme

Surpoids

Ain

Week-end

Auvergne

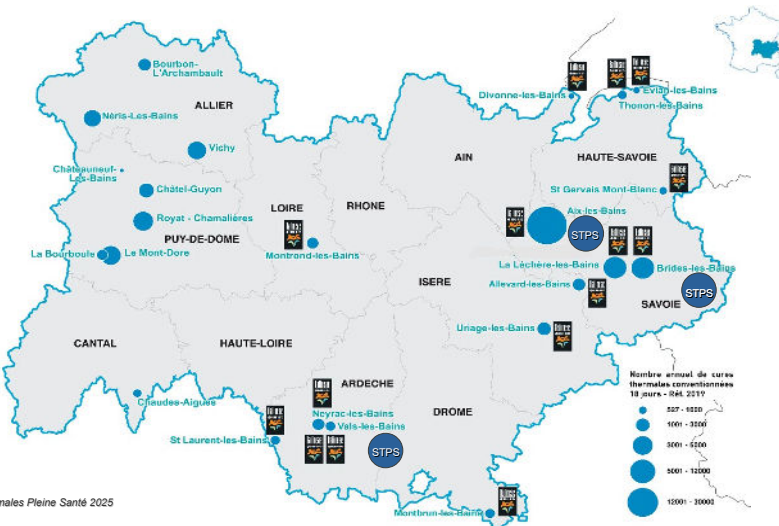
St Laurent-les-Bains

Rhône-Alpes

Destinations Santé & Mieux-être thermal

Des massifs des Alpes aux coteaux de l'Ardèche méridionale, aux collines de la Drôme provençale jusqu'à la Loire, les **15 destinations thermales de Rhône-Alpes** sont présentes sur **7 départements**. Chaque année, l'expertise des cadres de santé et le savoir-faire des équipes de soins révèlent de nouvelles approches pour les cures santé, se déclinant avec des courts séjours libres axés sur la prévention pour prendre soin de son capital santé et de programmes de remise en forme.

Dans cet écriin rhônalpin de mieux-être thermal, les établissements thermaux se distinguent par leur modernité, leur adaptation aux besoins individuels et leur qualité d'accueil. Les curistes et adeptes du bien-être thermal peuvent ainsi bénéficier d'installations dernier cri, conçues pour offrir des expériences thérapeutiques innovantes. L'atmosphère chaleureuse et accueillante des stations contribue à créer un environnement propice à la détente et à la revitalisation, offrant ainsi une expérience thermique complète et mémorable, et ainsi de bénéficier d'un **mieux-être durable**.



15 destinations thermales en Rhône-Alpes



Trinquons à votre Santé

Quelques repères...

Thermalisme France

- **88 stations thermales**, 100 établissements thermaux
- **4,1 milliards € par an** générés par la filière thermique
- **71 %** des stations thermales <5000 habitants
- **11 500 emplois** directs, non délocalisables
- Emplois : 100 curistes supplémentaires = 6 emplois

Thermalisme Rhône-Alpes Thermal

- **14 stations thermales**, 15 établissements thermaux
- **13 %** de la fréquentation nationale
- **61 %** de la fréquentation régionale AURA
- **Aix-les-Bains**, 1ère station thermique Région AURA
- **Savoie**, 3ème département thermal de France
- **80 000 curistes** - Cure 18 jours 2019
- **1 700 000 nuitées** - Cure 18 jours 2019
- **11 000 emplois** directs & indirects - indicateur 2019
- **63 M€ C.A.** en 2019, dont 25 % en non-conventionné - indicateur 2019
- **140 M€** retombées économiques directes/indirectes - indicateur 2019
- **2018** : 79 649 curistes (2019 : fermeture Brides 12 000 curistes)
- **2020 - 2021** : 7 mois fermetures/ crise sanitaire.
- **2020 vs 2018** : - 67,1 % fréquentation cures
- **2021 vs 2018** : - 45,18 % fréquentation cures
- **2022 vs 2021** : + 31,23 % fréquentation cures
- **2023 vs 2022** : + 5,56 %
- **2024 VS 2023 ; + 0,5 % pour Rhône-Alpes**, 3ème territoire de France, 14 stations.

Thermalisme Auvergne-Rhône-Alpes

- **23 stations**, 21 % du thermalisme France
 - **58 %** des stations <5000 habitants
 - **24 établissements** thermaux
 - **3ème région** thermique France, 22 %
 - 1ère : Occitanie
 - 2ème : Nouvelle Aquitaine
 - **130 000 curistes**, 79 % provenance hors Aura
 - **20 000 emplois** directs/indirects
 - **2 700 000 nuitées**
 - **110 M€ CA** consolidé, dont 25 % non conventionné (bien-être, boutiques, hébergement, restauration,...)
 - **275 M€** retombées économiques directes/indirectes
- Sources Rhône-Alpes Thermal - CNETH

Président Rhône-Alpes Thermal
Co-Président FTARA
Renaud BERETTI, Maire Aix-les-Bains

Direction Rhône-Alpes Thermal
Co-Direction FTARA
Sophie FOURNIER VONDERSCHER

S O M M A I R E

■ Balineae by Rhône-Alpes Thermal , 15 destinations santé et prévention	Page 2
■ Nouveautés 2025 :	
Thermes Aix-les-Bains Chevalley – SAVOIE	Page 4
Thermes Aix-les-Bains Marlioz & Les Bains des Alpes – SAVOIE	Page 5
Thermes Brides-les-Bains & Grand Spa Thermal – SAVOIE	Page 6
Thermes Evian-les-Bains – HAUTE-SAVOIE	Page 7
Thermes La Léchère-les-Bains & Spa Ô des Lauzes – SAVOIE	Page 8
Thermes Montbrun-les-Bains – DRÔME	Page 9
Thermes Neyrac-les-Bains – ARDÈCHE	Page 10
Thermes Saint Gervais Mont-Blanc & Les Bains – HAUTE-SAVOIE	Page 11
Thermes Saint-Laurent-les-Bains – ARDÈCHE	Page 12
Thermes Uriage-les-Bains – ISÈRE	Page 13
Thermes Vals-les-Bains & Spa Sequoia Redwood – ARDÈCHE	Page 14
■ Indications thérapeutiques de Rhône-Alpes	Page 15
■ Calendrier 2025 - Dates ouverture	Page 16
■ Bienfaits de l'eau au cœur de nos stations thermales	Page 17
■ Qui sommes nous ?	Page 18
■ Guide interactif de votre séjour thermal	Page 19



Aix-les-Bains Chevalley : L'Équilibre Parfait entre Santé et Évasion

Surplombant majestueusement le lac du Bourget, plus grand lac naturel de France, et nichés aux portes du parc naturel régional du massif des Bauges, les Thermes Chevalley Valvital s'imposent comme une destination phare d'Aix-les-Bains Riviera des Alpes. Alliant douceur de vivre et dynamisme, cette station conjugue harmonieusement thermalisme et tourisme.

Les Thermes Chevalley Valvital, avec leurs 1600 m² d'installations modernes et lumineuses, invitent à un ressourcement total. Profitez de piscines intérieure (34°C) et extérieure (28°C) alimentées en eau thermale, de hammams, de saunas, d'espaces de repos, d'un solarium et du Café Thermae pour une pause gourmande.

En tant que pôle d'excellence de la première station thermale d'Auvergne-Rhône-Alpes, le site notable pour son savoir-faire dans la prise en charge de la rhumatologie et novateur pour ses soins en phlébologie. En complément, grâce au partenariat avec les Thermes Marlioz, la station d'Aix-les-Bains propose également des cures dédiées aux voies respiratoires et aux affections des muqueuses bucco-linguales, renforçant ainsi une prise en charge globale.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balneae :

■ MINI-CURE SÉRÉNITÉ MÉNopause – 5 jours :

Parce que la ménopause est une période charnière dans la vie d'une femme, ValVital propose une mini cure de 5 jours pour mieux comprendre son corps, soulager certains désagréments et accepter ce bouleversement hormonal. Adapté aux femmes en pré ou en post-ménopause, ce programme agit à la fois sur les symptômes physiques ressentis (*prise de poids, troubles cutanés...*) qu'émotionnels.

3 à 4 soins thermaux quotidiens pour soulager les douleurs articulaires et retrouver l'énergie :

- Un soin Berthollaix® (étuve locale)
- 2 applications de boue thermale sur le rachis et les articulations, complétées par une pulvérisation d'eau thermale sur l'ensemble du corps
- 3 bains à hydrojets sur le rachis et les membres supérieurs et inférieurs
- 5 séances de kneippthérapie, une alternance entre jets d'eau thermale froids et chauds sur les membres inférieurs
- Un massage drainant et circulatoire de 30 minutes

Des ateliers d'échange et des cours de sport adaptés pour plus de sérénité :

- Jour 1 : un atelier d'échange sur cette étape clé.
- Jour 2 : un atelier d'auto-massage Dô-In, pour mieux prendre conscience de son corps et faire circuler l'énergie.
- Jour 3 : un atelier Alimentation pour réguler sa prise de poids et un cours de renforcement et d'assouplissement musculaire.
- Jour 4 : un atelier de méditation guidée.
- Jour 5 : un cours de Pilates et un atelier d'échange.

Un accès quotidien à l'espace Aqua-détente

Tarif : 390,00 €/5 jours

Dates début sessions 2025 : 17 février 2025, 16 juin 2025, 10 novembre 2025.

■ MINI-CURE DU SPORTIF – 2 jours :

2 jours de soins thermaux pensés pour une préparation ou une récupération sportive complète. Adressé aux sportifs de tout niveau, ce programme permet de revitaliser pleinement le corps, détendre les muscles, soulager les douleurs articulaires et booster la circulation sanguine.

3 à 4 soins thermaux quotidiens sont au programme :

Jour 1 :

- Un soin Berthollaix® (étuve locale), véritable soin antalgique grâce à la vapeur et à la diffusion de jets d'eau thermale à 38°, ou un bain à hydrojets propulsés en direction des zones du rachis, des membres inférieurs et supérieurs
- Un massage musculaire du dos ou des jambes de 40' pour libérer les tensions
- Une immersion en piscine d'hydromassage de 20'
- Un parcours de marche ou une séance de kneippthérapie pour revigorer son corps

Jour 2 :

- Un enveloppement de boue purifiant et nourrissant
- Une douche à jets énergisante
- Un rituel « Jambes légères » : compresses d'eau thermale, massage drainant circulatoire de 30' et application du gel spécial jambes légères de 40'

Tarif : 190,00 €/2 jours

Saison 2025 : du 3 février au 20 décembre 2025.

Ouvertures :

Cures thermales : 3 février au 13 décembre 2025

Spa thermal – Espace Aqua-détente : 25 janvier 2025 au 4 janvier 2026

Coordonnées Direction :
Julien BOURGEOIS – Directeur
Tél. : 04 79 35 38 50
aixlesbains@valvital.fr - www.valvital.fr

Contact Presse :
Camille TOMASI – 06 59 43 55 20
camille@leburo-rp.com
Pauline Gonnin-Meilleur – 07 65 22 17 09
pauline@leburo-rp.com



Une Parenthèse de Bien-Être au Cœur de la Nature...

Au pied des montagnes et à deux pas du lac du Bourget, le Domaine de Marlioz vous invite à une expérience unique au sein d'un parc de 10 hectares, véritable écrin de sérénité.

Sa source emblématique, Hygie, puisée au cœur des Alpes, est l'une des plus riches en sulfures de France. Ses propriétés exceptionnelles en font une alliée précieuse pour soulager les affections respiratoires, des otites aux bronchites, en réduisant la chronicité et la dépendance aux traitements médicamenteux.

Idéalement situé entre nature et bien-être, le Domaine de Marlioz est une destination incontournable pour conjuguer santé et ressourcement.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balnéaires :

■ RÉNOVATION DU SPA NUXE : « LES BAINS DES ALPES »

Le site propose un spa Nuxe qui sera profondément transformé en 2025 pour une réouverture le 1^{er} juillet 2025. Grand bassin intérieur ludique avec plus de 30 activités, sauna, bassin extérieur chauffé à 36°, hammam, tisanerie, espace détente, et 5 cabines de soins Nuxe dont 2 Duos, 15 cabines de balnéothérapie dont 2 Duos.

Ce nouveau bassin, tourné vers la nature, est un véritable écrin de sérénité avec une vue imprenable sur le Parc du Domaine de Marlioz et la Dent du Chat. Ce bassin unique à Aix-les-Bains vous invite à un moment de bien-être dans une eau chaude à 30°. Chaque détail a été pensé pour apaiser les sens et créer une harmonie entre le corps et l'esprit. Chaque instant dans « Les Bains des Alpes » invite à la détente et à l'évasion.

■ DES SÉJOURS PLEINE SANTÉ :

Le Domaine propose des forfaits séjours ou pause de bien-être, de 1 à 6 jours, avec différents soins alliant détente et santé.

- ♦ Des pauses de 1 à 2 jours : de 27 € à 125 € pour 1 jour, 54 € à 250 € pour 2 jours.
- ♦ Des évasions de 6 jours pour profiter d'une bulle de déconnexion : de 150 € à 695 €

■ SÉJOUR ÉVASION SANTÉ VITALITÉ : 6 jours

- ♦ 6 jours de soins thermaux en Voies Respiratoires
- ♦ 2 soins Nuxe de 30'
- ♦ 1 séance de relaxation sonore
- ♦ 1 séance de Yoga Flow (debout et sol dynamique)

Tarif : 469,00 € / 6 jours

■ SÉJOUR OXYGÈNE :

2 nuits B&B / 3 soins dispensés au Spa Nuxe & aux Thermes du Domaine de Marlioz.

- ♦ 1 soin individuel de balnéothérapie
- ♦ 1 soin Nuxe de 30'
- ♦ 1 accès à l'espace détente
- ♦ 1 découverte de 5 soins thermaux en Voies Respiratoires

Tarif : à partir de 223,00 € / 3 soins

■ SÉJOUR STOP TABAC : S'oxygéner et se libérer du tabac

6 nuits B&B / 18 soins dispensés au Spa Nuxe & aux Thermes du Domaine de Marlioz.

- ♦ 7 soins individuels de balnéothérapie
- ♦ 3 soins Nuxe de 30'
- ♦ 6 accès à l'espace détente
- ♦ 6 jours de 5 soins thermaux en Voies Respiratoires
- ♦ 2 séances de sophrologie

Tarif : à partir de 1 053,00 € / 18 soins

■ CURE SUPER MINI-CURISTES : Les Enfants sont des Héros au Domaine de Marlioz et de leur cure.

Âgés de 2 à 10 ans, les mini-curistes bénéficient de nombreuses animations pour mener des missions tout au long de la cure : le Guide du Super mini-Curiste, un sac à dos et une Cape de Super-Héros...

300 % d'augmentation de la fréquentation en 2024 chez les curistes Enfants.

Ouvertures :

Cures thermales : 10 février au 6 décembre 2025

Spa Nuxe -Les Bains des Alpes : ouvert toute l'année - Fermeture pour travaux du 30 mars au 1^{er} juin 2025

Coordonnées Direction :

Florian HUGONET 06 27 36 31 22

florian.hugonet@accor.com

www.domainedemarlioz.com



Brides-les-Bains : L'Expertise Thermale au Service de la Santé et de la Minceur

Nichée au pied des 3 Vallées, entre Méribel et Courchevel, dans un écrin de verdure, Brides-les-Bains est une destination de choix pour conjuguer santé, bien-être et **amaigrissement durable**. Forte d'une expertise thermale de plus de 170 ans, elle s'impose comme une référence incontestée dans le traitement du surpoids, de l'obésité et des rhumatismes.

Les Thermes et le Grand Spa Thermal, équipés d'installations ultramodernes et intégrant les technologies les plus avancées, offrent bien plus qu'un simple séjour thermal. Brides-les-Bains met à profit son savoir-faire pour accompagner chaque curiste dans une démarche personnalisée, fondée sur des méthodes efficaces, saines et durables.

L'approche unique de Brides-les-Bains repose sur trois piliers fondamentaux : les bienfaits de son eau thermale exceptionnelle, l'expertise des diététiciens du Centre Nutritionnel, et les conseils sur mesure des éducateurs sportifs de l'Espace Activités Physiques. Ensemble, ces éléments font de cette station un modèle en matière d'amaigrissement et de prévention santé.

Seule station thermale au « **Label Diététique** » développé depuis **2013**, Brides-les-Bains célèbre fièrement les **10 ans** de cette distinction, gage d'un engagement continu en faveur de la santé et du bien-être.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balineae :

■ **SÉJOUR DÉCLIC, au Grand Spa Thermal** : 6 jours - Programme spécial minceur

Reconnus pour leur efficacité dans la prise en charge du surpoids/obésité et troubles métaboliques en milieu thermal, c'est tout naturellement que les Thermes de Brides-les-Bains créent un programme spécifique pour la minceur. Il s'agira d'un séjour organisé au Grand Spa Thermal et intégrera un programme complet de soins et d'ateliers.

Pendant 6 jours, des professionnels se relaient pour apporter des réponses et procurer des soins dédiés. Ce séjour réunit tous les ingrédients pour provoquer le déclic minceur : cure de boisson à l'eau thermale de Brides, soins thermaux ciblés, entretiens et ateliers nutritionnels, sans oublier l'activité physique tonifiante.

+ de 32 activités :

- Entretien avec le diététicien en début de séjour, un bilan à la fin avec des conseils personnalisés pour le retour à la maison
- Soins thermaux, cure de boisson
- Autres soins corps
- Atelier nutritionnel; conférences nutritionnelles, démonstration de cuisine
- Activité physique (séances d'aquaforme et cours à l'espace d'activité physique)

Tarif : 840,00 €/6 jours

Période : toute la saison 2025 (hors hébergement)

■ **MINI CURE « Découverte thermale »** : 5 jours

Ce court séjour réunit tous les ingrédients pour faire le plein d'énergie.

Pendant 5 jours, bénéficiez de 4 soins différents selon disponibilité, parmi :

- Douche au jet
- Aérobain
- Douche pénétrante
- Cataplasme
- Piscine des Trombes
- 1 accès découverte à la piscine thermale des Grands Bains de Salins*** (navette Brides/Salins AR comprise)

Tarif : 355,00 €/5 jours

Période : toute la saison 2025 (hors hébergement)

■ **PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE « Parcours Prévention Santé »** : 5 jours

Préserver sa santé et prévenir les maux du quotidien

Programme

- 1 consultation individuelle avec un diététicien pour explorer le mode de vie et l'alimentation
- 1 atelier mémoire et concentration
- 1 atelier de cuisine Préserver son coeur en cuisinant
- 2 accès à l'espace d'activité physique
- 1 conférence Mon sommeil et moi

Programme complémentaire disponible avec une cure thermale conventionnée, une mini-cure ou un séjour spa • À la charge du curiste • Sans prescription médicale

LE PROGRAMME PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ* • 120€

Tarif : 120,00 €/Le programme

Ouvertures :

Cures thermales : 24 mars au 2 novembre 2025

Grand Spa thermal : 26 décembre 2023 au 2 novembre 2025

Coordonnées :

Directrice Générale : Laura LANDRY
Tél. : 04 79 55 23 44
l.landry@thermes-brideslesbains.fr
www.thermes-brideslesbains.fr

Contact Presse : Shadow Communication
Aurélien VINZENTI : 06 58 66 80 49
aurelievinzent@shadowcommunication.fr



Evian-les-Bains : Une expérience thermale au cœur de la nature

Les Thermes d'Evian se trouvent au cœur d'un cadre naturel, entre les Alpes et le lac Léman. L'air pur et vivifiant invite à la détente. En toutes saisons, la nature généreuse de la région surprend. L'eau minérale d'Evian est légère et douce. Elle a une faible teneur en sodium et en sulfates, avec un parfait équilibre entre calcium et magnésium. Elle aide à la digestion et est bien tolérée par l'organisme. Cette eau, utilisée pour traiter les rhumatismes et les troubles digestifs et urinaires, est un véritable trésor naturel. Les Thermes sont pensés pour offrir un espace dédié à la préservation du capital jeunesse, en harmonie avec la nature. L'eau d'Evian, filtrée sous des couches d'argile pendant 35 000 ans, est pure et préservée de toute pollution. Sa douceur en fait un soin idéal pour la peau.

■ CONCEPT des Thermes Evian :

Les Thermes evian® proposent des cures thermales, médicalisées ou non, mais aussi des soins et activités dédiés au bien-être et à la beauté. Les espaces Aqua, Wellness et Fitness permettent de suivre un programme régénérant, relaxant ou tonifiant adapté aux envies et aux besoins de chacun.

- ♦ Régénérer
- ♦ Relaxer
- ♦ Tonifier

3 espaces dédiés :

- ♦ **L'ESPACE AQUA POUR SE REGENERER** : Un espace confortable et chaleureux avec des équipements de dernière génération. Les protocoles de cures et de soins thermaux sont réalisés en adéquation avec le concept de « santé par l'eau » qui met en valeur les vertus reconnues de l'eau minérale evian® et permet de reconstituer ses cellules. 700 m² / 26 cabines de soins / 1 piscine thermale
- ♦ **L'ESPACE WELLNESS POUR SE RELAXER** : baigné de lumière naturelle, l'espace est entièrement dédié aux soins esthétiques et aux massages. Les praticiennes proposent des massages poly-sensoriels favorisant la relaxation et la décontraction musculaire. Le Spa a choisi comme marques partenaires : DERM ACTE et MATIS. 380 m² / 8 cabines de soins en lumière naturelle dont une cabine double / 1 appareil de cryothérapie / 2 hammams / 1 sauna
- ♦ **L'ESPACE FITNESS POUR SE TONIFIER** : vue sur le lac Léman et sur le parc, la salle de sport propose une palette de cours adaptés à tous les niveaux pour se dépenser et un espace cardio & musculation pour se tonifier. Un diagnostic est établi par des coachs sportifs. 360 m² / 3 salles / 1 piscine ludique.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balineae :

■ SÉJOURS « à la carte » : 2 à 5 jours consécutifs.

Laissez-vous guider par une équipe de professionnels qui vous aidera à vous relaxer, vous régénérer, vous tonifier. Choisissez votre nombre de jour et profitez d'un séjour qui vous apportera relaxation profonde, ressourcement et plénitude.

Tarif : 280,00 €/2 jours | 450,00 €/3 jours | 600,00 €/4 jours | 280,00 €/2 jours | 720,00 €/5 jours |

Période : toute la saison 2025 (hors hébergement)

■ RITUEL REBOZO 4 mains :

Vous vivez une étape de votre vie, une épreuve, un changement d'état ou vous souhaitez vous ressourcer, vous recentrer ? Ce soin est un rituel de passage d'un état à un autre, telle une chrysalide. Posez votre intention, recevez un massage enveloppant et relaxant à 4 mains, détoxifiez votre corps dans un bain chaud à l'eau minérale naturelle evian à 37°C puis recevez un serrage du corps au rebozo, tissu qui vient envelopper et enserrer votre corps pour mieux se retrouver, se définir et s'ouvrir au renouveau.

Tarif soin : 220,00 €/120 minute

Période : toute la saison 2025 (hors hébergement)

Ouvertures :

Cures thermales : 13 janvier au 20 décembre 2025

Spa thermal – soins eau minérale : 14 janvier au 20 décembre 2025

Coordonnées Direction :
Directeur Exploitation : Stéphane BUGNON
Tél. : 04 50 75 02 30
www.lesthermesevian.com

Contact Presse :
Vanessa MONSON
Tél. : 06 62 61 31 40
Vanessa.monson@evianresort.com



Destination... Savoie

Thermes La Léchère-les-Bains - Spa Ô des Lauzes

Altitude station : Δ 440 m



Un écrin de sérénité dans la vallée de la Tarentaise

Située au cœur de la Tarentaise, à proximité des stations de ski renommées, La Léchère-les-Bains bénéficie d'un climat doux et apaisant, offrant une atmosphère idéale pour se ressourcer.

La cure thermale de La Léchère est reconnue pour son efficacité grâce à des propriétés uniques : une eau à 61°C, une pression hydrostatique qui contrebalance la pression veineuse, et une composition minérale riche en sulfates, calcium et magnésium. Les bienfaits de cette eau ont été validés par des études scientifiques du C.R.U.L.L. (Centre de Recherche Universitaire de La Léchère), dirigé par le professeur Patrick Carpentier, spécialiste en médecine vasculaire. Les thermes collaborent avec le C.R.U.L.L. qu'ils hébergent depuis 1988, notamment sur deux axes majeurs de recherche : les effets de la douche locale Kneipp sur la micro-circulation des membres inférieurs et l'étude de la micro-circulation pour prévoir l'évolution de la maladie veineuse. Les Thermes de La Léchère abritent également le spa thermal « Ô des Lauzes », un espace de 1500 m² dédié au bien-être, avec des installations aqua-ludiques et de relaxation.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balineae :

■ MINI-CURE « Spéciale Jambes légères » : 5 jours

5 jours pour prendre soin de ses jambes en bénéficiant de 12 soins ciblés :

Pour stimuler la circulation :

- 3 douches au jet (10')
- 1 séance de pressothérapie (20')
- 5 douches Kneipp (10') alternant le chaud et le froid

Pour réduire les gonflements et la rétention d'eau :

- 1 séance de soin cryogénique (20')
- 1 massage drainant (60')

Pour se faire plaisir :

- 1 massage sur mesure ou 1 soin du visage (30'), juste pour le plaisir.

Tarif : 295,00 € / 5 jours (sans hébergement)

Période : toute la saison 2025

■ SÉJOUR « Juste pour les sportifs... » : 2 jours

Ce séjour de 2 jours de soins s'adressent aux sportifs de la montagne douce, randonneurs ou adeptes du vélo.

Cette formule doit être absolument testée :

JOUR 1 (180') :

- 1 séance de sauna infrarouge (20'), pour soulager les courbatures
- 1 Medyjet (20'), pour éliminer la fatigue
- Accès au spa thermal pour les bienfaits de l'eau thermale

JOUR 2 (140') :

- 1 Enveloppement argile ou piment cacao (20') pour son action antalgique
- Accès au spa thermal pour prolonger le plaisir

Tarif : 99,00 € / 2 jours (sans hébergement)

■ RÉNOVATION : Piscine de rééducation

Les thermes investissent pour maintenir l'attractivité de son territoire et la qualité de ses cures. Le nouvel aménagement permettra de répondre aux nouvelles normes PMR de façon plus fluide, et permettant une plus grande prise en charge des personnes à mobilité réduite. Investissement de 1,12 M€.

■ RÉNOVATION : Géothermie sur eaux thermales usées

Le projet consiste à étendre en 2025 le réseau de géothermie, créé en 2012, pour alimenter le système de chauffage des bâtiments publics du Village 92, sur la rive de l'Isère, ainsi qu'au centre aquatique Morel distant de 2 km. Il consiste également à chauffer l'eau des bassins du centre aquatique. Investissement de 0,54 M€.

Ouvertures :

Cures thermales : 24 mars au 18 octobre 2025

Spa thermal : 1^{er} janvier au 31 décembre 2025

www.lalecherelesbains.com

Coordonnées Direction

Carole RECOUVREUR, Directrice

Tél. : 04 79 22 60 30

thermes@lalecherelesbains.com



Montbrun-les-Bains : Un havre provençal entre lavande et bien-être

Nichée sur les flancs du mont Ventoux, au cœur de la Drôme provençale, Montbrun-les-Bains profite d'un ensoleillement exceptionnel et d'un air pur. Reconnu parmi les plus beaux villages de France, il offre un cadre médiéval préservé, entouré de champs de lavande, d'oliviers et de vignes.

À 600 mètres d'altitude, le village et les ruines de son château Renaissance surplombent un paysage exceptionnel. Les Baronnie et le mont Ventoux (1 912 m) dévoilent des panoramas spectaculaires, jusqu'à la Méditerranée par temps clair, invitant à la contemplation et à l'évasion.

Les eaux thermales de Montbrun, riches en soufre, calcium et magnésium, sont reconnues pour leurs bienfaits. Elles renforcent les défenses immunitaires, protègent contre les allergies et soulagent l'arthrose. Jaillissant à 12°C, elles sont chauffées à 40°C pour des soins adaptés à la rhumatologie et aux voies respiratoires.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balneae :

■ AGRANDISSEMENT Travaux 2025 -2027 – Nouveau SPA thermal : investissement de 6,5 M€

Les Thermes de Montbrun-les-Bains investissent 6,35 M€ pour augmenter la capacité d'accueil des curistes médicalisés. L'agrandissement des Thermes vise à doubler le nombre de curistes, soit 4000 cures par an, et de faire progresser de 30 % l'activité du bien-être à terme. La surface de soins gagnera 877 m² supplémentaire, soit un espace total de 2 500 m² dont bénéficieront les Thermes pour les cures médicales.

Montbrun-les-Bains profitera avec ce projet d'un nouveau Spa Thermal autonome, répondant ainsi à une demande toujours croissante et aujourd'hui difficile à satisfaire avec la structure actuelle des Thermes.

Ce projet conforte le positionnement de la station thermale « Destination Bien-être thermal et Santé » en répondant à l'attente de la clientèle touristique et aux besoins de la population locale.

■ MINI-CURE DU SPORTIF – 2 jours :

2 jours de soins thermaux pensés pour une préparation ou une récupération sportive complète. Adressé aux sportifs de tout niveau, ce programme permet de revitaliser pleinement le corps, détendre les muscles, soulager les douleurs articulaires et booster la circulation sanguine.

3 à 4 soins thermaux quotidiens sont au programme :

Jour 1 :

- Un soin Berthollaix® (étuve locale), véritable soin antalgique grâce à la vapeur et à la diffusion de jets d'eau thermale à 38°, ou un bain à hydrojets propulsés en direction des zones du rachis, des membres inférieurs et supérieurs
- Un massage musculaire du dos ou des jambes de 40' pour libérer les tensions
- Une immersion en piscine d'hydromassage de 20'
- Un parcours de marche ou une séance de kneipthérapie pour revigorer son corps

Jour 2 :

- Un enveloppement de boue purifiant et nourrissant
- Une douche à jets énergisante
- Un rituel « Jambes légères » : compresses d'eau thermale, massage drainant circulatoire de 30' et application du gel spécial jambes légères de 40'

Tarif : 190,00 €/2 jours

Ouvertures :

Cures thermales : 3 mars au 30 novembre 2025

Spa thermal : 3 mars au 30 novembre 2025

Coordonnées Direction : Julie HUET ARNOUX

julie.arnoux@valvital.fr

Tél. : 04 75 28 88 61

www.valvital.fr

Contact Presse :

Camille TOMASI – 06 59 43 55 20

camille@leburo-rp.com

Pauline GONNIN – 07 65 22 17 09

pauline@leburo-rp.com



Destination... Ardèche Thermes Neyrac-les-Bains

Altitude station : Δ 390 m



Neyrac-les-Bains : Sérénité et bien-être au cœur des volcans ardéchois

Installée dans le paysage préservé de l'Ardèche méridionale, à proximité des célèbres Gorges de l'Ardèche, Neyrac-les-Bains se distingue par son cadre naturel exceptionnel et son riche patrimoine naturel. La station, située dans un ancien cratère volcanique, offre un havre de paix propice au ressourcement.

Son eau thermale, captée à 42 mètres de profondeur, est pure et préservée de toute contamination. Jaillissant à 29,5°C, elle reflète son origine volcanique avec la présence de gaz carbonique et une composition riche en calcium et magnésium, bénéfique pour les os et la contractilité musculaire. Après un long séjour de 40 ans dans les profondeurs, cette eau dévoile des propriétés uniques utilisées pour des soins thérapeutiques.

Les Thermes, rénovés et agrandis, accueillent une nouvelle piscine dans un espace de 300 m², complétant l'expérience de bien-être. Entre nature et détente, Neyrac-les-Bains invite à une parenthèse revitalisante.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balineae :

■ RÉNOVATION 2024-2025 : investissement de 6,2 M€

Les Thermes de Neyrac les Bains bénéficient d'une véritable réhabilitation sur 2 années 2024/2025. L'objectif est d'optimiser le parcours de soin du curiste, en lui offrant des espaces rénovés et modernes.

De nombreuses extensions ont été faites avec la création d'un spa, d'une résidence, d'un restaurant, d'un cinéma.

Pour cette dernière phase en 2025, après 10 ans de travaux pour un budget global de 12,2 M€, les Thermes rouvriront en Juin 2025.

Dernière phase de réhabilitation, durant l'intersaison 2024- 2025 :

- Rénovation complète des plateaux de soins
- Modification du parcours curistes
- Changement des réseaux eau et air
- Remplacement des menuiseries et d'une isolation nouvelle sur le toit.

Le SITHERE a pu compter sur ses **partenaires financiers** :

- Le soutien fort et constant de l'État, près de 3.5M€ depuis 2015,
- La région Auvergne Rhône-Alpes dans le cadre du Grand Plan thermal avec près d'1,7M€
- Le Département de l'Ardèche avec 600 000 € - mais aussi de l'Europe sur le process énergétique.
- Les partenaires bancaires et la commune de Meyras confirment son soutien au SITHERE en ayant garanti un emprunt.

■ DÉMARCHES pour un nouvel agrément : Phlébologie

La communauté de communes Ardèche des Sources et Volcans cofinance avec la commune de Meyras l'étude médicale pour l'obtention de l'agrément supplémentaire en phlébologie.

Le partenariat construit avec le délégataire, la société des thermes de Neyrac, depuis 1989 est également précieux.

Cette stabilité a permis de dépasser les crises et de se projeter dans le développement de l'établissement et de la station tout en respectant toujours les droits et obligations de chacun.

Ouvertures :

Cures thermales : 9 juin au 22 novembre 2025

Spa thermal : 9 juin au 22 novembre 2025

Coordonnées :

Directeur Général : Fabrice TAREAU

Tél. : 04 75 36 46 00

fabrice.tareau@thermesdevals.com

www.thermesdeneyrac.com



Saint-Gervais Mont Blanc : Le bien-être au sommet

Au pied du plus grand massif montagneux d'Europe, Saint-Gervais Mont Blanc combine l'authenticité alpine et une expérience thermale unique. Exploitée depuis 1807, l'eau thermale de cette station puise ses bienfaits dans les profondeurs du Massif du Mont-Blanc, après un parcours souterrain de 6 500 ans à travers des couches géologiques. Elle jaillit à 39°C, riche en minéraux, offrant des propriétés régénérantes exceptionnelles.

Les Bains du Mont-Blanc proposent des bassins intérieurs et extérieurs où les températures varient de 34 à 38°C, pour une détente optimale. L'espace sensoriel « Forêt de Pluie », de 200 m², immerge les visiteurs dans une atmosphère apaisante et naturelle, à deux pas du torrent du Bonnant.

Entourée de paysages grandioses et empreinte de traditions, Saint-Gervais Mont Blanc est une destination où le bien-être s'allie à la magie des montagnes majestueuses.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balineae :

■ SÉJOUR : VIVA post cancer : programme libre de 6 jours

ACTIVITÉ PHYSIQUE

Un programme personnalisé par une coach certifiée pour retrouver mobilité et confiance dans son corps grâce à des activités respectueuses de chaque personne et de toutes les formes de cicatrices et pathologies.

1 entretien découverte, 2 à 5 séances (en eau thermale et de marche nordique)

SOPHROLOGIE

1 à 3 séances de groupe avec une sophrologue pour partager les expériences et difficultés de la vie quotidienne.

DIÉTÉTIQUE+

Une diététicienne anime un atelier sur les habitudes alimentaires et conseille les bonnes pratiques.

REPAS

Une fois par semaine vous partagerez un repas dans la convivialité, accompagné de votre coach et des autres curistes VIVA.

SOIN BIEN-ÊTRE

Parce qu'il est important de prendre soin de vous, nos spa praticiennes vous prodigueront un soin visage Éclat de 30 min. À vous de choisir à quel moment du programme vous souhaitez le réaliser.

ACCÈS ILLIMITÉ AUX BAINS DU MONT-BLANC

Tarif : 550,00 €/ 6 jours

Période : 1 session chaque mois

■ JOURNÉE(S) : 100 % RÉCUP THERMALE : 1, 2 ou 3 jours

Le programme « Détente 100% thermale » soulage les douleurs et courbatures et autres douleurs

L'eau Thermale de Saint-Gervais présente dans les Bains, les douches et les massages sous affusion est chargée de minéraux et d'oligo-éléments, Elle confère de nombreux bienfaits. Anti inflammatoire, cicatrisante et apaisante, l'eau thermale du Mont blanc permet une diminution des douleurs qui altèrent le quotidien.

Les enveloppements d'argile réalisés chaque jour permettent de réduire les inflammations et d'adoucir la peau. l'argile de montagne mélangée à l'eau thermale naturellement chaude apaise les douleurs articulaires.

L'environnement autour du parc thermal est propice au repos, à la détente et la relaxation. Le massage en flottaison intensifie la sensation de déconnexion et de soulagement du corps et de l'esprit.

Tarif : 169,00 €/jour

Période : toute l'année. A la demande.

■ JOURNÉE – SKI & SPA THERMAL :

Profitez d'une journée de plaisir intense entre le paysage idyllique des pistes de ski avec vue sur le Mont-Blanc et la fin de journée dans l'eau thermale bienfaisante et réparatrice du Spa thermal des Bains du Mont-Blanc.

Le forfait ski & spa (forfait ½ journée ski + une ½ journée spa) peut se transformer en EST Ski & Spa pour les plus novices. Un professionnel du ski vous accompagnera sur les pistes pour vous faire découvrir le domaine skiable en toute sécurité avec les conseils adaptés pour progresser.

Tarif :

- 88,00 €/jour forfait Ski & Spa
- 179,00 €/jour forfait ESF Ski & Spa

Période : Saison hiver 2025

Ouvertures :

Cures Dermatologie : 27 janvier au 22 novembre 2025

Cures ORL & voies respiratoires, AMB : 31 mars au 4 octobre 2025

Spa Thermal « Bains du Mont-Blanc » : 1^{er} janvier au 31 décembre 2025 (Fermetures techniques du SPA : 12/05 au 22/05 inclus et 24/11 au 04/12 inclus)

Coordonnées Direction :

Directrice médicale : Anne-Sophie MOUSSAULT
Thermes : 04 50 47 54 54
www.thermes-saint-gervais.com

Contact presse – Agence MCP :

Fabien DOMINGUEZ
fabien@mcp-rp.com
04 76 86 84 00



Destination... Ardèche

Thermes Saint-Laurent-les-Bains

Altitude station : Δ 879 m



RH

Saint-Laurent-les-Bains : L'alliance apaisante de la nature et des eaux thermales

Au cœur des hautes Cévennes ardéchoises, les Thermes de Saint-Laurent-les-Bains s'intègrent dans une vallée verdoyante protégée par des collines. Perchée à 800 mètres d'altitude, cette station baignée par un climat méditerranéen tonique offre un cadre idéal pour se ressourcer. Ici, la nature sauvage invite à ralentir, à écouter le silence et à s'imprégner des récits de ceux qui vivent en harmonie avec ce territoire préservé.

Les eaux thermales bicarbonatées sodiques de Saint-Laurent, légèrement effervescentes et faiblement minéralisées, jaillissent entre 49 et 52°C. Leurs propriétés uniques favorisent la dilatation vasculaire, améliorent l'oxygénation des tissus et soulagent efficacement les douleurs, en particulier liées aux rhumatismes.

Dans cet écrin de sérénité, les Thermes de Saint-Laurent-les-Bains offrent une expérience où la nature et les soins thermaux s'unissent pour un bien-être profond du corps et de l'esprit.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balineae :

■ PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRE A LA CURE – RANDONNÉE

Objectif 1 : 2 randonnées avec accompagnateur :

- ♦ Niveaux Moyen (2 h00 – 7 km) & Confirmé (3 h 30 - 10 km), au départ du village de Saint-Laurent
- ♦ 2 séances de Pressothérapie Récupératrice, 20 min
- ♦ 2 séances de Lit Hydromassant, 10 min
- ♦ 1 séance de Bain Thermal Hydromassant, 12 min
- ♦ 1 modelage Décontractant aux Huiles Essentielles, 20 min
- ♦ Prêt des bâtons de marche

Tarif programme complémentaire (non pris en charge par l'Assurance Maladie) : 139,00 €

Période : toute la saison thermale 2025

■ PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRE A LA CURE – DOS

Objectif 1 :

Se réapproprier son corps par la gestion de la douleur et de la fatigue

- ♦ 1 séance de modelage décontractant, 20 min
- ♦ 3 séances de lit hydromassant, 12 min
- ♦ 2 séances de bain reminéralisant, 12 min
- ♦ 1 séance de bain de vapeur Thermale
- ♦ 1 accès salle multisensorielle

Objectif 2 :

Se réapproprier son corps par la reprise de l'activité physique

- ♦ 1 séance de gym Douce, 30 min
- ♦ 2 séances de marche guidée, 90 min

Tarif programme complémentaire (non pris en charge par l'Assurance Maladie) : 139,00 €

Période : toute la saison thermale 2025

Ouvertures :

Cures thermales : 28 mars au 6 novembre 2025

Spa thermal : 1^{er} avril au 31 octobre 2025

Coordonnées Direction:

Directrice : Sonia JULLIEN

Tél. : 04 79 71 06 20 - sonia.jullien@chainethermale.fr

<https://www.chainethermale.fr/saint-laurent-les-bains>

Contact Presse : Well Com Media

Caroline.falce@wellcommedia.fr - 06 81 94 38 87

maeva.batailles@wellcommedia.fr - 06 68 24 31 23



Uriage-les-Bains : Bien-être et soins thermaux au cœur des Alpes

Située dans un vallon enchanteur à quelques kilomètres de Grenoble, Uriage-les-Bains bénéficie d'un cadre naturel exceptionnel entre forêts apaisantes et climat tempéré. À une altitude comprise entre 400 et 600 mètres, cette station thermale offre un refuge idéal pour se ressourcer et profiter des bienfaits de son eau unique.

L'eau thermale d'Uriage se distingue par ses propriétés curatives exceptionnelles. Riche en zinc et en soufre colloïdal, elle favorise la cicatrisation des lésions cutanées, tout en apaisant les inflammations grâce à une teneur en calcium trois fois supérieure à celle des autres eaux thermales. Ses bienfaits sont renforcés par des oligo-éléments tels que le cuivre, le manganèse, le sélénium et le silicium.

Reconnue pour son efficacité en rhumatologie (RH) et en dermatologie (DER), l'eau d'Uriage est particulièrement indiquée pour les personnes souffrant d'arthrose psoriasique. Plus qu'une station thermale, Uriage-les-Bains est une destination de bien-être, où soins curatifs et sérénité se rencontrent au cœur des montagnes.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balineae :

■ **RÉNOVATIONS** : plus de 2,7 M€ (+ 1,4 M€ pour la rhumatologie en 2024)

ESPACE DERMATOLOGIE : Les thermes investissent 2,7 m€ pour la rénovation de l'espace Dermatologie et ORL.

SPA THERMAL : création d'un nouveau spa

■ **SÉJOUR 6 jours** : 6 jours, lundi au samedi

« **ATELIERS RE-SOURCE** » (*post cancer*) 285.00 € *

- 4 soins au choix par jour parmi les soins à la carte Dermatologie
- Accès au sauna & Hammam
- Piscine intérieure et extérieure du spa thermal
- 5 ateliers collectifs : groupe de parole, activité physique adaptée, conseils kiné, maquillage correcteur, séances pratiques en fonction des dates (sophrologie, art thérapie, yoga thermal).

Tarif : 285,00 €/ 6 jours

■ **ATELIERS – « EAUXYZEN »** 285.00 € *

Ateliers élaborés par les équipes des thermes d'Uriage, des professionnels de santé et des intervenants formés à l'éducation thérapeutique. Il s'agit d'une mini cure de 6 jours où soins thermaux et ateliers se complètent (*entretien individuel, soins thermaux et ateliers thématique et collectifs*). Accompagné(e), écouté(e), vous pourrez échanger et partager avec d'autres patients, vous enrichir des expériences, connaissances de chacun et expérimenter des pratiques afin d'améliorer votre bien-être physique et mental.

En participant à la mini-cure EAUXYZEN l'objectif est de **diminuer l'impact négatif des traitements médicamenteux** sur sa vie quotidienne, se recentrer sur soi-même et devenir acteur de son bien-être tout en bénéficiant des bienfaits unique et protectrice de l'Eau thermale d'Uriage.

Fatigue psychique, troubles de la concentration, troubles alimentaires, douleurs articulaires, séquelles dermatologiques, troubles des voies respiratoires...

- 4 soins au choix par jour parmi les soins à la carte
- Accès au sauna & Hammam
- Piscine intérieure et extérieure du spa thermal
- 5 ateliers collectifs : groupe de parole, activité physique adaptée, conseils kiné, auto-massage, séances pratiques en fonction des dates (sophrologie, art thérapie, yoga thermal).

Tarif : 285,00 €/ 6 jours

*Ateliers Re-source et/ou Eauxyzzen accessibles pour 95.00 € dans le cadre d'une cure thermale conventionnée de 18 jours.

Ouvertures :

Cures médicales : 31 mars au 6 décembre 2025

Spa thermal & Espace Bien-être : 13 janvier au 31 décembre 2025

Coordonnées :

Directeur : Charles BEAUJEAN
60 Place Déesse Hygie, 38410 Uriage-les-bains
Thermes : thermes@uriage.com
Spa thermal : spathermal@uriage.com
www.centre-thermal.uriage.com



Vals-les-Bains, pétillante et authentique au cœur des volcans d'Ardèche

Au cœur des jeunes volcans d'Ardèche, Vals-les-Bains séduit par sa renommée thermale, la chaleur de son accueil, la richesse de ses activités et la beauté de ses paysages préservés.

Les eaux de Vals-les-Bains, réputées pour leurs propriétés thérapeutiques, sont exclusivement consommées en petites quantités et sur prescription médicale. La station compte plusieurs eaux aux caractéristiques uniques :

La Constantine : bicarbonatée sodique, fortement minéralisée (9 g/l).

La Précieuse : une eau richement minéralisée (7,5 g/l).

La Dominique : unique en France, elle est l'une des plus ferro-arsenicales, idéale contre l'anémie et la grande fatigue.

La Camuse : une eau plus légère avec 4 g/l de sels minéraux.

Ces eaux fraîches, naturellement délivrées entre 12 et 16 °C, contribuent au rayonnement de Vals-les-Bains comme une destination de santé et de bien-être incontournable.

NOUVEAUTÉS 2025 – Sélections Balineae :

■ PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE cure thermale 18 jours : PACK ADO

Programme adapté pour les jeunes de moins de 18 ans.

Chez les enfants et les jeunes de moins de 18 ans, plus la surcharge pondérale est prise en charge tôt plus les chances d'évolution sont grandes. La sédentarité et la malbouffe étant le fléau des jeunes, l'activité physique et la diététique sont les piliers de ce pack avec les thérapeutes spécialisés.

LE BIEN-ÊTRE :

1 séance de shiatsu

1 consultation avec le psychologue

LA DIÉTÉTIQUE :

1 atelier « Lecture des étiquettes »

1 cours de cuisine « Parents/ados »

1 consultation Diététique

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE :

1 accompagnement avec l'éducateur sportif

Accès à la salle de sport

1 séance aquabike hebdomadaire

Sessions : 14 juillet au 2 août 2025 | 4 août au 23 août 2025

Tarif : 105,00 €/ 6 jours

■ SEJOUR : RÉPIT POUR LES AIDANTS

Espace cures thermales

De nombreuses personnes accompagnent, aident quotidiennement des adultes ou des enfants en situation de handicap, en perte d'autonomie, ou atteint de maladie grave ou chronique. Les Thermes de Vals-les-Bains proposent une solution de répit afin de soulager l'aidant et lui permettre de souffler.

SOINS :

6 enveloppements de boue

6 douches générales à l'eau thermale

6 douches pénétrantes

3 douches forte pression

3 séances en piscine de mobilisation

1 accès de 2h00 au Spa Sequoia Redwood

ATELIERS :

Accès à tous les ateliers

1 séance avec la psychologue

Tarif : 450,00 €/ 6 jours pour aller mieux

Ouvertures :

Cures médicales : 20 mars au 30 décembre 2023

Spa thermal & Espace Bien-être : 20 mars au 30 décembre 2023

Coordonnées :

Responsable Marketing & Communication : Emilie BERTRAND

Tél. : 04 75 37 46 68 - emilie.bertrand@thermesdevals

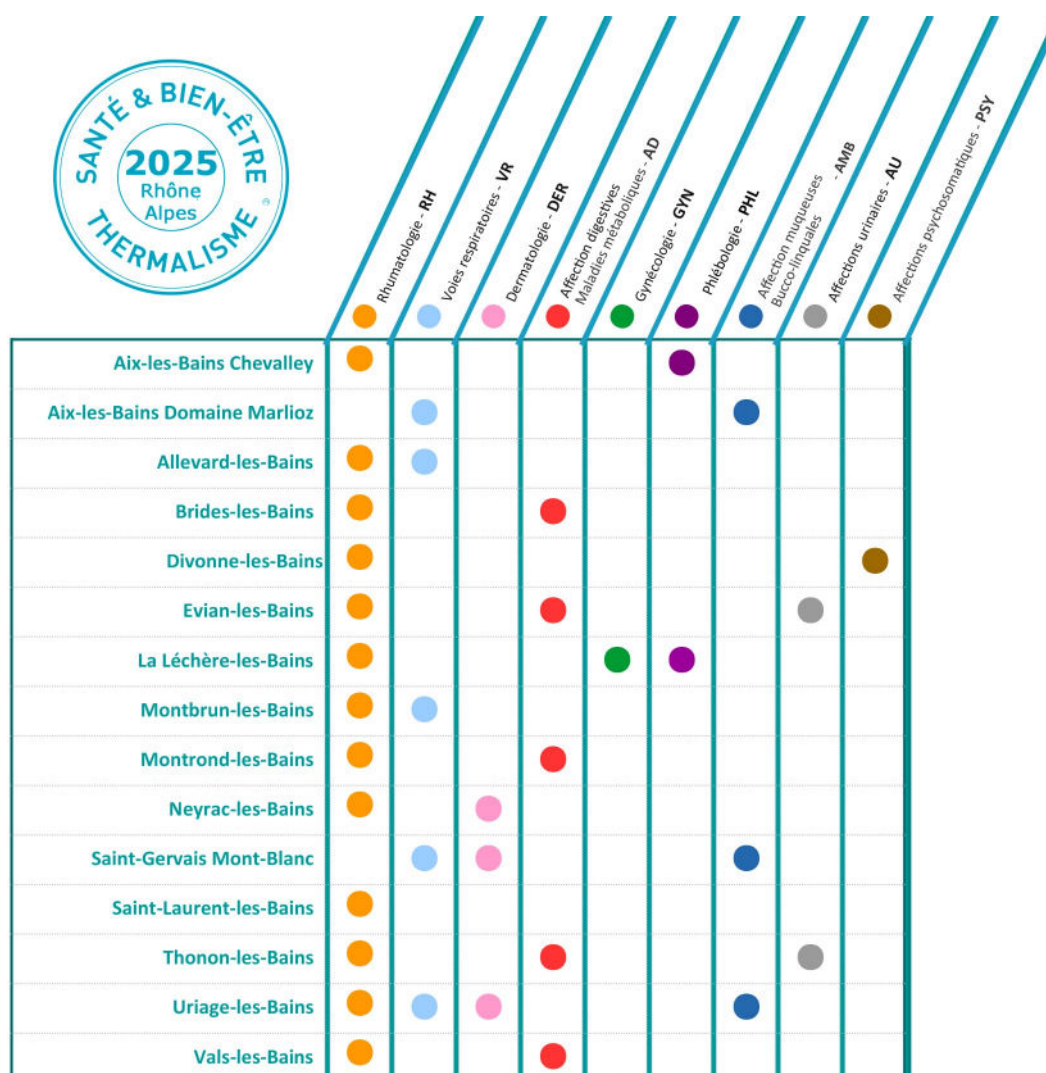
www.thermesdeneyrac.com

Indications thérapeutiques...

Les 15 établissements thermaux rhônalpins répondent ensemble à toutes les affections traitées par les eaux thermales.

Les études scientifiques validées grâce à l'Afreth participent à la légitimité des cures thermales en prouvant leur efficacité. Nombre de centres thermaux rhônalpins sont impliqués avec leur savoir-faire dans les travaux des études.

- **Etude Educatherm** : en août 2019, la conclusion de l'étude Educatherm **montre des effets positifs** de la cure thermique sur le poids, l'activité physique, l'alimentation et le bien-être psychologique et physique, renforcés et pérennisés par le programme d'éducation thérapeutique « **En Thermes de santé et de Rondeurs** ». Station : **Brides-les-Bains**
- **Etude Maâthermes** : évaluation du service médical rendu de la cure thermique dans la prise en charge du surpoids & de l'obésité, en comparaison de son efficacité à celle des traitements habituels. Stations : **Brides-les-Bains, Vals-les-Bains**.
- **Etude Thermarthrose** : évaluation du service médical rendu de la cure thermique dans le traitement de l'arthrose du genou. Station : **Aix-les-Bains**.
- **Etude Thermes & Veines** : évaluation du service médical rendu de la cure thermique dans la prise en charge de l'insuffisance veineuse chronique sévère. Station : **La Léchère-les-Bains**.





DATES OUVERTURE 2025

Aix-les-Bains - Thermes Chevalley - Savoie

Cures : 3 février au 13 décembre 2025
Spa thermal - Espace Aqua-détente : 25 janvier 2025 au 4 janvier 2026

Aix-les-Bains - Thermes Domaine de Marlioz - Savoie

Cures : 10 février au 6 décembre 2025
Spa Nuxe & Les Bains des Alpes - : Ouvert toute l'année – *Fermeture pour travaux du 30 mars au 1^{er} juin 2025*

Allevard-les-Bains - Isère

Cures Rhumatologie : 31 mars au 2 novembre 2025
Cures Voies Respiratoires : 31 mars au 2 novembre 2025
Espace bien-être & Forme : 31 mars au 2 novembre 2025

Brides-les-Bains - Savoie

Cures : 24 mars au 2 novembre 2025
Le Grand Spa Thermal® : 26 décembre 2024 au 2 novembre 2025

Divonne-les-Bains - Ain

Cures & Spa thermal : *Réouverture prévue en 2026*

Evian-les-Bains - Haute-Savoie

Cures : 13 janvier au 20 décembre 2025
Spa thermal – Soins eau minérale : 14 janvier au 20 décembre 2025

La Léchère-les-Bains - Savoie

Cures : 24 mars au 18 octobre 2025
Spa thermal & espace bien-être : 1^{er} janvier au 31 décembre 2025

Montbrun-les-Bains - Drôme

Cures : 3 mars au 29 novembre 2025
Espace Bien-être/Spa Thermal : 3 mars au 30 novembre 2025

Montrond-les-Bains - Loire

Cures : 31 mars au 29 novembre 2025
Spa Les Illéades : 9 février 2025 au 3 janvier 2026

Neyrac-les-Bains - Ardèche

Cures : 9 juin au 22 novembre 2025 – *Fermeture pour travaux jusqu'en juin 2025*
Spa thermal et espace Bien-être : 9 juin au 22 novembre 2025 – *Fermeture pour travaux jusqu'en juin 2025*

Saint-Gervais Mont-Blanc - Haute-Savoie

Cures Dermatologie : 27 janvier au 22 novembre 2025
Cures ORL - Voies Respiratoires - AMB : 31 mars au 4 octobre 2025
Spa thermal « Bains du Mont-Blanc » : 1^{er} janvier au 31 décembre 2025
(SPA - Fermetures techniques : 12/05 au 22/05 inclus et 24/11 au 04/12 inclus)

Saint Laurent-les-Bains - Ardèche

Cures : 28 mars au 6 novembre 2025
Spa thermal et espace bien-être : 1^{er} avril au 31 octobre 2025

Thonon-les-Bains - Haute-Savoie

Cures : 3 mars au 29 novembre 2025
Espace Bien-être/Spa Thermal : 2 janvier au 31 décembre 2025

Uriage-les-Bains - Isère

Cures : 31 mars au 6 décembre 2025
Spa thermal – Espace bien-être : 13 janvier au 31 décembre 2025

Vals-les-Bains - Ardèche

Cures : 17 mars au 13 décembre 2025
Spa thermal Sequoia Redwood et espace Bien-être : 14 février 2025 au 4 janvier 2026





15 destinations Mieux-être thermal... Balineae, stations thermales pour vivre mieux...

Tous les bienfaits de l' **eau** jaillissent au cœur de notre territoire

L' **eau**, 3 lettres pour votre mieux-être

Derrière la marque Balineae© ce ne sont pas moins de 15 destinations thermales qui vous invitent à venir puiser le mieux-être au cœur du territoire rhônalpin.

Reflète d'une offre sans cesse renouvelée, associant cures traditionnelles et thérapies récentes, la marque Balineae se veut la garante d'une santé protégée et d'un équilibre retrouvé.

Onze indications thérapeutiques pour répondre à l'ensemble des affections traitées par les eaux thermales, parmi lesquelles douleurs rhumatismales, problèmes dermatologiques, surpoids, diabète, phlébites, ou encore difficultés respiratoires.

Une large palette de séjours et de soins pour entretenir son capital santé, retrouver sa vitalité, arrêter de fumer, affiner sa silhouettes, lutter contre le stress, faciliter la reprise d'activités physiques, apprendre à manger équilibré...

Entre bains hydromassants, douches au jet, modelages sous affusion, mais aussi enveloppements de boue ou massages du monde, partez à la découverte d'une tradition thermale en plein renouveau et laissez les ondes bienfaites et courants tonifiants vous porter et vous mener à l'essentiel : **votre mieux-être**.

eau finez votre séjour

Le temps d'une cure santé ou d'un séjour de remise en forme, et pour un retour aux sources pleinement réussi, profitez de votre temps libre pour inscrire la découverte de notre territoire au programme de vos journées.

Au delà de la qualité des eaux thermales et des soins prodigués, les richesses culturelles et touristiques de chaque station ou département sont autant d'attraits uniques venant s'ajouter aux atouts propres de chaque établissement thermal.

Curiosités locales et gastronomie, patrimoine naturel et culturel, traditions artisanales, activités physiques et de détente, escapades culturelles, ateliers nutritionnels... Ces compléments vous permettent de ressourcer corps et esprit !

Un environnement naturel exceptionnel et préservé s'offre à vous, des versants savoyards aux coteaux ardéchois, par un détour dans la Drôme provençale et la Loire. Chacun saura trouver parmi les 15 destinations thermales celle qui va le mieux au besoin du moment et votre envie, pour prendre ainsi soin de votre **capital santé et vivre mieux**.

Berc **eau** du thermalisme

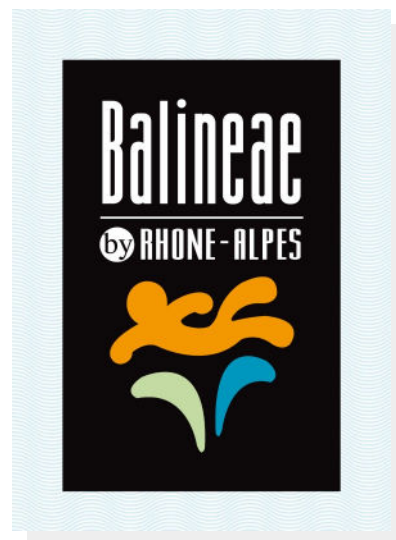
Qu'elles soient sulfurées, chlorurées ou sodiques, bicarbonatées, iodurées ou ferrugineuses, carbogazeuses, isotoniques, calciques ou magnésiennes, les **eaux thermales de Rhône-Alpes** se déclinent en mille et une vertus. Issue des profondeurs de la terre et bénéficiant de contrôles qualité constants, l'eau thermale est une richesse naturelle et un capital essentiel pour la santé et la vie.

Depuis des millénaires, le thermalisme ne cesse d'apporter les preuves de son efficacité thérapeutique.

Et chaque année dans nos stations thermales ce sont plus de 80 000 curistes qui viennent et reviennent en apprécier les bienfaits.

Le Thermalisme est une source de bienfaits accessibles à tous, favorisant le rétablissement de notre corps malade et l'entretien de notre capital santé.

Qui Sommes nous ?



Balineae by Rhône-Alpes vous invite à découvrir les **15 destinations thermales** de son territoire singulier et le caractère unique de ses stations. Profitez des **ressources thermales** et d'un **environnement naturel exceptionnel** pour prendre soin de votre santé et entretenir votre mieux-être. Prenez le temps d'apprécier les bienfaits de nos destinations thermales lors d'une cure médicale, d'un court séjour de pleine santé ou d'une pause bien-être dans l'un de nos spas thermaux.

La **cure thermale** est l'occasion idéale de profiter pleinement des ressources de votre destination. Enrichissez votre programme de soins grâce à une éducation thérapeutique adaptée à votre pathologie, acquérez une meilleure connaissance de vos maux et apprenez à en réduire les effets pour améliorer votre quotidien.

L'**eau thermale** est une richesse naturelle, issue des profondeurs de la terre et soumise à des contrôles de qualité constants et rigoureux. Elle constitue une ressource essentielle pour la santé, et son environnement offre un cadre idéal pour la **prévention santé**.

Nos 15 destinations thermales vous offrent l'opportunité d'une pause dédiée à votre **capital santé**. Le temps d'un court séjour dans l'une des **3 premières stations*** de **Pleine Santé**, bénéficiez d'une approche conjuguant soins thermaux et activité physique, gestion du stress ou ateliers de nutrition. Nos établissements thermaux vous accompagnent pour retrouver votre vitalité, affiner votre silhouette, lutter contre le stress, arrêter de fumer, reprendre une activité physique ou améliorer votre respiration, tout en respectant les contraintes d'un emploi du temps chargé. Offrez-vous un moment de détente dans l'un de nos spas consacrés à la remise en forme : bains hydromassants, douches au jet, massages, séances d'aquabiking, soins esthétiques, jacuzzis, hammams, saunas... chacun trouvera la pause thermale qui lui convient. Faites plaisir à vos proches en leur offrant une parenthèse bien-être pour **écouter** leur corps et **prendre soin** d'eux.

Faites de cette pause santé et bien-être un moment d'exception. Bénéficiez du savoir-faire des équipes de soins des thermes et de l'environnement naturel remarquable de chacune de nos stations thermales, réparties dans sept départements : Ain, Ardèche, Drôme, Haute-Savoie, Isère, Loire et Savoie. Découvrez sur **www.Balineae.fr** les 15 destinations thermales et stations touristiques de Rhône-Alpes. Simplifiez l'organisation de votre séjour en préparant votre programme d'activités et de découvertes touristiques avec les offices de tourisme.

Découvrez notre **Carte dynamique** sur Balineae.fr, développée avec la collaboration des offices de tourisme, pour préparer votre séjour en sélectionnant les activités physiques et culturelles, les visites de nos patrimoines sans cesse réactualisées au cours des 4 saisons.

Suivez notre actualité tout au long de l'année et profitez des offres spéciales des «4 saisons thermales Balineae».

*Stations de Pleine Santé 2025 : Aix-les-Bains, Brides-les-Bains, Vals-les-Bains



#TrinquonsàvotreSanté

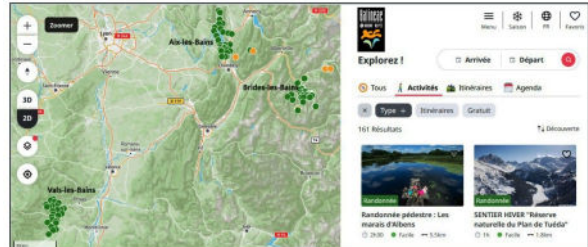
Balineae® est une marque déposée par Rhône-Alpes Thermal

F é d é r a t i o n R h ô n e - A l p e s T h e r m a l
BP 20332, 73100 Aix les Bains – France - Téléphone : 04 79 35 76 92 - Siret 341 242 121 00026
w w w . b a l i n e a e . f r

Santé, bien-être et découvertes :



Le guide interactif de votre séjour thermal



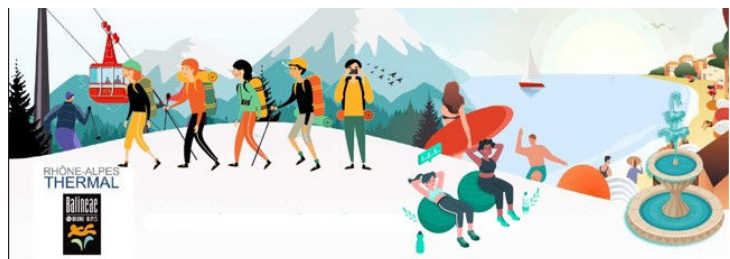
Balineae by Rhône-Alpes dévoile sa carte interactive développée avec les stations thermales de Rhône-Alpes. Cet outil innovant offre aux curistes et aux amateurs de bien-être une multitude d'activités physiques et culturelles, adaptées à tous les niveaux : randonnée, balade, sophrologie, cyclisme, exploration du patrimoine... La possibilité de sélectionner l'une des quatre saisons permet de personnaliser son expérience et de profiter des itinéraires tout au long de l'année. Partez à la découverte du territoire de votre destination thermique.

Cette initiative enrichit l'offre traditionnelle des soins thermaux en proposant des activités bénéfiques pour la santé physique et mentale. Dès 2025, trois stations pionnières — Aix-les-Bains, Brides-les-Bains et Vals-les-Bains — se sont engagées dans la démarche de "Pleine Santé" et offrent un accès à la carte dynamique de leur territoire spécifique. Développée grâce à l'implication des offices de tourisme, cette carte permet de découvrir le riche patrimoine des stations thermales rhônalpines et de profiter des nombreuses activités proposées par les acteurs locaux.

En complément des soins thermaux, l'intégration d'activités physiques régulières, comme la randonnée ou le cyclisme, contribue à prévenir et limiter les effets du vieillissement, tout en améliorant le bien-être général des curistes.

Cette carte interactive s'inscrit donc dans une démarche globale de promotion de la santé et du mieux-être, en offrant aux personnes en pleine santé des outils pour entretenir leur capital santé de manière ludique et personnalisée.

Le développement de cette carte se poursuit pour intégrer prochainement les escapades et curiosités des autres destinations thermales de Rhône-Alpes. Nous vous invitons à explorer les trois premières cartes des stations thermales engagées dans cette démarche de "Pleine Santé" et à découvrir comment cette innovation participe à l'entretien du capital santé. Elle participe pleinement à la préparation du séjour en station.



*Stations de Pleine Santé 2025 : Aix-les-Bains, Brides-les-Bains, Vals-les-Bains

Balineae® est une marque déposée par Rhône-Alpes Thermal



C O N T A C T P R E S S E

R h ô n e - A l p e s T h e r m a l
Sophie FOURNIER VONDERSCHER
Déléguée Générale

Tél. 06 30 03 61 35
fournier.sophie@balineae.fr
BP 20332 – 25 Boulevard des Anglais
73100 Aix-les-Bains
w w w . b a l i n e a e . f r



Dossier presse Balineae by Rhône-Alpes – Édition Mars 2025

Crédits photos : Balineae

F é d é r a t i o n R h ô n e - A l p e s T h e r m a l
BP 20332, 73100 Aix les Bains – France - Téléphone : 04 79 35 76 92 - Siret 341 242 121 00026
w w w . b a l i n e a e . f r