



THERMES
NÉRIS-LES-BAINS

AUVERGNE

2022

DU 11 AVRIL AU 29 OCTOBRE

CURE THERMALE CURE PRÉVENTION SANTÉ

NÉRIS-LES-BAINS

NEUROLOGIE • RHUMATOLOGIE • AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES

CURE | SPA



Nérès les bains, l'expertise thermale à vivre pour retrouver son harmonie.



Bienvenue à Nérès-les-Bains !

L'un des plus beaux détours de France.

Nérès-les-Bains est une station thermale et touristique située au sud ouest de l'Allier. À une centaine de kilomètres des volcans d'Auvergne, la ville est au carrefour de départements au riche patrimoine naturel tels que la Creuse, le Puy de Dôme et le Cher.

Nérès-les-Bains présente de multiples facettes. Emblème des villes d'eaux, le quartier thermal se dévoile aux yeux des curieux, de l'établissement thermal et son SPA Les Nériades, au théâtre en passant par le casino. Autour, les extravagantes villas "Belle-Époque" ajoutent au charme intemporel de ce lieu propice à la flânerie. Non loin, une construction art-déco majestueuse dont la façade classée surprend : l'ancienne gare de Nérès-les-Bains. Avec ses tuiles vernissées et son élévation en grès rose et jaune, elle porte aujourd'hui le nom de "Pavillon du Lac". La visite se poursuit en remontant le temps jusqu'à l'ère gallo-romaine. Des prémices du thermalisme à Nérès-les-Bains subsistent les piscines gallo-romaines autrefois en eau et l'ancien théâtre-amphithéâtre romain où l'on donnait spectacles et jeux de cirque.

Les parcs fleuris et arborés d'essences rares invitent à de nombreuses balades et découvertes botaniques. Le lac du Cournauron est lui aussi idéal pour se promener ou pique niquer. Les "vieilles pierres" côtoient la nature qui s'invite aussi dans les rues de la ville avec les "Incroyables Comestibles", petits potagers partagés.

SOMMAIRE



MA CURE CONVENTIONNÉE 7

Bienfaits de la cure	8
Mon eau minérale millénaire	9
Recherche thermique et expertise	10
Comment je réserve ma cure	11
Ma prise en charge	12
Descriptif des soins	14
Modules complémentaires	16
Tarifs de cure	18

MA CURE PRÉVENTION SANTÉ 19

Séjour Aide aux Aidants	20
Séjour Charge Mentale	20
Séjour 4 A	20
Halt'o Stress	20
Halt'o Douleurs	20

MON ÉTABLISSEMENT DE SOINS 21

L'établissement thermal (cure conventionnée)	22
Les Nériades : une cure prévention santé dans un lieu unique	22

MES SOINS BIEN-ÊTRE 23

Pass 20 heures	24
Pass illimité	24
Pack visage	24

NÉRIS-LES-BAINS ET SA RÉGION 25

À voir, à faire	26
Aux alentours	26

Nos soins ainsi que la composition de nos prestations, sont susceptibles d'être modifiés, dans l'année, en fonction des travaux de réhabilitation (hors cure conventionnée).

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.

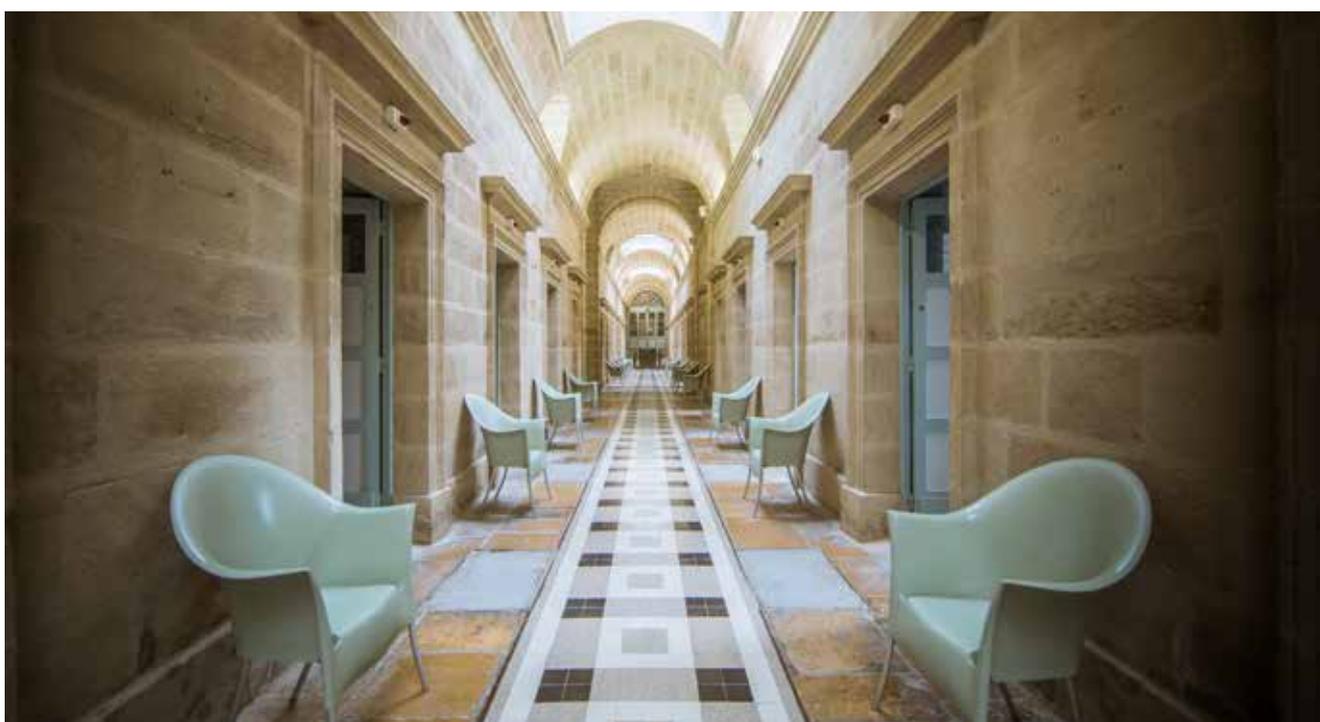
Les propriétés thérapeutiques de l'eau minérale de Nêris-lesBains sont avérées, notamment pour les orientations neurologie, rhumatologie et affections psychosomatiques

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).



NOS TROIS ORIENTATIONS THÉRAPEUTIQUES

La réponse apportée par le thermalisme aux pathologies affectant le système nerveux repose sur une prise en charge globale qui permet d'atténuer les symptômes et de ralentir l'évolution de la maladie. Dans ce cadre, la cure thermale vient en complément de la thérapeutique médicamenteuse afin de soulager les douleurs et diminuer les tensions musculaires liées à la pathologie.

NEUROLOGIE

18 jours, 4 soins quotidiens

A raison de 4 soins quotidiens sur une durée de 18 jours (3 semaines), la cure thermale Neurologie est indiquée pour le traitement des pathologies des nerfs



périphériques (névralgie, sciatalgie...) ainsi que pour les **pathologies d'origine centrale** (hémiplégie, syndrome parkinsonien).

Les séquelles de zona, d'AVC et de maladies liées à la dégénérescence du système nerveux (sclérose en plaques) constituent également de bonnes indications de la cure.

Les soins de la cure thermale Neurologie sont principalement constitués de soins généraux (bains, douches au jet) ou locaux (applications de boue...). Selon le cas, ils peuvent être complétés par des massages sous l'eau dont l'objectif est de diminuer les contractures musculaires et la rétractation des tendons. Enfin, des prestations complémentaires telles que des séances de sophrologie, non prises en charge par la Sécurité Sociale, peuvent efficacement venir compléter la cure thermale.



AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES

18 jours, 3 à 4 soins quotidiens

A raison de 3 à 4 soins quotidiens sur une durée de 18 jours (3 semaines), la cure thermale permet de soulager les syndromes tels que : **névroses, états dépressifs, asthénie, insomnies, céphalées, angoisse, stress, dystonies neurovégétatives ou encore la spasmophilie.**

Les soins de la cure thermale Affections Psychosomatiques sont à visée sédative et calmante. Il s'agit principalement de : bains calmes, bains avec douche en immersion, bains avec douche sous-marine, bain avec douche ventrale, douche générale, massage sous l'eau...



RHUMATOLOGIE

18 jours, 4 soins quotidiens

A raison de 4 soins quotidiens sur une durée de 18 jours (3 semaines), la cure thermale Rhumatologie est indiquée pour **le traitement de l'arthrose** dans toutes ses localisations (genou, hanche, colonne vertébrale...), **des rhumatismes inflammatoires** (en dehors des poussées inflammatoires), **des tendinites et périarthrites** ou encore **des séquelles de traumatismes et des suites post-opératoires.** Enfin, des pathologies comme la fibromyalgie trouvent une excellente solution grâce à la cure thermale de double orientation rhumatologie / affections psychosomatiques.

Les soins de la cure thermale Rhumatologie sont principalement des soins antalgiques et myorelaxants, visant à la décontraction des muscles tels que des bains, des massages sous eau thermale ou encore des applications locales de boue et des séances de mobilisation en piscine qui vont permettre au curiste de "dégripper" ses articulations douloureuses.

La cure thermale constitue en outre un excellent moment thérapeutique pour **reprendre une bonne hygiène de vie** et **reprendre en douceur une activité physique adaptée.**

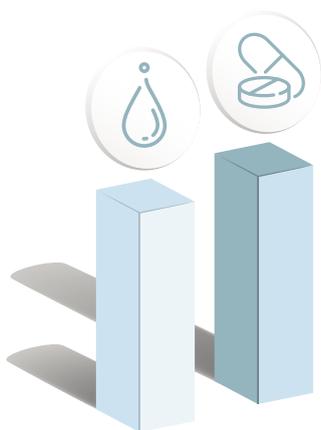
MA CURE CONVENTIONNÉE

- Bienfaits de la cure
- Une eau minérale millénaire
- Recherche thermale et expertise
- Comment je réserve ma cure
- Descriptif des soins



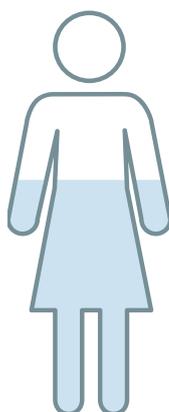
BIENFAITS DE LA CURE

Selon une étude réalisée en Décembre 2006, par le CNETH (Conseil National des Exploitants Thermaux), auprès de 112 419 curistes répartis dans 78 centres thermaux :



46%

des curistes jugent la cure thermale plus efficace que les médicaments.



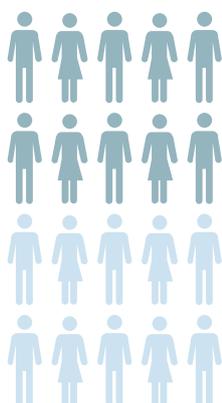
71%

des curistes ont moins de douleurs après leur cure.



74%

des curistes déclarent qu'une deuxième cure diminue encore plus leurs douleurs que lors de la précédente.



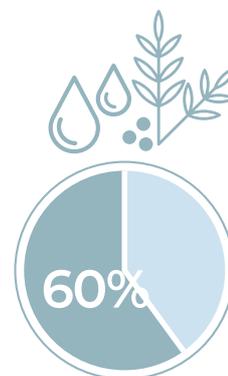
50%

des curistes prennent moins de médicaments qu'avant leur cure.



63%

des curistes sont attachés au fait que la cure thermale soit une médecine naturelle.



60%

des curistes considèrent que le cadre de la station thermale est un complément à l'efficacité de la cure thermale.

MON EAU MINÉRALE MILLÉNAIRE



LES BIENFAITS DE L'EAU

L'eau thermale de Nérís-les-Bains jaillit naturellement à une température de 53 °C (Source César). L'efficacité des traitements dispensés à l'établissement thermal est due principalement aux vertus sédatives, relaxantes, antalgiques et équilibrantes de cette eau thermale.

Sa composition physico-chimique particulière permet une prise en charge efficace des pathologies neurologiques, des affections psychosomatiques et des rhumatismes.

LES PRINCIPALES COMPOSANTES DE L'EAU THERMALE DE NÉRIS-LES-BAINS

Les principales pathologies traitées aux thermes de Nérís-les-Bains :

Affections psychosomatiques :

- états dépressifs réactionnels ou névrotiques
- états anxieux avec troubles somatiques variés
- dystonie neurovégétative d'expression cardio-vasculaire (palpitations), digestive (gastralgies, colopathie), ostéo-articulaire et musculaire
- troubles du sommeil.

Neurologie :

- pathologies des nerfs périphériques : névralgies dont la névralgie pudendale, sciatalgies, polyneuropathies, douleurs après zona
- pathologies d'origine centrale : hémiplégie, syndrome parkinsonien
- pathologies du système neurovégétatif
- douleurs diffuses
- algodystrophie
- CMT (Charcot Marie Tooth)
- sclérose en plaque
- séquelles d'accident vasculaire cérébral

Rhumatologie :

- l'arthrose dans toutes ses localisations (genou, hanche, colonne vertébrale...)
- les rhumatismes inflammatoires de type arthrite ou polyarthrite en dehors des poussées évolutives
- les tendinites et périarthrites
- la fibromyalgie
- les séquelles de traumatismes et suites post-opératoires
- douleurs diffuses



RECHERCHE THERMALE ET EXPERTISE



NÉRIS-LES-BAINS ET LA RECHERCHE THERMALE

Ces dernières années, les Thermes de Nérís-les-Bains ont participé à plusieurs études nationales coordonnées par l'AFRETh (Association Française pour la Recherche Thermale) et qui ont démontré l'efficacité des cures thermales proposées dans la station.

Ainsi en 2008, l'étude **STOP-TAG** a mis en évidence le fait que la cure thermale "Affections Psychosomatiques" était plus efficace que l'antidépresseur de référence (la paroxétine) dans le traitement du Trouble Anxieux Généralisé (TAG).

Plus récemment, l'étude **SPECTh** a quant à elle démontré la faisabilité de la mise en place de protocole de sevrage médicamenteux relatifs aux benzodiazépines (médicaments psychotropes utilisés dans le cadre de troubles du sommeil ou d'anxiété) pendant le temps de la cure thermale "Affections Psychosomatiques".

Lancée en 2018, l'étude **THERMSTRESS**, portée par le Pr Frédéric Dutheil, chef de service de médecine du travail du CHU de Clermont-Ferrand a pour but de prévenir le stress aggravé au travail. Menée aux thermes de Nérís-les-Bains, cette étude vise à déterminer si un séjour en station thermale peut réduire le risque de burn-out.

En 2020, les Thermes de Nérís-les-Bains participent à l'étude **SOMNOTHERM**, programme informatisé de thérapie comportementale de prise en charge des troubles d'insomnie. Cette recherche thermale contribuera à démontrer l'efficacité de la médecine thermale sur des curistes présentant des plaintes d'insomnies.

COMMENT JE RÉSERVE MA CURE

1	Je vais voir mon médecin traitant ou spécialiste pour avoir une prescription de cure thermale (la station thermale ainsi que la ou les orientations choisies doivent être indiquées sur le questionnaire de prise en charge).	
2	Je pré-réserve mes dates de cure auprès de l'établissement thermal.	
3	Je fais ma demande de prise en charge auprès de la Sécurité Sociale.	
4	Une fois ma réponse de prise en charge reçue, je saurais si je suis remboursé à 65 ou 100%. Si je suis à 65%, je prévois un chèque d'arrhes de 84€ pour l'établissement thermal de Nérès-les-Bains (ordre : Thermes de Nérès-les-Bains).	
5	Je prends rendez-vous avec mon médecin thermal (liste des médecins thermaux ci-après). Mon rendez-vous doit être pris la veille, ou au plus tard le jour de mon arrivée en cure (avant mon rendez-vous d'accueil), car c'est ce médecin qui me prescrira les soins thermaux.	
6	Je réserve mon logement en contactant l' Office du Tourisme au 04 70 03 11 03 ou sur www.ot-neris-les-bains.fr	
7	Je confirme mes dates de cure auprès de l'établissement thermal.	
8	Je prépare mon arrivée en cure (valise, transport, nécessaire curiste,...).	

Nous vous conseillons de réserver votre cure thermale le plus tôt possible.

Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre

MA PRISE EN CHARGE

LISTE DES MÉDECINS

DR Jeannine OLLIER

**Neurologie/Consultation Anti-Douleur/
Consultation Memoire**
3 rue du Docteur Aubel
03310 Neris-les-Bains
Tél. : 04 70 03 29 50
Fax : 04 70 03 39 93

Dr Mihaela SOARE

**Médecin Spécialiste en Médecine
Physique et de Réadaptation**
22 rue du Capitaine Migat
03310 Néris-les-Bains
Tél. : 06 62 39 40 02



PRÉCONISATIONS

- **Lors de votre première consultation** avec le médecin thermal, n'oubliez pas de lui signaler tout problème de santé.
- Quotidiennement aux Thermes, **une infirmière est à votre disposition** pour répondre à vos interrogations. Vous pouvez lui déclarer tout événement de santé nécessitant une surveillance.
- **En cas d'interrogations** lors de votre inscription, n'hésitez pas à contacter les Thermes.

VOTRE ARRIVÉE AUX THERMES

Vous devez vous rendre à l'accueil des thermes à l'heure indiquée sur votre courrier de confirmation, après votre première visite chez votre médecin thermal.

Les papiers indispensables à l'inscription sont :

- votre lettre de confirmation de cure
- la prescription du médecin thermal
- votre prise en charge

Lors de ce rendez-vous, l'hôtesse d'accueil planifie vos horaires de soin.



MA PRISE EN CHARGE



Pour être prise en charge, votre cure doit faire l'objet d'une prescription médicale.



Durée de la cure :
18 jours de traitements effectifs.
(Toutefois, si votre cure est incomplète ou interrompue pour raisons médicales, elle sera prise en charge proportionnellement au nombre de jours effectués).



Vous devez remplir un formulaire cerfa constitué de 2 parties :

- Questionnaire de prise en charge, rempli par le médecin qui vous prescrit la cure
- Déclaration de ressources, remplie par vos soins (joindre les justificatifs nécessaires).



Accord de prise en charge

En réponse à votre demande, vous recevrez un formulaire intitulé « **Prise en charge administrative de cure thermique et facturation** » constitué de 3 volets :

- Volet 1 : «Honoraires médicaux» à remettre au médecin thermal
- Volet 2 : «Forfait thermal» à remettre à l'établissement de votre cure
- Volet 3 : «Frais de transport et d'hébergement» à remettre à votre caisse si vous remplissez les conditions de ressources.



Remboursement des frais médicaux

Forfait thermal, remboursé à 65 % du tarif conventionnel.

Les soins complémentaires et les prestations de confort ne sont pas pris en charge.



Frais d'hébergement et de transport

Vos frais d'hébergement et de transport peuvent être pris en charge si vos ressources de l'année précédant la cure n'excèdent pas 14 664,38 €. Ce plafond est majoré de 50 %, soit 7 332,19 € pour votre époux, ou partenaire de Pacs, et pour chaque ayant droit à votre charge.

DESSCRIPTIF DES SOINS



LES DOUCHES

DOUCHE GÉNÉRALE

Douche constituée de multiples jets.

Bienfaits : aspersion douce procurant détente et de bien-être.

DOUCHE SOUS IMMERSION EN PISCINE (TROMBE)

Douche en piscine constituée de 5 jets subaquatiques de forte pression.

Bienfaits : massages profonds sur l'ensemble du corps.

DOUCHE GÉNÉRALE AU JET

Douche au jet effectuée sur l'ensemble du corps par un agent thermal.

Bienfaits : tonifiante et relaxante.

LES BAINS

BAIN D'EAU THERMALE

Bain simple mettant en contact l'eau thermale et l'épiderme afin d'assurer une pénétration cutanée des éléments chimiques dans l'organisme.

Bienfaits : sédatif, équilibrant et relaxant. Action vasodilatatrice et antalgique du fait de sa température.

BAIN EN PISCINE

Disposant des mêmes propriétés que le bain d'eau minérale, ce bain collectif en piscine permet aux curistes de se soustraire plus facilement à leur poids qu'en piscine traditionnelle, du fait de la plus grande portance offerte par l'eau minérale.

Bienfaits : tonique, décontractant et anti-stress.

BAIN DOUCHE EN IMMERSION (OU BAIN HYDROMASSANT)

Soin en baignoire disposant de multiples buses permettant d'envoyer des micro-jets sous pression pour effectuer un hydromassage des pieds à la nuque.

Bienfaits : tonique, décontractant et anti-stress.

BAIN AVEC DOUCHE SOUS-MARINE

Dans le bain d'eau thermale, vous disposez d'une douche vous permettant d'effectuer un massage sur votre plexus, suivant la prescription de votre médecin de cure.

Bienfaits : effets sédatifs et antalgiques.

BAIN DOUCHE VENTRALE

Dans le bain d'eau thermale, vous disposez d'une douche pour effectuer un massage au niveau de l'abdomen.

Bienfaits : massant et antalgique

LES SOINS LOCAUX

DOUCHE LOCALE AU JET

La douche locale au jet est basée sur le même principe que la douche générale mais est localisée sur une zone du corps en particulier.

Bienfaits : massant et décontractant

BAIN LOCAL

Ce bain des avant-bras ou des pieds est préconisé en cas de douleurs localisées.

Bienfaits : sédatif et antalgique.

ETUVE LOCALE

Diffusion de vapeur d'eau thermale chaude. Traitement local des rachis lombaire et cervical.

Bienfaits : antalgique et décontractant.

ILLUTATION LOCALE (BOUE THERMALE)

Appliquée à 42°C sur les articulations douloureuses

Bienfaits : soulage les douleurs et les raideurs. La chaleur favorise les échanges entre l'eau et procure un effet antalgique et myorelaxant.

SÉANCES DE MOBILISATION EN PISCINE

Réalisées en piscine d'eau thermale, elles permettent de faire travailler les articulations en douceur, grâce à la plus grande portance facilitée par la forte densité de l'eau thermale.

Bienfaits : Améliorer la mobilité articulaire, calmer les algies et réduire les inflammations. Effets sédatifs, antalgiques et relâchement musculaire.



LA KINÉSITHÉRAPIE

MASSAGE SOUS L'EAU

Réalisé par un masseur-kinésithérapeute diplômé d'État.

Bienfaits : de décontracter et assouplir les muscles et calmer l'hyperexcitabilité nerveuse.



PRESTATION ASSISTANCE :

Pour les personnes à mobilité réduite n'ayant pas la possibilité de se faire accompagner durant les 3 semaines de soins, l'établissement thermal propose des prestations d'accompagnement :

Prestation partielle : 145 € Aide au déplacement dans les thermes (hors habillage/déshabillage)

Cette prestation doit impérativement être réservée en même temps que les dates de cures. En l'absence de réservation, elle sera proposée sous réserve de disponibilités.

CONTRE-INDICATIONS ABSOLUES

- Insuffisance cardiaque et respiratoire
- Néoplasie non contrôlée
- Lésions cutanées non cicatrisées (plaie, escarre, eczéma)
- Maladies contagieuses ou évolutives
- Pathologies inflammatoires en poussée
- États psychiatriques graves, dépression majeure.

CONTRE-INDICATIONS RELATIVES

- Incontinence
- Obésité sévère

MODULES COMPLÉMENTAIRES



Nos modules complémentaires s'inscrivent dans un programme de prise en charge avec d'autres professionnels de la santé concourent également à cette efficacité.

Nos modules complémentaires se déroulent à certaines dates et sont limités en nombre de personnes par sessions :

- **Module Parkinson (NEU)**
- **Module Sclérose en Plaques (NEU)**
- **Module Névralgie Pudendale (NEU)**
- **Module Stop aux douleurs (RH)**

MODULE PARKINSON

Ce module a pour objectif de stimuler la mobilité du malade et soulager ses douleurs. Il s'appuie en cela sur les bienfaits des soins thermaux et sur de nombreuses activités proposées aux patients.

Programme :

- Accueil et bilan de fin de module avec une infirmière,
- 1 conférence médicale (2h),
- 1 groupe d'expression animé par un sophrologue (1h30),
- 9 séances d'atelier P.I.E.D (Programme Intégré d'Equilibre Dynamique) (1h30),
- 2 ateliers voix par un praticien énergétique sonore (1h),
- 1 séance de yoga du rire (45 mn)
- 1 réunion d'échanges pour les aidants avec 1 médecin
- 1 marche adaptée avec un animateur sportif (1h30),
- 1 modelage des pieds (30 mn).

Dates : 16 mai au 4 juin ; 4 au 23 juillet ; 19 septembre au 8 octobre ; 10 au 29 octobre

Tarif : 199 €

MODULE NEVRALGIE PUDENDALE

Ce module apporte une réponse ciblée et efficace à cette affection caractérisée par des douleurs au niveau du bassin, dues à l'irritation du nerf pudendal.

Programme :

- Accueil et bilan de fin de module avec une infirmière,
- 1 conférence médicale (2h),
- 1 atelier d'échanges avec un médecin,
- 1 groupe d'expression animé par un animateur (1h30),
- 2 séances d'aqua bien-être (1h),
- 2 séances de relaxation avec le sophrologue (1h),
- 1 séance de stretching (1h)
- 1 séance d'initiation au yoga (1 h)
- 1 modelage des pieds (30 mn)

Dates : 6 au 25 juin

Tarif : 219 €

MODULE SCLÉROSE EN PLAQUES

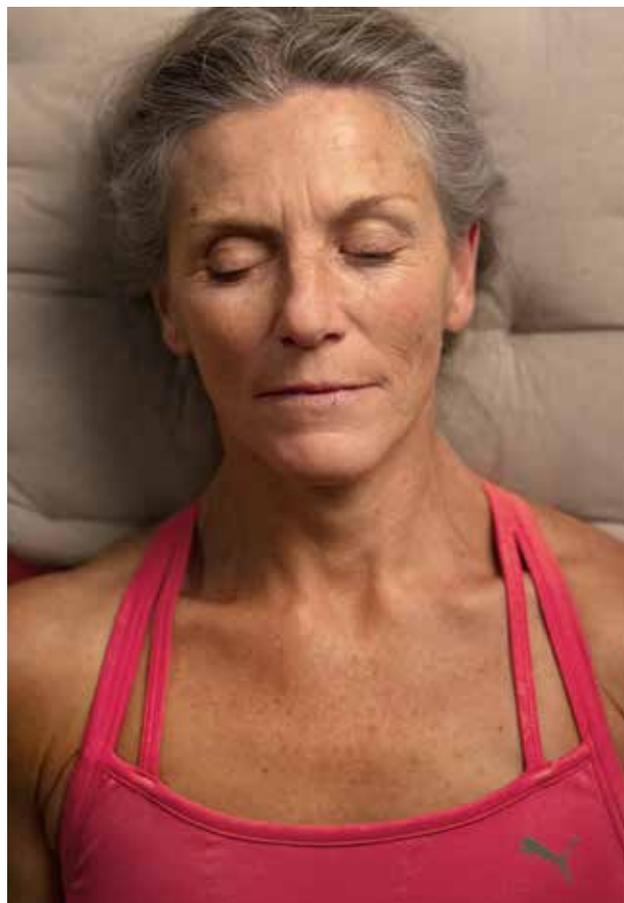
Ce module permet une prise en charge spécifique de la SEP et a pour objectif de mieux connaître, comprendre et faire face à cette pathologie.

Programme :

- Accueil et bilan de fin de module avec une infirmière,
- 1 conférence médicale (2h),
- 3 rencontres/échanges avec une patiente experte B. Carrion de la ligue française contre la SEP,
- 1 Atelier diététique avec conseils nutritionnels sur l'alimentation anti inflammatoire (2 h)
- 6 séances d'activités physiques adaptées (aqua bien être, gym douce, étirements) (1h),
- 3 séances de relaxation avec le sophrologue (1h),
- 1 modelage des pieds de 30 mn.
- 1 séance de méditation guidée (1 h)

Dates : 25 avril au 14 mai ; 29 août au 17 septembre

Tarif : 239 €



STOP AUX DOULEURS

Comment faire face à la douleur, c'est ce que propose le module « Stop aux douleurs » avec un programme de soins relaxants et d'ateliers éducatifs pour mieux vivre le quotidien.

Programme :

- Accueil et bilan de fin de module avec une infirmière
- 1 conférence médicale sur les traitements anti-douleur médicamenteux et non médicamenteux (2h)
- 1 atelier d'échanges avec le médecin (1h30)
- 1 atelier diététique sur l'alimentation anti-inflammatoire (2h)
- 3 séances d'initiation au yoga (3 x 1h15)
- 1 soin Énergétique de Libération Émotionnelle (1h)
- 1 modelage des pieds (30 mn)

Dates : 1^{er} au 20 août

Tarif : 239 €

TARIFS DE CURE

	SANS FORFAIT DE KINÉSITHÉRAPIE			AVEC FORFAIT DE KINÉSITHÉRAPIE		
	TARIF FORFAITAIRE	COMPLÉMENT TARIFAIRE ⁽¹⁾	TICKET MODÉRATEUR ⁽²⁾	TARIF FORFAITAIRE	COMPLÉMENT TARIFAIRE ⁽¹⁾	TICKET MODÉRATEUR ⁽²⁾
SIMPLE ORIENTATION						
				18 actes : 9 massages sous l'eau (20mn)		
Affections Psychosomatiques PSY : 54 ou 72 pratiques	492,54 €	35,84 €	159,85 €	635,40 €	46,25 €	206,20 €
Affections Psychosomatiques PSY : 72 pratiques				724,17 €	52,70 €	235,01 €
				9 actes : 9 massages sous l'eau (10mn)		
Affections Psychosomatiques PSY : 45 pratiques				620,47 €	45,17 €	201,36 €
Rhumatologie RH : 72 pratiques	558,83 €	40,66 €	181,36 €	637,24 €	46,38 €	206,80 €
Neurologie NEU : 72 pratiques	586,78 €	42,69 €	190,43 €	663,31 €	48,27 €	215,26 €

	SANS FORFAIT DE KINÉSITHÉRAPIE			AVEC FORFAIT DE KINÉSITHÉRAPIE		
	TARIF FORFAITAIRE	COMPLÉMENT TARIFAIRE ⁽¹⁾	TICKET MODÉRATEUR ⁽²⁾	TARIF FORFAITAIRE	COMPLÉMENT TARIFAIRE ⁽¹⁾	TICKET MODÉRATEUR ⁽²⁾
DOUBLE ORIENTATION						
				18 actes : 9 massages sous l'eau (20mn)		
PSY + RH : 90 Pratiques	771,95 €	56,17 €	250,52 €	914,81 €	68,58 €	296,88 €
PSY + NEU : 90 Pratiques	785,92 €	57,19 €	255,05 €	928,78 €	67,60 €	301,41 €
PSY + RH : 108 Pratiques				1 003,58 €	73,03 €	325,69 €
PSY + NEU : 108 Pratiques				1 017,55 €	74,05 €	330,22 €
				9 actes : 9 massages sous l'eau (10mn)		
PSY + RH : 99 Pratiques				899,88 €	65,50 €	292,03 €
PSY + NEU : 99 Pratiques				913,85 €	66,52 €	296,57 €
RH + PSY : 108 Pratiques	805,10 €	58,59 €	261,28 €	883,51 €	64,31 €	286,72 €
RH + NEU : 108 Pratiques	852,21 €	62,01 €	276,57 €	930,63 €	67,74 €	302,01 €
NEU + PSY : 108 Pratiques	833,05 €	60,63 €	270,35 €	909,58 €	66,20 €	295,18 €
NEU + RH : 108 Pratiques	866,19 €	63,03 €	281,11 €	942,72 €	68,60 €	305,94 €

⁽¹⁾ Complément tarifaire à la charge du curiste

⁽²⁾ Somme restant à la charge du curiste dans le cas d'une prise en charge à 65%, avant une éventuelle participation de la mutuelle

Ces tarifs sont applicables à compter du 12 juin 2021 conformément à l'avenant n°4 à la nouvelle convention nationale thermale publié au Journal Officiel de la République Française - JORF du 11 juin 2021.

MA CURE **PRÉVENTION SANTÉ**

- Séjour Aide aux Aidants
- Séjour Charge Mentale
- Séjour 4 A (Anti-stress, Activités physique et Alimentation Adaptées)
- Halt'o Stress
- Halt'o Douleurs



MA CURE PRÉVENTION SANTÉ

SÉJOUR À PARTIR DE 6 JOURS, 18 SOINS

SÉJOUR AIDE AUX AIDANTS

Permet de redonner un second souffle à l'aidant, lui faire lâcher prise et évacuer la fatigue physique et psychologique.

Programme des ateliers complémentaires :

- 1 temps d'accueil avec une infirmière,
- 1 conférence médicale,
- 1 atelier en 2 parties "prendre soin de soi tout en accompagnant son proche" (3h),
- 1 atelier sur l'hygiène alimentaire avec la diététicienne (1h30),
- 1 séance de relaxation avec le sophrologue (1h),
- 6 bains calmes, 6 bains hydromassants, 3 douche au jet, 3 illutations locales,
- 1 entrée à l'espace sensoriel du spa les Nériades (1h30).

Dates : 11 au 16 juillet et 10 au 15 octobre

Tarif : 479 € le séjour complet (balnéo + ateliers complémentaires) ou 75 € le séjour pour les personnes inscrites en cure thermale de 18 jours

NOUVEAUTÉ

SÉJOUR CHARGE MENTALE

Quand le cerveau épuise le corps, besoin de lâcher prise ? Ce séjour permet de prendre du recul par rapport à votre situation, de prendre le temps de vous recentrer, de lâcher prise.

Programme :

- 6 bains calmes,
- 6 bains hydromassants,
- 6 modelages sous affusion
- 1 séance de sophrologie
- 1 séance de méditation guidée
- 1 consultation diététique

Date : tout au long de la saison

Tarif : 479 € le séjour complet (balnéo + ateliers complémentaires) ou 75 € le séjour pour les personnes inscrites en cure thermale de 18 jours

SÉJOUR 4 A

(Anti-stress, Activités physique et Alimentation Adaptées)

Animé par une diététicienne et un animateur sportif, ce séjour permet de prendre en charge le stress.

Programme des ateliers complémentaires :

- 1 atelier sur les bases d'une bonne hygiène de vie (2h30),
- 1 atelier en 2 parties "stress et alimentation" (2 x 1h30),
- 1 séance d'assouplissement et de relaxation (1h15),
- 1 échange sur les activités physiques et sportives et la santé (1h),
- 1 séance d'aqua-relax : détente en piscine thermale (1h30),
- 1 atelier culinaire "partage des saveurs et plaisir gustatif" (2h30).
- 6 bains calmes,
- 6 bains hydro massants,
- 3 douches au jet,
- 3 modelages sous eau,

Dates : 27 juin au 02 juillet, 25 au 30 juillet, 22 au 27 août.

Tarif : 459 € - Minimum : 5 personnes

HALT'O DOULEURS

mettre à partir de 6 jours - 24 soins

Il permet de soulager des douleurs liées à des gestes récurrents du quotidien.

Programme :

- 6 bains calmes,
- 6 bains hydromassants,
- 6 illutations
- 6 modelages sous affusion

Inscriptions à dates libres.

Tarif : 6 jours / 509 €

HALT'O STRESS

à partir de 6 jours - 24 soins

Ce séjour permet de retrouver la sérénité et une meilleure qualité de sommeil.

Programme :

- 6 bains calmes (20 min),
- 6 bains hydromassants (10 min),
- 6 douches à jet (3 min),
- 6 modelages sous affusion (20 min).

Inscriptions à dates libre.

Tarif : 6 jours / 509 €

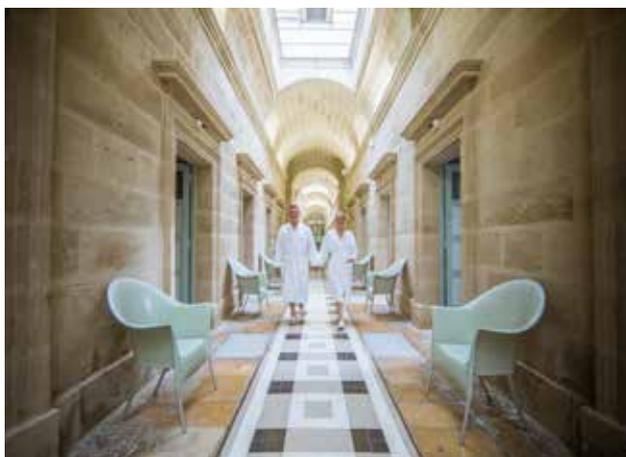
AOVE NERVA

MON ÉTABLISSEMENT DE SOINS

- L'établissement thermal (cures conventionnées).
- Les Nériades : une cure prévention santé dans un lieu unique



MON ÉTABLISSEMENT DE SOINS



L'ÉTABLISSEMENT THERMAL (CURE CONVENTIONNÉE)

Ouvert tout au long de la saison thermale, il vous accueille tous les matins de 7h à 13h30 et les après-midis en fonction de l'affluence.

À votre service :

Pour les personnes à mobilité réduite, l'établissement thermal propose un service d'accompagnement individuel personnalisé (service payant, réservation obligatoire).

DES ÉQUIPEMENTS DE SOINS FONCTIONNELS

- 1 accueil dédié à l'entrée des Thermes (zone d'accueil, boutique thermale et service d'inscription en soins)
- 1 piscine thermale, pour les soins de douche sous immersion (trombes) et piscine de mobilisation.
- 18 cabines d'application de boue thermale (illutations) dont 2 spécifiquement aménagées pour les personnes à mobilité réduite.
- 40 cabines de bains d'hydrothérapie
- 6 étuves Nérisiennes
- 12 cabines de massage sous eau
- 6 manu-pédi-douches
- 4 cabines de douche au jet
- 10 cabines de douche manteau
- 1 salle de repos équipée de transats

LES NÉRIADES : UNE CURE PRÉVENTION SANTÉ DANS UN LIEU UNIQUE

Ouvert tout au long de la saison thermale, il vous accueille tous les matins de 10h à 13h

- 1 accueil dédié à l'entrée du bâtiment (boutique)
- 1 piscine composée d'un bassin intérieur dédiée aux activités de bien-être (jacuzzi, banquettes à bulles, nage à contre-courant, col de cygnes) et un bassin extérieur subaquatique avec banquettes
- 4 cabines de bains d'hydrothérapie
- 2 cabines de massage sous eau
- 1 cabine de douche au jet
- 2 cabines d'application de boue thermale avec lit de flottaison
- 1 cabine équipée d'un lit hydromassant
- 1 salle d'activités
- 5 cabines esthétiques
- 1 espace repos et tisanderie
- Hammam - Sauna



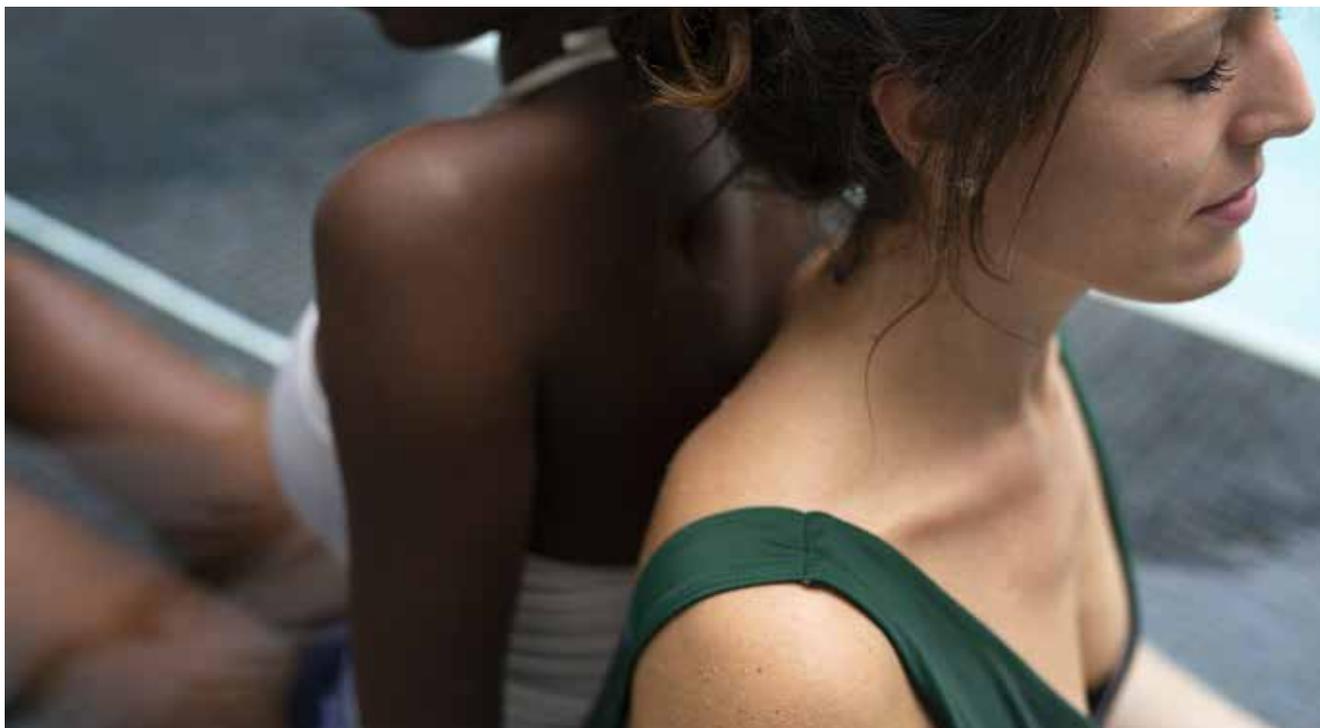


MES SOINS **BIEN-ÊTRE**

- Pass 20 heures
- Pass Illimité
- Pack Visage



MES SOINS BIEN-ÊTRE



Pour vous permettre à vous et à votre accompagnant de profiter encore plus de l'eau thermale de Nérís-les-Bains, nous vous proposons des offres exclusives au Spa thermal Les Nériades.

Les Nériades (situé de l'autre côté de la place) peut vous recevoir 7j/7, pour des moments de bien-être. (massages, soins de balnéothérapie, espace sensoriel,...)

www.neriades.com
tél. : 04 70 03 11 11



Pass 20 heures

20h d'accès à l'espace sensoriel
(Bassin d'eau thermale, Sauna, Hammam)

Tarif : 160 €/personne

Pass illimité

Accès illimité à l'espace sensoriel durant vos 3 semaines de cure (Bassin d'eau thermale, Sauna, Hammam)

Tarif : 280 €/personne

Pack visage

Durant vos 3 semaines de cures, programmez 3 soins du visage :

- 1 soin signature Payot
- 1 Soin flash
- 1 Soin visage choix (1 diagnostic de peau offert + 1 E.Lux)

Tarif : 150 €/personne

NÉRIS-LES-BAINS ET SA RÉGION

- Se divertir à Nérís-les-Bains
- L'Office de Tourisme et d'animation de Nérís-les-Bains



SE DIVERTIR À NERIS-LES-BAINS

Le Casino

Situé à proximité immédiate des Thermes de Nérís-les-Bains, le Casino de Nérís-les-Bains comprend de nombreuses machines à sous (mises à partir de 0.01€) ainsi que des tables de Black Jack et de roulette anglaise. Tout au long de la saison, le casino organise par ailleurs de nombreuses animations.

Plus d'infos : 04 70 03 15 09
www.groupetranchant.com

Le Théâtre André Messager

Accolé au Casino, Le Théâtre André Messager est un joyau de l'Architecture Belle Epoque. Equipé pour recevoir tout type de spectacle, ce théâtre à l'italienne jouit d'une programmation riche et variée tout au long de la saison et peut recevoir 250 personnes. Programmation à retrouver sur le site de l'Office de Tourisme de Nérís-les-Bains.

Plus d'infos : www.ot-neris-les-bains.fr



Le musée Gallo Romain

Céramiques sigillées, lampes à huile ou encore statuettes et stèles funéraires, les collections du musée de Nérís-les-Bains regorgent d'objets usuels permettant de mieux appréhender la vie quotidienne des habitants de la ville à l'époque gallo-romaine. Ouverte d'avril à octobre

Plus d'infos : 04 70 03 42 11

Le Golf de Sainte-Agathe

Disposant d'un parcours vallonné et boisé avec 4 étangs et rivières ainsi qu'un green sur étang, le Golf de Sainte-Agathe est situé à quelques kilomètres de Nérís-les-Bains. Disposant d'un club house avec bar/restaurant, le golf propose de nombreux services dont : location de matériel, proshop, location de voiturette, practice en accès libre, cours individuels et collectifs.

Plus d'infos : 04 70 08 91 54 · www.golf-sainte-agathe.fr

L'OFFICE DE TOURISME ET D'ANIMATION DE NÉRIS-LES-BAINS

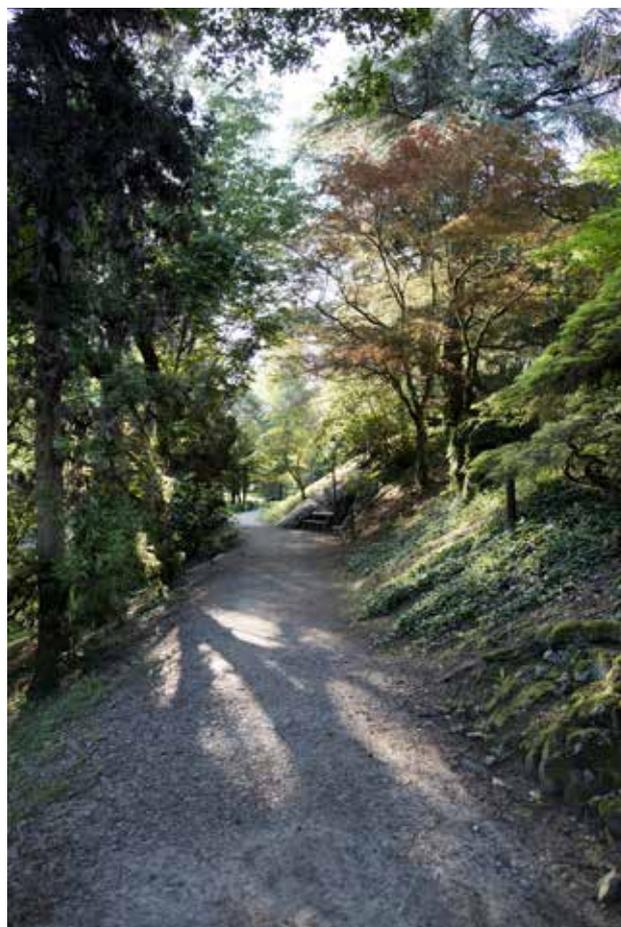
Situé à 500 mètres de l'établissement thermal au bout de l'esplanade du casino, l'Office de Tourisme et d'Animation a le plaisir de vous accueillir dans son espace accueil et animation.

Notre équipe est à votre disposition toute l'année et vous invite à découvrir :

La station et son territoire, son patrimoine, ses parcs et ses aménagements durables (visites guidées ou libres de la ville, du théâtre, des parcs, de la nature environnante).

Ses animations : pièces de théâtre, concerts, conférences, cinéma, randonnées accompagnées et bien d'autres...

Ses ateliers dans son espace animation : activités manuelles, bien-être, nouvelles technologies, développement durable etc.



Ses services pratiques : billetterie, location de vélos avec et sans assistance électrique, wifi (payant), photocopies, bibliothèque, location de courts de tennis.

Sa boutique de souvenirs et de produits locaux : ouvrages historiques, guide de randonnée, cartes postales, objets souvenirs, créations artisanales, etc.

Nos conseillers touristiques auront le plaisir de vous renseigner par téléphone ou mail en amont de votre séjour pour votre recherche d'hébergement, ainsi que pendant votre séjour pour vous informer sur les animations, visites et loisirs, transports pour découvrir notre belle région.

OFFICE DE TOURISME ET D'ANIMATION
Bd des Arènes – BP 10
03310 NÉRIS-LES-BAINS

Tél. : 04 70 03 11 03 - Fax 04 70 09 05 29
Mail : accueil@otnerislesbains.fr
Site : www.otnerislesbains.fr

Page Facebook : www.facebook.com/NerislesBains
Compte Instagram : [otnerislesbains](https://www.instagram.com/otnerislesbains)

Néris les bains, l'expertise thermale à vivre pour retrouver son harmonie.

Pour vous rendre
à **Néris-les-Bains**



EN VOITURE

Autoroute A71
Paris / Clermont-Ferrand,
sortie n°10 Bizeneuille,
direction Commentry

EN TRAIN

· Gare SNCF de Montluçon (7 km)
Trains directs Paris / Bordeaux / Lyon

EN AVION

· Aéroport de Clermont-Ferrand /
Auvergne : 04 73 62 71 00

Renseignements et Réservations

Thermes de Néris-les-Bains
6 place des Thermes
03310 Néris-les-Bains

tél. 04 70 03 10 39
contact@thermes-neris.com
www.thermes-neris.com

SEMETT, Société Exploitation Du Thermalisme Et Tourisme, Société anonyme d'économie mixte à conseil d'administration au capital de 562 512 €, RCS MONTLUÇON 382 252 922, siège social 6, place des Thermes à (03310) NERIS-LES-BAINS (TVA FR 43 382 252 922).

La société SEMETT est habilitée à délivrer des soins thermaux conventionnés sous le numéro Finess 03 0780035.

Toutes les correspondances postales doivent être adressées à SEMETT Thermes de Néris-les-Bains / 6 place des Thermes / 03310 NERIS-LES-BAINS et les courriels à l'adresse conseils@thermesdeneris.com.

La passation d'une commande implique la prise de connaissance préalable et l'acceptation sans réserve des conditions générales et particulières de vente qui sont communicables par pli postal, courriel ou téléchargeables sur le site www.thermes-neris.com

Seules les prestations conventionnées peuvent faire l'objet d'une prise en charge par un régime primaire d'Assurance Maladie.

Création : Sett Communication - Photos : Marielsa Niels - Impression : Imprimerie Vincent