

**NOUVEAU**

# DÉPRESSION POST PARTUM

**GRANDS THERMES**

BAGNÈRES DE BIGORRE

DEPUIS 1823

Chaque année, la dépression postnatale touche en France 15 à 20% des jeunes mères et 10% des pères, soit près de 150 000 femmes et 60 000 hommes dans l'année suivant la naissance de leur enfant.

Les Grands thermes de Bagnères de Bigorre, spécialisés dans la prise en charge des affections psychosomatiques (stress, anxiété, surmenage...), proposent en complément de la cure thermale conventionnée un programme exclusif pour accompagner les jeunes parents vivant une dépression périnatale ou un burnout parental.



**OFFERTS: 3 ACCÈS DÉTENTE  
AU SPA THERMAL AQUENSIS**



*Contenu non modifiable, les prestations non effectuées ne pourront pas faire l'objet d'un remboursement.*

## **5 PRESTATIONS INDIVIDUELLES**

- 2 entretiens psychologiques
- 2 entretiens avec une sage femme
- 1 lâcher-prise aquatique (relaxation en piscine thermale)

## **7 PRESTATIONS COLLECTIVES**

- 1 atelier d'échanges : travail de psychoéducation
- 1 atelier sur le lien mère/enfant
- 1 atelier de diététique : l'assiette anti-stress
- 1 atelier sophrologie
- 1 méditation de pleine conscience
- 2 séances de gym pré ou post-natale

## **3 sessions en 2024**

du 6 mai au 1er juin

du 5 au 24 août

du 30 septembre au 19 octobre

**Programme de soins complémentaires à la cure thermale**

**05 62 95 00 23**

**www.thermes-bagneres.fr**

**Tarif 2024  
229€**