

## FIBRO-ALGIE

# Arthrose - Syndromes fibromyalgique et algique

*Programme de soins complémentaires à la Cure Thermale*

S'appuyant sur une équipe pluridisciplinaire et un professionnalisme reconnu dans le traitement des **Affections Rhumatologiques et Psychosomatiques**, les Grands Thermes vous proposent de profiter de vos 3 semaines de cure thermale pour compléter cette dernière par un programme ciblé sur la douleur et les syndromes fibromyalgique et algique : **Fibro-Algie**.

### 10 PRESTATIONS INDIVIDUELLES

- 2 évaluations de l'intensité de la douleur, de l'anxiété et de l'aptitude physique en début et en fin de cure avec notre infirmière.
- 2 entretiens avec une de nos psychologues cliniciennes
- 3 séances individuelles de watsu (relaxation en piscine thermale).
- 3 prestations à Aquensis incluant l'accès 2h à l'Espace Détente (bassins, saunas, hammam, jacuzzis) : lit d'eau, bain hydromassant et soin relaxant visage OU réflexologie plantaire\*

\* prévoir une tenue de sport

### 10 SÉANCES COLLECTIVES

#### *Programme classique*

- 3 séances de gym aquatique en petit groupe avec notre maître nageur afin de vous réadapter à l'effort en douceur
- 3 prestations au choix\*: marche d'oxygénation / relaxation
- 2 séances de gym douce adaptée \*
- 1 atelier d'échanges animé par une psychologue clinicienne.
- 1 séance de luminothérapie

#### *Ou programme à la carte 10 séances au choix parmi une liste de prestations*

atelier d'échanges, luminothérapie, marche active, gym spécifique pour le dos, gym aquatique, gym relax, marche d'oxygénation, relaxation

### PRESTATIONS THERMALES

Pour répondre au mieux à votre pathologie, vos massages seront **spécifiquement adaptés au traitement de la douleur**:

- les 9 massages sous l'eau de 10mn de votre forfait conventionné vous sont proposés sous la forme de 6 massages de 20 min (ou 12 massages de 10mn, soit 3 massages supplémentaires).

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

**TARIF 2021: 190€**

Les Grands Thermes  
65200 Bagnères de Bigorre  
05 62 95 00 23

### COUPON DE PRÉINSCRIPTION AU PROGRAMME FIBRO'ALGIE

Nom : ..... Prénom : .....

Tel : ..... Dates de cure du..... au.....

programme classique, 3 séances au choix: mettre un chiffre dans chaque case Marche  Relaxation

programme à la carte -> Mon adresse mail: .....

Je joins un chèque de 50€ d'arrhes\*\* (à l'ordre de la SEMETHERM Dt) qui sera déduit du montant restant à régler à mon arrivée aux Grands Thermes.

Date : .....

Signature

\*\* En cas d'annulation de cure ou de non disponibilité de rendez-vous pour ce programme, les 50 € d'arrhes vous seront intégralement remboursés.