THERMES
DE VALS LES BAINS
since 1845



- AFFECTIONS DIGESTIVES
  DIABÈTE I & II
- RHUMATOLOGIE
- LES SEMAINES THERMALES

16 MARS 2026
12 DÉCEMBRE 2026

LES THERMES DE VALS-LES-BAINS

Reconnus sur le plan européen comme la station du diabète

La station de Vals-les-Bains vous accueille toute l'année dans un cadre exceptionnel, au cœur d'une nature préservée, pour vivre le temps d'un séjour au rythme de son histoire, de sa culture, de ses arts et ses loisirs.

SOMMAIRE

LA CURE THERMALE 4
LES 3 PILIERS DES THERMES DE VALS-LES-BAINS 5
LES EAUX BIENFAISANTES DE VALS-LES-BAINS 6
LA CURE EN AFFECTATIONS DIGESTIVES (AD) 8
LA STATION EUROPÉENNE DU DIABÈTE 9
LA CURE EN RHUMATOLOGIE (RH) 10
LA CURE EN DOUBLE ORIENTATION 11
LES SOINS THERMAUX 12
LES BIENFAITS D'UNE CURE À VALS-LES-BAINS 13
LES MÉDECINS 14
COMMENT ORGANISER SA CURE 15
COMMENT SE DÉROULE UNE CURE THERMALE 16
LES TARIFS 16
LA FICHE RÉSERVATION 17
COMMENT PRESCRIRE UNE CURE EN DOUBLE ORIENTATION 18
LA NUTRITION 19
LES ACTIVITÉS 20
LE SPA SÉQUOIA REDWOOD 22
EN COMPLÉMENT DE VOTRE CURE 23
NOS SEMAINES THERMALES 24
LES HÉBERGEMENTS 26

LA CURE THERMALE

Bienvenue aux Thermes de Vals-les-Bains, havre de bien-être et joyau niché au cœur des paysages enchanteurs de l'Ardèche ! Notre commune vous ouvre les portes d'une expérience unique, mêlant traditions thermales et splendeurs naturelles.

Située entre vallées verdoyantes et sommets majestueux, Vals-les-Bains tire son charme d'un cadre exceptionnel, propice à la détente et à la revitalisation. Notre station thermale se distingue par la qualité de ses eaux aux propriétés bienfaisantes, offrant une parenthèse de soins et de relaxation au sein d'un écrin préservé.

Imprégnez-vous de l'atmosphère unique qui émane des lieux et découvrez les secrets de ces eaux bénéfiques qui ont forgé la réputation de Vals-les-Bains.

Que vous soyez en quête de ressourcement, de soins thermaux de qualité, ou tout simplement d'une escapade au cœur de la nature, Vals-les-Bains vous promet une expérience inoubliable. Rejoignez-nous pour une parenthèse dédiée à la détente, où le patrimoine naturel et le bien être s'entrelacent pour un séjour ressourçant au cœur de l'Ardèche.





LE DÉROULÉ D'UNE CURE À VALS-LES-BAINS

LES 3 PILIERS DES THERMES DE VALS-LES-BAINS

LES BIENFAITS DES SOINS THERMAUX

Suite à la prescription du médecin thermal, les soins sont prodigués par des équipes qualifiées et à l'écoute. La cure de boisson présente également de nombreux bénéfices pour les affections digestives. Les eaux thermales de Vals-les-Bains sont reconnues pour leurs vertus depuis 1845.

La boue thermale utilisée à Vals-les-Bains possède une activité anti-inflammatoire, vitaminique ainsi que diverses actions bénéfiques sur les pathologies rhumatismales.

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Lors de votre cure, plusieurs activités vous sont proposées pour accompagner votre remise en forme. Vous avez accès à une salle de sport équipée et encadrée d'un coach sportif diplômé.

Vous pouvez participer à des séances de Qi Gong, de Pilates ou encore de Yoga durant votre séjour. En-dehors de vos soins, vous pouvez profiter de la piscine thermale certains jours, avec des sessions d'aquagym, d'aquabike et d'aqua-circuit en soirée.

LA DIÉTÉTIQUE

Mélody notre diététicienne, informe chaque curiste de l'importance d'une alimentation saine et variée. Vous bénéficiez de ses conseils tout au long de votre cure thermale.

Melody est également diplômée en diabétologie et en sport santé.

VOTRE CURE À VALS-LES-BAINS

LES EAUX BIENFAISANTES DE VALS-LES-BAINS

Le parcours de l'eau thermale de Vals-les-Bains

L'eau de pluie tombe sur le Massif de l'Aubespy, (Moureyre et Cournialet) à plus de 950 m d'altitude au Nord-Ouest de Vals-Les-Bains puis s'infiltre dans ses failles.

Au cours de son long et tumultueux parcours sous terre, l'eau de pluie se réchauffe au contact du magma terrestre pouvant atteindre une température de 150 à 250° et une profondeur allant jusqu'à 4 500 m.

C'est lors de son circuit ascendant qu'elle s'enrichit en minéraux, devenant ainsi une eau thermale riche et vertueuse. Lorsqu'elle remonte à la surface sa température diminue progressivement.

Après de longues années, cette eau est captée par nos forages et acheminée jusqu'aux thermes de Vals-les-Bains





7 SOURCES AUX BIENFAITS INCOMPARABLES

LA CONSTANTINE
La Constantine est l'une des eaux les plus célèbres de Vals car elle est particulièrement efficace dans les surcharges pondérales, les dyspepsies (digestions lentes) et la goutte. Très fortement minéralisée (9 g/L), elle est bicarbonatée sodique comme l'ensemble des eaux minérales de Vals-les-Bains.

LA PRÉCIEUSE
La Précieuse, lorsqu'elle est bue thermalisée, fait souvent grimacer nos curistes. Elle constitue pourtant une eau très intéressante pour le traitement des maladies hépatiques, des dyspepsies, du diabète et des constipations légères. Elle est fortement minéralisée (7,5 g/L).

LA DOMINIQUE
La Dominique est une eau unique en France, elle fait partie des plus ferro-arsenicales. Elle est très utile dans les cas d'anémie et de grande fatigue, et peut également être recommandée dans les phénomènes allergiques.

LA DÉSIRÉE
La Désirée est également fortement minéralisée (7,78g/L). Très riche en magnésium, elle est principalement utilisée pour ses vertus laxatives mais aussi digestives, ainsi que dans les maladies hépatiques et le diabète.

LA RIGOLETTE
La Rigolette est plutôt prescrite dans les colites avec accélération du transit et dans les digestions lentes. Elle est légèrement moins minéralisée (6,34 g/L).

LA CAMUSE
La Camuse est très appréciée par les médecins thermaux valsois. Elle ne contient que 4g/L de sels minéraux. Elle ressemble un peu à la Précieuse. On l'utilise dans les paresses digestives, les colites fonctionnelles spasmodiques sans troubles du transit.

LA SAINT-JEAN BIS
La Saint-Jean Bis est une eau moins minéralisée qui peut être consommée sans prescription médicale.

Ces eaux, doit-on le rappeler, sont de véritables « médicaments » et ne peuvent être bues que sur prescription médicale. On les consomme en petite quantité à chaque prise, 150 g en général, trois ou quatre fois par jour durant 3 semaines. Toutes ces eaux sont des eaux froides que la nature nous livre entre 12 et 16 degrés.

Ca++	Mg++	Na+	K+	...
Calcium Renforce les os, réduit le stress	**Magnésium** Relaxation musculaire, équilibre nerveaux	**Sodium** Régulation hydrique, pression sanguine	**Potassium** Fonction musculaire, équilibre acido-basique	**Minéraux** Ion chlorure, fer, cuivre, ion sulfate...

CURE EN AFFECTIONS DIGESTIVES (AD)

Le passage en centre thermal agit sur plusieurs affections digestives : il favorise le fonctionnement de l'intestin et de l'estomac, traitement de l'obésité et des affections métaboliques liées à une surcharge pondérale, et aide à prévenir les troubles associés...

La cure thermale en affections digestives traite les maladies métaboliques et digestives suivantes :

- Diabète de type 1 et 2
- Colopathie fonctionnelle ou syndrome de l'intestin irritable (SII) avec ou sans troubles du transit
- Colites diverticulaires, infectieuses, microbiennes, parasitaires ou inflammatoires (maladie de Crohn, rectocolite hémorragique)
- Maladies fonctionnelles du tube digestif haut, comme les hernies hiatales ou les gastrites, les séquelles fonctionnelles des hépatites ou de chirurgie digestive
- Migraines à expression digestive
- Allergies digestives
- Obésité avec ou sans troubles métaboliques associés (diabète ou hyperlipidémie)

Les thermes de Vals-les-Bains, sont spécialisés dans le traitement du diabète grâce à ses eaux thermales qui agissent sur le métabolisme et la régulation de la glycémie.

Notre établissement vous accompagne dans une démarche de perte de poids en utilisant les propriétés bénéfiques de nos eaux thermales. Notre équipe pluridisciplinaire (infirmières, diététicienne, coachs sportifs et psychologue) est là pour vous aider à adopter un mode de vie plus sain.

Les soins et leurs mécanismes d'action

En raison de l'importance de la composition physico-chimique de l'eau thermale dans le traitement des affections digestives et des maladies métaboliques, la cure de boisson constitue le cœur de la cure AD, complétée par des soins généraux.

le +

DÉCOUVREZ LE PARCOURS SENSORIEL DU SPA SÉQUOIA

2 entrées sont offertes

LES SOINS THERMAUX EN AFFECTIONS DIGESTIVES

- Douche au jet
- Douche pénétrante
- Douche générale
- Douche forte pression
- Aérobain
- Massage sous eau
- Cataplasme
- Frigithérapie
- Cure de boisson
- Piscine de mobilisation

LA STATION EUROPÉENNE DU DIABÈTE

Le diabète, sous toutes ses formes, représente depuis 80 ans l'indication principale de Vals-les-Bains. Il s'inscrit dans le cadre de l'indication thérapeutique « AD » , Affections Digestives et métaboliques.

De par l'action « médicinale » de ses eaux qui sont de véritables « tisanes de granit », les curistes diabétiques notent une amélioration tant sur leur équilibre glycémique que sur les autres facteurs métaboliques (cholestérol, acide urique, surpoids..).

Cette cure permet d'éviter la dégradation du pancréas ou du moins de la retarder et dans bien des cas de repousser l'escalade médicamenteuse ou le passage à l'insuline.

5 TYPES D'INDICATIONS

à la Cure Thermale à Vals-les-Bains



- **L'état prédiabétique et para-diabétique** chez les personnes en surpoids ou ayant des antécédents familiaux de diabète.
- Les **diabètes de type 2** appelés auparavant Diabètes gras, traités par régime seul ou traitements antidiabétiques oraux.
- Les **diabètes de type 2** ayant évolué vers **l'Insulinothérapie.**
- Les **diabètes juvéniles**, le plus souvent de type 1, où l'éducation thérapeutique est fondamentale.
- Tous type de diabètes, y compris ceux présentant **des complications**.

Durant la cure et parallèlement au traitement diabétique, l'accent est mis sur le côté éducatif, diététique et thérapeutique. Durant le séjour thermal, le curiste apprend à accepter son diabète, à mieux vivre avec sa pathologie à travers un meilleur équilibre alimentaire et une meilleure hygiène de vie, incluant une activité physique quotidienne, personnalisée selon chaque individu. L'équipe pluridisciplinaire est là pour vous aider à surmonter vos difficultés et vous stimuler dans votre démarche de prise en soin.

INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES

CURE EN RHUMATOLOGIE (RH)

Suivre une cure thermale en rhumatologie (RH) permet d'améliorer la souplesse des tissus et de réduire les douleurs au quotidien. La cure contribue également à l'amélioration des capacités fonctionnelles des articulations et propose une réelle alternative au traitement des rhumatismes par l'administration régulière d'anti-inflammatoires.

Thérapeutique naturelle et dépourvue d'effets secondaires, la cure thermale en Rhumatologie soulage efficacement les douleurs articulaires.
Elle permet également au patient de diminuer :

- L'arthrose dans toutes ses localisations (genou, hanche, colonne vertébrale)
- Les rhumatismes inflammatoires (arthrite, polyarthrite)
- Les tendinites et périarthrites
- La polyarthrite rhumatoïde
- La fibromyalgie
- Les séquelles de traumatisme et de fracture
- Les séquelles d'algodystrophie
- Les séquelles de l'ostéoporose
- Les suites de chirurgie orthopédique
- La spondylarthrite ankylosante

Les soins et leurs mécanismes d'action :
D'une durée de 18 jours, la cure thermale en rhumatologie combine des soins généraux, qui concernent l'ensemble du corps (douche générale, piscine de mobilisation, douche pénétrante) et des soins locaux (applications locales de boue, frigithérapie, jets en piscine, douche au jet...).
Les effets bénéfiques des soins thermaux sont principalement liés à la chaleur qui procure un effet décontracturant, à l'eau thermale qui possède des vertus soulageant les douleurs et améliorant la souplesse des tissues articulaires. Les massages par douche / jets hydromassants ont également une action antalgique.

Les soins à visée sédative et rééducative :
Ils permettent d'améliorer efficacement la mobilité et de réduire la douleur, contribuant à une meilleure qualité de vie tout au long de l'année.

le + **DÉCOUVREZ LE PARCOURS SENSORIEL DU SPA SÉQUOIA**
2 entrées sont offertes

LES SOINS THERMAUX EN CURE RHUMATOLOGIE

- Douche au jet
- Douche pénétrante
- Douche générale
- Douche forte pression
- Aérobain
- Massage sous eau
- Boue des mains
- Illutation
- Frigithérapie
- Piscine de mobilisation

INDICATIONS DE LA CURE THERMALE
DOUBLE ORIENTATION (AD + RH) OU (RH + AD)

CURE EN DOUBLE ORIENTATION

Une cure thermale en double orientation permet de traiter 2 pathologies en même temps. À Vals-les-Bains, nos curistes peuvent ainsi prendre en charges leurs troubles métaboliques et leurs rhumatismes.

La prescription d'une cure thermale à double orientation comprend toujours une orientation majeure et une orientation mineure. Lors d'une cure thermale en double orientation, le curiste bénéficie des soins thermaux concernant son affection principale ainsi que la moitié des soins thermaux prévus pour son affection secondaire.

CURE EN DOUBLE ORIENTATION

QU'EST-CE QUE C'EST ?

« Double orientation AD/RH »
Signifie que l'Affection Digestive (AD) est la cure principale, comprenant 4 soins par jour, tandis que la Rhumatologie (RH) est la cure secondaire avec 2 soins par jour.

« Double orientation RH/AD »
Signifie que la Rhumatologie (RH) est la cure principale, comprenant 4 soins par jour, tandis que l'Affection Digestive (AD) est la cure secondaire avec 2 soins par jour.

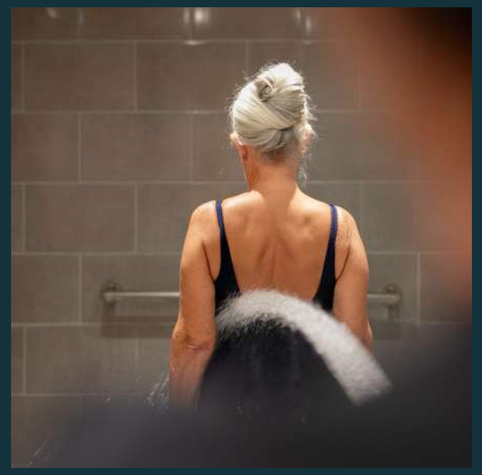
EXEMPLES DES 2 CAS

AD/RH	RH/AD
4 soins AD + 2 soins RH **= 6 soins / jour**	4 soins RH + 2 soins AD **= 6 soins / jour**

6 SOINS PAR JOUR AU LIEU DE 4



Les cures thermales conventionnées (remboursées) sont en partie prises en charge par l'assurance maladie lorsqu'elles sont prescrites par un médecin, traitant ou spécialisé.







LES SOINS THERMAUX

DOUCHE AU JET AD / RH
Douche manuelle chaude réalisée par un hydrothérapeute à l'aide d'un jet d'eau thermale.

DOUCHE PÉNÉTRANTE AD / RH
Rampe de douche en pluie chaude réalisant un massage sur le curiste couché sur le ventre.

DOUCHE GÉNÉRALE AD / RH
Multiples jets d'eau chaude permettant un effet de massage décontractant, antalgique et tonifiant.

CATAPLASME AD
Application de boue thermale chaude sur trois localisations (AD), rachis hépatique et cadre colique, avec un enveloppement dans une couverture chaude.

BOUE DES MAINS RH
Exercice des mains dans la boue thermale chaude.

FRIGITHÉRAPIE AD / RH
Application de gel à base d'eau thermale au niveau des jambes ayant un effet stimulant avec compresses froides.

ILLUTATION RH
Application de boue thermale chaude, sur les articulations, avec un enveloppement dans une couverture chaude.

CURE DE BOISSON AD
À consommer selon la prescription du médecin thermal.

PISCINE DE MOBILISATION AD / RH
Séance de mobilisation articulaire contrôlée et adaptée.

DOUCHE FORTE PRESSION EN PISCINE AD / RH
Dans une piscine d'eau thermale, chaque poste de soin est équipé de jets sous marins à forte pression.

AÉROBAIN AD / RH
Bain commun d'eau thermale, auquel on ajoute de l'air pulsé. Cette injection d'air sous pression entraine un bouillonnement de l'eau. Cela permet de réaliser un massage doux des membres inférieurs

MASSAGE SOUS EAU THERMALE AD / RH
(en fonction de la disponibilité des kinésithérapeutes)
Massage manuel pratiqué par un kinésithérapeute sous une rampe d'eau thermale

LES BIENFAITS D'UNE CURE THERMALE À VALS-LES-BAINS

- Une cure thermale est bénéfique pour les personnes atteintes de diabète et de rhumatismes.
- La prise en charge est individualisée dans une **structure familiale à taille humaine**.
- La cure a un effet global sur le plan général, physique et mental.
- L'efficacité du traitement repose sur la **synergie** du limon et de l'eau thermale. Les techniques de soins sont réalisées par un **personnel qualifié et bienveillant**.
- L'information et la sensibilisation à **une meilleure hygiène de vie** sont assurées par notre **équipe pluridisciplinaire** : infirmières, diététicienne, coach sportifs qualifiés et psychologue.

LES MÉDECINS

Liste des médecins affiliés aux Thermes de Vals-les-Bains.
Choisissez votre médecin thermal dans la liste ci-dessous.

CENTRE DE SANTÉ SITHERE

Médecins :
Dr Preziosi-Bouté Camille
Dr Wurtz Anne-Sophie
19 Avenue Paul Ribeyre
Bâtiment accueil de l'Hôpital
de Vals-les-Bains
Prise de rendez-vous avec les médecins
au 07 56 47 62 19

MAISON DE SANTÉ ELISABETH STIBLING

DR SAID HATEM

Endocrinologie, diabétologie,
médecine thermale
85 Montée du Bois Vert
07600 Vals-les-Bains
Tél. 06 51 39 34 72
Possibilité de prendre RDV sur Doctolib

DR GRANIER MARIELLE

Médecine générale et thermale
16 rue Baptiste Marcet
07200 Aubenas
Tél. 04 75 89 28 06
Possibilité de prendre rdv sur docrendezvous.fr

DR FABRE ADELINE

Médecine générale et thermale
16 rue Baptiste Marcet
07200 Aubenas
Tél. 04 75 89 28 06
Possibilité de prendre RDV
sur docrendezvous.fr
1ère consultation à Aubenas
2e et 3e consultations à Vals-les-Bains.

DR GHETU PLACSIM CATALINA

Médecine générale et thermale
288 Parking de la Volane
Résidence Les Jardins de la Poste
07600 Vals-les-Bains
Tél. 04 75 94 62 41

DR DELCOUR ERIC

Cabinet médical des thermes (à côté de la cuisine des thermes)
Médecine thermale, ostéopathie, homéopathie
Tél. 04 75 52 19 19
Consultation possible sur Montélimar (prise de rendez-vous au même numéro de téléphone)

Cette liste peut évoluer en cours d'année, elle sera consultable sur notre site :
www.thermesdevals.com

LES 8 ÉTAPES POUR SUIVRE
UNE CURE THERMALE À VALS-LES-BAINS

COMMENT ORGANISER SA CURE ?

01 • Consultez votre médecin traitant.
Votre médecin doit vous prescrire une cure thermale à Vals-les-Bains et vous délivrer une demande de prise en charge. Celle-ci peut vous être envoyée. **Vous devez être autonome dans vos déplacements** et être continent pour effectuer votre cure. L'équipe des Thermes est présente pour accompagner le curiste mais ne peut pas assister celui-ci.

02 • Envoyez votre demande de prise en charge à votre caisse d'Assurance Maladie.
Vous devriez recevoir une réponse dans le mois. Attention, cela peut être sur votre compte Ameli si vous êtes affilié·e à la CPAM. Lors de la réception de votre prise en charge, vérifiez que l'accord de cure correspond bien aux indications de Vals-les-Bains (AD ou RH), vérifiez également si la double orientation est bien indiquée, puis sa période de validité (prise en charge valable pour l'année civile 2026) et le taux de prise en charge (ex : avec exonération A.L.D. jusqu'à 100%).

03 • Envoyez la fiche de réservation ci-jointe au secrétariat des Thermes (pour les nouveaux curistes).
• Soit via notre site web dans l'onglet "Réservez votre cure"
• Soit le magazine des Thermes de Vals-les-Bains, vous pouvez remplir la feuille détachable p.17 et l'envoyer à :
Les Thermes de Vals-les-Bains
15 avenue Paul Ribeyre - 07600 Vals-les-Bains

Votre inscription sera confirmée dès réception des éléments suivants :
Un chèque d'arrhes de 50 € à l'ordre des Thermes de Vals-les-Bains
La fiche de réservation dûment complétée
La photocopie du volet 2 de votre prise en charge

Le volet 1 sera remis au médecin thermal lors de la première consultation. Vous recevrez ensuite la confirmation de votre date et heure de cure par courrier et e-mail.

04 • Prenez rendez-vous avec un médecin thermal avant votre arrivée aux Thermes de Vals-les-Bains.
Votre rendez-vous avec le médecin thermal doit être planifié soit la semaine avant votre début de cure, soit le premier jour de votre cure.
À vous de vous organiser avec lui pour fixer un rendez-vous (pensez à apporter le courrier de votre médecin traitant).

05 • Réservez votre logement.
Consultez la liste des hébergements disponible à la fin de ce magazine ou contactez l'Office de Tourisme pour obtenir la liste complète: 04 75 89 02 03 / www.aubenas-vals.com

06 • Préparez votre valise.
Comment bien préparer votre valise ?
Voici les indispensables à prendre avec vous :
• **Deux maillots de bain** (nous vous conseillons de prendre des deux pièces)
• **Un bonnet de bain (obligatoire en piscine)**
• **Des chaussures antidérapantes (tongs interdites)**
Toute personne n'ayant pas de chaussures adaptées ne peut pas accéder aux soins. Vente de matériel sur place.
• **Une serviette supplémentaire pour vos soins :**
En plus du linge fourni (une serviette et un peignoir par jour), un kit linge supplémentaire payant (20€) vous est proposé dès votre entrée de cure.
• **Votre dossier médical**
• **Un bilan sanguin récent**
• **Un courrier du médecin traitant**

07 • Premier jour de cure.
Rendez-vous à l'accueil des Thermes de Vals-les-Bains après votre consultation avec le médecin thermal qui vous remettra votre ordonnance des soins.
Puis présentez-vous au minimum 45 minutes avant le début de vos soins (l'heure est indiquée sur le courrier de réservation).

Un planning personnalisé établi pour la durée de votre cure en fonction de votre prescription médicale. Si vous n'êtes pas bénéficiaire de la CSS, le complément tarifaire est à régler.

08 • Planning et interruption de cure.
Les jours d'absence ne sont **ni reportés, ni récupérés** et doivent être justifiés. Pour être pris en charge, la durée de la cure est obligatoirement de 18 jours. Si la cure est interrompue, la prise en charge s'annule. Le curiste doit régler les soins effectuées et présenter la facture à la caisse d'assurance maladie.

COMMENT SE DÉROULE UNE CURE THERMALE ?

Une cure thermale se déroule sur 21 jours (18 jours de présence), elle est prise en charge en partie par la sécurité sociale, elle comprend des soins thermaux prescrits par le médecin thermal. Aux Thermes de Vals-les-Bains nous ne pratiquons des soins que le matin, en général de 6h à 14h et du lundi au samedi. La cure est fermée le dimanche. Les soins durent environ 1h30 par jour.

Organisez votre journée comme vous le souhaitez !
Profitez des équipements de l'établissement thermal : salle de sport, marche accompagnée par nos coach sportifs, Spa Séquoia Redwood, assistez aux conférences (gratuites) données par nos équipes, partez découvrir le territoire à votre convenance...

TARIFS

AU 31 DÉCEMBRE 2025

Tarifs susceptibles de changer à partir du 1er janvier 2026.

	MONTANT DU FORFAIT	TICKET MODÉRATEUR	COMPLÉMENT TARIFAIRE * à la charge du curiste
AD1	542,45 €	189,85 €	97,73 €
AD3	600,01 €	210,00 €	108,11 €
RH1	574,51 €	201,07 €	103,51 €
RH3	655,11 €	229,28 €	118,03 €
AD1/RH	829,70 €	290,39 €	149,48 €
AD3/RH	887,26 €	310,54 €	159,86 €
RH3/AD	926,34 €	324,21 €	166,90 €
RH1/AD	845,74 €	296,00 €	152,38 €

* peut être pris en charge selon votre mutuelle.

AD1 : prescription sans massage sous eau
AD3 : prescription avec massage sous eau
RH1 : prescription sans massage sous eau
RH3 : prescription avec massage sous eau



QU'ALLEZ-VOUS RÉGLER À VOTRE ARRIVÉE EN CURE THERMALE ?

CAS 1
Vous disposez d'une prise en charge à 100% : Vous réglez uniquement le Complément Tarifaire *(colonne 3)*.

CAS 2
Vous disposez d'une prise en charge à 65% : Vous réglez les 35% non pris en charge par votre Assurance Maladie. Ticket Modérateur *(colonne 2)* + Complément Tarifaire *(colonne 3)*.

CAS 3
Vous êtes bénéficiaire de la Complémentaire Santé Solidaire (CSS) : Vous n'aurez rien à régler. Merci d'apporter une attestation.

Complément tarifaire : *Un séjour thermal est une démarche médicale encadrée par des décrets. Comme tout acte médical, un certain pourcentage est pris en charge par le régime obligatoire de l'Assurance maladie et la partie restante (le complément tarifaire) peut faire l'objet d'une prise en charge par une mutuelle. En 2014, une loi a été votée concernant l'application d'un complément tarifaire supplémentaire dans le cadre d'une cure thermale. Ce montant est fixé chaque année par l'Assurance Maladie.*

FICHE DE RÉSERVATION

CURE DU ..... AU .....

AVANT DE NOUS ENVOYER VOTRE FICHE, PENSEZ À VÉRIFIER :
• Que votre accord de prise en charge de cure correspond bien avec la ou les indications de Vals-les-Bains.
• Que vous avez pris rendez-vous avec le médecin thermal de votre choix avant de débuter vos soins

1 à 2 personnes : à retourner avec le volet 2 de la prise en charge et un chèque d'arrhes de 50 € par personne à l'ordre de STVB

CURISTE 1 (joindre la prise en charge)

☐ J'accepte que mes données de santé ci-dessous soient traitées par les Thermes de Vals-les-Bains à des fins d'organisation, de dispense et d'administration des soins.

Indication(s) thérapeutique(s) :
☐ Affections digestives ☐ Rhumatologie ☐ Affections digestives + Rhumatologie ☐ Rhumatologie + Affections digestives

Horaires souhaités :
☐ 6h00 -8h00 ☐ 8h00 - 10h00 ☐ 10h00 - 12h00 ☐ 11h - 14h00

Nom Prénom : ..... Date de naissance : .....
Adresse postale : .....
.....
Code postal : ..... Ville : .....
Téléphone portable |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_| Email : .....

Médecin thermal (obligatoire) Nom du médecin thermal : .....
Rendez-vous le : ..... à .....

Médecin demandeur de votre cure Nom Prénom : .....
Adresse : .....

CSS* : ☐ Oui ☐ Non *merci de joindre la photocopie de votre attestation Complémentaire Santé Solidaire (CSS)

☐ **J'autorise les Thermes de Vals-les-Bains de me transmettre des informations et des actualités de la station thermale par e-mails.**

CURISTE 2 (joindre la prise en charge)

☐ J'accepte que mes données de santé ci-dessous soient traitées par les Thermes de Vals-les-Bains à des fins d'organisation, de dispense et d'administration des soins.

Indication(s) thérapeutique(s) :
☐ Affections digestives ☐ Rhumatologie ☐ Affections digestives + Rhumatologie ☐ Rhumatologie + Affections digestives

Horaires souhaités :
☐ 6h00 -8h00 ☐ 8h00 - 10h00 ☐ 10h00 - 12h00 ☐ 11h - 14h00

Nom Prénom : ..... Date de naissance : .....
Adresse postale : .....
.....
Code postal : ..... Ville : .....
Téléphone portable |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_| Email : .....

Médecin thermal (obligatoire) Nom du médecin thermal : .....
Rendez-vous le : ..... à .....

Médecin demandeur de votre cure Nom Prénom : .....
Adresse : .....

CSS* : ☐ Oui ☐ Non *merci de joindre la photocopie de votre attestation Complémentaire Santé Solidaire (CSS)

☐ **J'autorise les Thermes de Vals-les-Bains de me transmettre des informations et des actualités de la station thermale par e-mails.**

COMMENT PRESCRIRE UNE CURE EN DOUBLE ORIENTATION ?

En remplissant le questionnaire de prise en charge Cerfa, le médecin (traitant ou spécialiste) mentionne l'orientation principale de son patient et indique qu'un traitement annexe est justifié, en précisant alors l'orientation secondaire.

Dans quels cas prescrire en double orientation ?
Deux types de cas peuvent nécessiter une cure en double orientation :

- le patient a une pathologie pouvant être prise en charge dans deux orientations
- le patient souffre de deux pathologies différentes, pouvant chacune être prise en charge dans le cadre d'une cure thermale.

VÉRIFIEZ VOTRE PRISE EN CHARGE

cerfa N° 11140*04

PRISE EN CHARGE ADMINISTRATIVE DE CURE THERMALE ET FACTURATION

N° de facture

VOLET 2

A COMPLETER PAR L'ETABLISSEMENT

RENSEIGNEMENTS CONCERNANT L'ASSURE(E)

N° d'immatriculation
Nom- Prénom
Nom d'usage
Adresse

Ce modèle est communiqué à titre d'information. Pour votre démarche, l'organisme d'assurance maladie vous adressera un document pré-identifié.

Régime | Code organisme affiliation | Code organisme du lieu de cure

CURISTE

Nom | Prénom
Qualité | Date de naissance et rang | Nature assurance | Code exonération

CONDITION DE PRISE EN CHARGE DE LA CURE

Année civile | droits jusqu'au
1re orientation thérapeutique
station de
traitement thermal annexe dans la 2e orientation thérapeutique
avec exonération ☐ ALD ☐ Soins particuliers exonérés ☐ FSV ☐ divers
sans exonération ☐
☐ Frais médicaux et de traitement ☐ Frais d'hébergement et de transport

1re orientation				2e orientation		
Base légale %	Base compl. %	Total	(Réservé MSA)	Base légale %	Base compl. %	Total
			Forfait de surveillance médicale			
			Pratiques médicales complémentaires			
			Forfait thermal			

L'hospitalisation est justifiée Oui Non

RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

AT/MP | Date | N° dossier
RCT | Date | N° dossier
N° prescripteur | spécialité
Date de prescription

Fait à , le **2 janvier 2003,**
Le Directeur | L'Agent Comptable | Cachet de l'organisme délivrant la prise en charge

CACHET D'IDENTIFICATION DE L'ETABLISSEMENT
comportant le n° FINESS

JOINDRE LA (OU LES) PRESCRIPTION(S)
cure suivie du au

TRAITEMENT CONVENTIONNEL EXECUTE

1RE ORIENTATION

FORFAIT	N°1		Euros
	N°2		Euros
	N°3		Euros
KINESITHERAPIE	ind.		Euros
9 séances	col.		Euros
18 séances	ind. col.		Euros

Détail du traitement exécuté (y compris kinésithérapie)

codif.	nombre de séances	codif.	nombre de séances

2E ORIENTATION

FORFAIT Euros

Détail du traitement exécuté

codif.	nombre de séances	codif.	nombre de séances

Fait à
SIGNATURE du Directeur de l'établissement, certifiant l'exactitude des renseignements ci-dessus

Droits jusqu'au 31/12/2026

Année civile 2026

AD ou RH Vals-les-Bains

AD OU RH

Si l'hospitalisation est justifiée, contactez le centre hospitalier de Vals au 04 75 37 89 25

Avec exonération : la cure est prise en charge à 100 %
Sans exonération : la cure est prise en charge à 65 % (90 % pour le régime local Alsace Moselle)

LA NUTRITION

Un pilier de taille aux Thermes de Vals-les-Bains.

Il s'agit d'une expertise nutritionnelle qui vous propose une alimentation équilibrée et variée, avec des recommandations fiables et scientifiquement validées. Ce sont des conseils personnalisés qui vous permettent d'équilibrer votre diabète, de favoriser votre perte de poids ou encore d'améliorer vos troubles digestifs sans perdre la notion de plaisir.



MÉLODY, DIÉTÉTICIENNE AUX THERMES DE VALS-LES-BAINS

LES ACTIVITÉS LIÉES À LA DIÉTÉTIQUE

LES DÉMONSTRATIONS CULINAIRES — GRATUIT

Tous les mardis à la cuisine des Thermes.
Mélody vous permet de découvrir une préparation culinaire diététique à réaliser en moins de 30 min.
Inscriptions à l'accueil - sous réserve de disponiblilités

LES ATELIERS D'ÉCHANGES — GRATUIT

Tous les jeudis à 14h00 en salle de conférence.
Notre diététicienne abordera comme thème cette année : « Le sucre : ami ou ennemi ? »

LES CONSULTATIONS DIÉTÉTIQUES — 19€LASÉANCE

Du lundi au vendredi dans le bureau de Melody.
Venez à la rencontre de Mélody pour discuter de vos habitudes alimentaires afin d'adapter votre alimentation à votre mode de vie.

le + DE LA CONSULTATION :

IMPÉDANCEMÈTRE - BIODY XPERT
En quelques secondes, il vous permet d'obtenir la composition de votre corps et de connaître les différentes masses qui composent votre corps.
(12 € la mesure si hors consultation)

ATELIERS DE CUISINE — 26€ LA SÉANCE • 60€ LES 3

Les mercredis à 9h00 et à 10h30, à la cuisine des Thermes.
Participez à un cours de cuisine différent chaque semaine, repartez avec le livret de recettes et vos préparations du jour. Vous pouvez également déguster sur place votre préparation entre 12h et 13h.

le + LA CHARTE QUALITÉ DIÉTÉTIQUE

Les restaurants partenaires respectent la charte diététique mise en place avec notre diététicienne, diplômée d'un D.U. en diabétologie.

LES RESTAURANTS

Restaurant Le Lyon, Hôtel de Lyon
Restaurant Les Touristes
Restaurant La Kascade



LES ACTIVITÉS

EN PISCINE THERMALE

PISCINE, JACUZZI & AQUAJETS
ENTRÉE **6€**
FORFAIT CURE **25€**

—

L'AQUAGYM
LA SÉANCE **8€**
FORFAIT 6 SÉANCES **32€**

—

L'AQUABIKE
LA SÉANCE **14€**
FORFAIT 3 SÉANCES **38€**

—

L'AQUACIRCUIT
LA SÉANCE **14€**
FORFAIT 3 SÉANCES **38 €**

EN EXTÉRIEUR

MARCHE NORDIQUE
Départ des Thermes de Vals. Cette activité vous permet de découvrir nos paysages (elle est comprise dans l'abonnement à la salle de sport)

1 SÉANCE **8€**
3 SÉANCES **21€**

BALADE DU CURISTE
Sortie réservée aux curistes. Venez prendre un bol d'air avec l'Office de Tourisme : Infos utiles et pratiques, anecdotes... Balade sans difficulté majeure, d'une durée approximative d'1h30. À la fin du parcours, une dégustation de la célèbre eau de Vals vous est offerte.

TARIF **2€**
Inscription obligatoire auprès de l'Office de tourisme :
04 75 89 02 03
MAXIMUM 12 PERSONNES

EN SALLE DE SPORT

PILATES
LA SÉANCE **10€**
6 SÉANCES **40€**

—

YOGA
LA SÉANCE **10€**
3 SÉANCES **25€**

—

QI GONG
LA SÉANCE **10€**
6 SÉANCES **40€**

—

SALLE DE SPORT
ABONNEMENT
3 SEMAINES **31€**

La salle de sport est ouverte le matin et l'après–midi, et encadrée par un éducateur sportif (tapis de marche, vélo, gymnastique douce, relaxation, step, rameur...). L'accès à la salle comprend les séances de marche nordique.

MIEUX-ÊTRE

CONSULTATION PSYCHOLOGUE
1 SÉANCE • **44€**
3 SÉANCES • **120€**

CONSULTATION SHIATSU OU MÉDECINE CHINOISE
1 SÉANCE • **44€**

Renforcer l'équilibre énergétique, Massage Tuina, auriculothérapie ou shiatsu, Joëlle adapte la séance en fonction de vos besoins. Réservé uniquement aux curistes.

ATELIER D'AUTO-MASSAGE
1 SÉANCE • **10€**
3 SÉANCES • **25€**

Tous les mercredis de 15h à 16h en salle de sport.
Les points gâchettes (Trigger Point en anglais) concernent 85% des individus présentant des douleurs chroniques. La bonne nouvelle est qu'il existe une pratique qui permet de les repérer et les gérer. Poussant encore plus notre volonté d'éduquer nos curistes dans un maximum de domaines différents. Proposé par un ostéopathe formé au traitement des Trigger Points.

ATELIER D'EFT
1 SÉANCE • **15€**

1 atelier toutes les 3 semaines le mardi après-midi
Joëlle vous propose des ateliers EFT (Emotional Freedom Technique ou Technique de libération émotionnelle) d'une durée d'1h30. La puissance du groupe permet à chacun de faire un travail de libération des émotions en lien avec le thème proposé (estime de soi, confiance en soi, douleur, perte de poids...) Le thème de la séance sera précisé en amont.

NOUVEAU

SÉANCE DE MÉDITATION
LA SÉANCE **7€**
3 SÉANCES **20€**

Les jeudis à 7h45

30 min de réveil musculaire et méditation en mouvement.

NOUVEAU

ATELIER D'OLFACTOTHÉRAPIE
LA SÉANCE **15€**

1 atelier tous les quinze jours les jeudis à 15h

Découvrez notre nouvel atelier dédié au bien-être par les senteurs. À travers des huiles essentielles sélectionnées, Nina vous guidera pour stimuler vos émotions positives et favoriser la détente profonde. Une expérience sensorielle unique pour accompagner votre cure et retrouver harmonie et sérénité.



LES ACTIVITÉS

MOMENT DE CONVIVIALITÉ

Le directeur, les équipes des thermes et l'Office de Tourisme vous accueillent à la cuisine des thermes le mardi à midi une fois toutes les 3 semaines.
Lors de ce moment convivial et de partage, les équipes vous présentent toutes les activités de la cure et vous proposent de déguster des amuses bouches allégés préparés par Mélody la diététicienne.

ATELIERS D'ÉCHANGES • GRATUITS

En salle de conférence • Durée 1h à 1h30.

LUNDI 14H30 **"LA GESTION DU STRESS"**

Chaque semaine, Joëlle, la psychologue, vous propose des pistes à explorer afin de mieux gérer votre stress (un sujet différent autour du même thème, chaque lundi). *1 atelier par semaine*

MARDI 14H **"LE DIABÈTE SOUS TOUTES SES FORMES"**

Atelier d'échanges proposé par l'infirmière Aurore.

MERCREDI 14H **"LES MÉCANISMES DE LA DOULEUR"**

Atelier d'échanges proposé par Thomas, Ostéopathe

JEUDI 14H **"LE SUCRE, AMI OU ENNEMI ?"**

Atelier d'échanges proposé par la diététicienne Melody

JEUDI 15H **"BIEN-ÊTRE ET SENTEUR"**
un jeudi sur deux Atelier d'olfactothérapie proposé par Nina

VENDREDI 14H **"LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DE LA CURE"**

Atelier d'échanges proposé par Melody, diplômée d'un DU en sport santé

VISITE DES SOUS-SOLS • GRATUIT

Accompagnez nos techniciens pour une visite unique de l'usine thermale ! La visite des sous-sols vous permettra de mieux comprendre le trajet de l'eau, le fonctionnement de nos installations ainsi que du système de chauffage et de la récupération d'énergie. Réservation au vestiaire des thermes.

NOS INTERVENANTS



JOËLLE • Psychologue
Psychologue, spécialiste en Shiatsu, praticienne en médecine chinoise. Elle vous propose un atelier par semaine pour vous aider à reprendre en main votre stress et le contrôle sur votre santé mentale au quotidien, des consultation en médecine chinoise, shiatsu ou psychologie; deux séances de Qi Gong hebdomadaires ainsi que des ateliers d'EFT.



AURORE • Infirmière
Aurore, diplômée d'un DU Santé & Thermalisme, vient chaque semaine vous parler du diabète, de ses risques et des manières de lutter contre cette maladie.



MÉLODY • Diététicienne
En plus des moments de convivialité, cours de cuisine et des consultations, Mélody propose deux ateliers par semaine sur les bienfaits de la cure et de l'activité physique et sur "Le sucre, ami ou ennemi ?".



THOMAS • Ostéopathe
Un atelier par semaine pour expliquer comment repérer et traiter les points gâchettes ainsi qu'un atelier sur les mécaniques de la douleur.

PROFITEZ DU SPA SÉQUOIA REDWOOD

ET DU PARCOURS SENSORIEL « LES BASSINS DU SÉQUOIA »

Deux entrées 2h au Spa Séquoia Redwood vous sont offertes !
(utilisables pendant les 3 semaines de cure)

LES TARIFS « SPÉCIAL CURISTE »

ENTRÉE 2H	24 €
3 ENTRÉES 2H	66 €
6 ENTRÉES 2H	123 €

Les curistes et accompagnants curistes bénéficient de 10%* sur le prix public des prestations au Spa Séquoia Redwood.

* Sauf soirées et événements.

CONDITIONS

- Vous devez venir du lundi au vendredi pendant votre cure
- L'accompagnant curiste est la personne qui vous accompagne le jour de votre cure
- Votre accompagnant doit venir en même temps que vous
- Si vous n'avez pas d'accompagnant vous pouvez venir 2 fois
- Vous devez apporter votre serviette et vos chaussures d'eau
- Le linge de bain n'est pas fourni



VOUS ÊTES ACCOMPAGNANT CURISTE

VOS AVANTAGES

- 10 % du prix public sur l'ensemble des prestations au Spa Sequoia Redwood
- Accès aux différents ateliers proposés
- Participez au même tarif que les curistes aux activités (salle de sport, cours de cuisine...)

DÉCOUVREZ LES SOINS DE LA CURE AVEC...

LA MATINÉE THERMALE 49€

(Les jeudis, vendredis et samedis)

Douche au jet
Cataplasme
Douche générale
Douche pénétrante ou boue des mains

EN COMPLÉMENT DE VOTRE CURE

Complétez votre séjour en cure thermale en explorant nos packs santé spécialement élaborés pour maximiser les bienfaits de votre expérience.

PACK AQUA SANTÉ 50€

- Accès piscine thermale et jacuzzi*
- 6 séances aquagym

PACK BOUGER+ 50€

- Accès piscine thermale et jacuzzi*
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi

NOUVEAU

PACK REMISE EN FORME & DIÉTÉTIQUE 80€

- Accès piscine thermale et jacuzzi
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi
- 3 séances d'aquagym
- 1 cours de cuisine
- 2 mesures d'impédancemètre BIODY XPERT avec la diététicienne

PACK ÉQUILIBRE DU DIABÈTE 95€

- Accès piscine thermale et jacuzzi*
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi
- 3 séances d'aquagym
- 1 consultation diététique avec impédancemètre BIODY XPERT
- 1 suivi diététique
- 1 cours de cuisine
- 3 consultations avec l'infirmière
- 1 séance de shiatsu
- 1 séance de méditation

PACK SANTÉ IDÉALE 115€

- Accès piscine thermale et jacuzzi*
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi
- 3 séances d'aquagym
- 3 séances d'aquacircuit/aquabike
- 1 consultation diététique avec impédancemètre BIODY XPERT
- 1 suivi diététique
- 1 séance de shiatsu
- 3 séances de Pilates ou Qi Gong ou Yoga
- 3 séances de méditation

* Piscine thermale et jacuzzi dans l'espace Cure.

Un programme post-cancer du sein en complément de votre cure conventionnée de 18 jours.
(possibilité de prise en charge selon votre mutuelle)

La diététique
- 2 consultations sur mesure avec le BIODY XPERT ZM
- 1 atelier de cuisine
- 1 suivi diététique dans les 6 mois (à distance)

L'activité physique adaptée
- 3 séances d'aquagym
- 3 séances d'aquacircuit ou aquabike
- 3 séances de Pilates ou Qi Gong ou Yoga
- Accès à la salle de sport (séances encadrées par un éducateur sportif)

Le bien-être au Spa Séquoia Redwood
- 1 gommage corporel (25 min)
- 1 massage Californien (25min)
- 1 soin du visage (30 min)
- 3 séances de shiatsu
- 3 entrées journée au parcours sensoriel "Les Bassins du Séquoia"

Les ateliers collectifs
Accès à l'ensemble des ateliers d'échanges proposés aux curistes avec une infirmière, une psychologue, une diététicienne et un coach sportif
- 3 séances de méditation

La cure thermale post-cancer du sein repose sur 3 objectifs majeurs :

1. Accompagner les femmes dans leur reconstruction sociale, physique et psychologique.
2. Offrir un accès simplifié à l'activité physique grâce à nos équipes spécialisées.
3. Recevoir des conseils sur la diététique pendant et après votre cure.

LES SEMAINES THERMALES

DÉCOUVREZ NOS PROGRAMMES DE 6 JOURS
POUR ALLIER SOINS THERMAUX ET BIEN-ÊTRE

les + DE NOS SEMAINES THERMALES

- Un format plus court qu'une cure conventionnée
- Un accompagnement par notre équipe pluridisciplinaire

MIEUX VIVRE AVEC SON DIABÈTE — 520 €

Dans l'espace Cure Thermale

Un certificat médical effectué par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

Soins thermaux
- 6 douches au jet
- 6 cataplasmes de boue thermale chaude
- 6 douches générales
- 6 douches pénétrantes
- 3 piscines de mobilisation
- 6 frigithérapies

Diététique et psychologique
- 1 consultation diététique
- 1 consultation avec la psychologue
- 1 cours de cuisine
- 1 séance de méditation

Activités physiques
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi
- 3 séances d'aquagym
- Accès au spa thermal
- 1 séance de Pilates
- 1 séance d'aquacircuit
- 1 séance d'aquabike

Ateliers
- Accès à tous les ateliers (diététique, activités physiques, gestion du stress, diabétologie, rhumatologie)

DÉCOUVERTE THERMALE — 340 €

Dans l'espace Cure Thermale

Un certificat médical effectué par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

- 6 douches au jet
- 6 illutations de boue sur les articulations
- 6 douches pénétrantes
- 6 douches générales
- 1 séance de méditation

LE SÉJOUR RÉPIT POUR LES AIDANTS — 432 €

Dans l'espace Cure Thermale.

Un certificat médical effectué par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

De nombreuses personnes aident chaque jour ou de manière très régulière un enfant ou un adulte en situation de handicap, en perte d'autonomie, ou atteint de maladie grave ou chronique. Nous vous proposons une solution de répit afin de vous soulager et de vous permettre de souffler.

- 6 illutations de boue sur les articulations
- 6 douches générales à l'eau thermale
- 6 douches pénétrantes
- 3 douches forte pression
- 3 séances en piscine de mobilisation
- 1 accès 2H chaque jour au Spa Séquoia Redwood

Les ateliers
- Accès à tous les ateliers
- 1 séance avec la psychologue
- 1 séance de méditation

6 JOURS ADO — 396 €

Dans l'espace Cure Thermale

Un certificat médical effectué par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

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

- 6 douches au jet
- 6 douches pénétrantes
- 6 douches générales
- 6 cataplasmes

Le bien-être
- 1 séance de shiatsu
- 1 consultation avec notre psychologue

La diététique
- 1 atelier "Lecture des étiquettes"
- 1 cours de cuisine parents/ados
- 1 consultation

L'activité physique adaptée
- 1 accompagnement avec notre éducateur sportif
- Accès à la salle de sport
- 1 séance aquabike/semaine

le + **Les parents accompagnent et peuvent profiter des tarifs accompagnants sur les activités**



LES SEMAINES THERMALES

AU SPA SÉQUOIA REDWOOD

LÂCHER PRISE — 741 €

NOUVEAU

Au Spa Séquoia Redwood

Un esprit sain dans un corps sain

- 2 séances de Qi Gong
- 1 séance de Yoga
- 1 séance avec la psychologue des Thermes
- 6 enveloppements
- 6 douches au jet
- 1 massage Californien 60 min *(au Spa Séquoia Redwood)*
- 1 séance de shiatsu
- 2 bains bouillonnants et massage du cuir chevelu
- 1 consultation diététique
- 1 séance de méditation
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi
- 1 accès journée aux "Bassins du Séquoia" chaque jour
- 1 accès à l'atelier d'échanges "Gestion du stress"

6 JOURS MINCEUR — 852 €

Au Spa Séquoia Redwood

- 2 bains bouillonnants et massage du cuir chevelu
- 3 douches au jet
- 3 enveloppements détox aux extraits de végétaux
- 2 massages Watermass minceur et fermeté
- 1 massage madérothérapie de 30 min
- 1 massage californien de 30 min
- 1 soin visage - Origine de 30 mn
- 1 gommage au thé vert
- 1 séance de frigithérapie
- 1 séance de pressothérapie
- 1 application de gel et massage circulatoire des jambes
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi
- 6 entrées Journée aux Bassins du Séquoia
- 1 consultation diététique et 1 suivi diététique avec l'impédancemètre BIODY XPERT
- 2 séances d'aquagym
- 1 séance de pilates
- 1 séance de méditation
- 1 séance d'aquacircuit

JE PRENDS SOIN DE MOI APRÈS LE CANCER DU SEIN — 512 €

NOUVEAU

Un certificat médical effectué par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

Dans l'espace Cure Thermale

Formule au choix

6 jours solo
Disponible à tout moment de l'année

6 jours en groupe
public féminin uniquement
aux dates suivantes :
Du 30/03/26 au 04/04/26
Du 22/06/26 au 27/06/26
Du 05/10/26 au 10/10/26

- 6 cataplasmes
- 6 douches générales
- 6 douches pénétrantes
- 6 compresses

Inclus dans votre semaine thermale :
- 1 abonnement semaine à la salle de sport
- 3 accès au parcours sensoriel "Les bassins du Séquoia"
- Accès à l'ensemble des ateliers d'échange
- 1 rencontre avec les infirmières
- 1 séance de Qi Gong
- 1 séance de Shiatsu
- 1 séance de Yoga
- 1 séance de méditation
- 1 cours de cuisine
- 1 séance de Pilates
- 1 soin du visage
- 1 séance d'aquagym

THERMES DE VALS LES BAINS

since 1845



THERMES DE VALS-LES-BAINS
15 avenue Paul Ribeyre 07600 Vals-les-Bains
Tél. 04 75 37 46 68 | accueil@thermesdevals.com
www.thermesdevals.com | www.diabete-vals.info

OFFICE DE TOURISME • VALS-LES-BAINS
7 rue Jean Jaurès 07600 Vals-les-Bains
Tél. 04 75 89 02 03 | www.aubenas-vals.com

COORDONNÉES GPS
Latitude : 44.657246
Longitude : 4.368576899999994
À 45 mn de Montélimar
À 1h15 de Valence



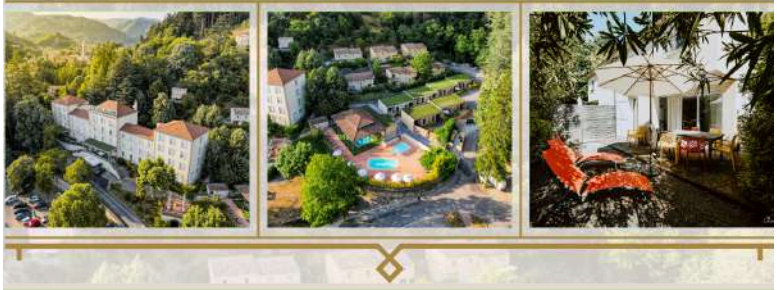
Crédit photos : @altimax ©Marielsa Niels @BestJobers • Max Coquard @Vincent Klares | Mise en page : www.atelier-hourra.com

LES HÉBERGEMENTS

LES HÔTELS

DOMAINE DES BAINS

VILLAS DES BAINS & GRAND HÔTEL DES BAINS



Au cœur de la station thermale, dans un écrin de verdure.
Emplacement privilégié, à seulement 100 mètres des Thermes de Vals-les-Bains.

Villas des bains

26 Appartements meublés T1 (35m2), T2 (55m2) ou T3 (70m2) entièrement équipés et climatisés

Parking privatif sécurisé et 3 piscines *
(* en fonction des saisons)

TARIFS CURISTES EN DEMI-PENSION À PARTIR DE :

1012€ / 3 SEMAINES

Grand Hôtel des Bains

65 chambres classique, confort, familiale ou junior suite entièrement climatisés

Parking sécurisé et 3 piscines *
(* en fonction des saisons)

TARIFS CURISTES EN DEMI-PENSION À PARTIR DE :

1680€ / 3 SEMAINES

grand.hotel.des.bains@wanadoo.fr
www.domainedesbains.com
04.75.37.42.13

Hôtel ** Restaurant Les Touristes



Cuisine diététique
Climatisation, Wifi gratuit, machine à laver...

Forfaits curistes

À 8 minutes à pied des thermes
www.hotel-les-touristes.com
hotel.les.touristes07@gmail.com

Ouvert à l'année
Tél. 04 75 37 42 43

Grand Hôtel de Lyon ★★★

À 1 mètre des Thermes



Logis Hotels Restaurants Depuis 1948

GOÛTEZ L'ARDÈCHE

Tél : 04 75 37 43 70

grandhoteldelyon.com
info@grandhoteldelyon.com

Vals-les-Bains, Ardèche

APPART'HÔTEL *Les Célestins*



10 chambres avec salles de bains privatives, cuisine commune entièrement équipée mise à disposition.



2 avenue Paul Ribeyre 07600 vals les bains

ahcelestins@hotmail.com
06 30 08 36 36
www.apparthotel-les-celestins.com

LES CAMPINGS







04 75 37 60 28
@campinglepastural
www.campinglepastural.com
campinglepastural@hotmail.fr
6 Route du moulin, 07200 Ucel







Camping Le Verger de JASTRES

Forfait spécial curistes

Camping en bordure de rivière à 10 minutes des thermes de Vals-Les-Bains, à St-Didier-Sous-Aubenas, proche des commerces. Nous vous proposons des **chalets** 1 ou 2 chambres, TV, salle de bains, WC, cuisine et terrasse couverte.

Ouvert du 4 avril au 27 septembre 2026.

LES LOCATIONS MEUBLÉES

Villa les Citronniers

Appartements tout confort, Déco soignée, Parking privé

OUVERT Toute l'année
TARIF CURE




Tél. 06 09 66 19 76
mail : chauche.elisabeth@free.fr
www.villalescitronniers.com

CHEZ MIA**

Appartement meublé 50m2 **climatisé**, tout confort quartier calme. A 300m des thermes. **Wifi**, Terrasse, parking privé.

TARIF CURISTE

Contact : 04 75 93 56 83 - 06 73 36 36 87
E-mail : ferreriannie7@gmail.com



Immeuble Les Jardins de la Poste

à 500m des Thermes

Appartement 2 pièces 39 m²
avec balcon, tout équipé

TARIF CURE

Contact : M.Teston 04 75 37 53 03 mail : jean-pierre.teston@orange.fr

Location Meublée ★★★★

Résidence Clair Azur

Appartement T2 climatisé de 50m²
10 min à pied des Thermes
Tout confort, balcon, box privé, WIFI
Résidence sécurisée avec ascenseur
Commerces et commodités à proximité immédiate
TARIF CURE



52 rue Auguste Clément
07600 Vals les Bains
07 49 29 44 14
gilles.brun491@gmail.com

ESPRIT NATURE

07600 VALS-LES-BAINS

5 mn des thermes

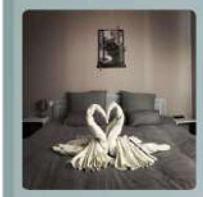
LOCATION SAISONNIÈRE tout confort
T2 45 m2, tout équipé, WiFi, Parking

Proche des commerces - Tarif curistes

christine.teston@orange.fr
Contact 06 79 56 16 90

Les Perles de Vals

SÉJOUR THERMAL



De 21 à 75m²

Le confort à 400m des thermes de vals

RÉSIDENCE LOCATIVE LES PERLES DE VALS

TOUT CONFORT



Douche italienne
Lit 160x200
Terrasse privative
Wifi gratuit
06.10.81.15.39

www.location-vals-les-bains.fr

3 APPARTEMENTS À LOUER - 5MN À PIED DES THERMES DE VALS



* Clim / Wifi
* Ouvert toute l'année
* Tarif cure

06.89.70.12.37 thomas.ceyte@hotmail.fr

LA BASTIDE DU VERGER



Loue dans un immeuble privatif se trouvant à 50m du marché, 10 à 15 min à pied des Thermes, 2 Gîtes de 45m² refait à neufs avec chacun : Chambre Queen size-. 2 TV-ML-LV-Clim-terrasse et balcon, canapé convertible. Possibilité de louer les 2 gîtes pour 2 à 4 couples et ainsi de privatiser l'immeuble et se retrouver sur l'un des espaces extérieurs. En savoir plus sur notre page Facebook : **Les Gîtes - La Bastide du Verger**

Contact : 07 77 06 33 05 ou - labastideduverger@gmail.com **Tarif spécial cure**

Ancienne Ferme Béatrix

Appartements 3 *** meublés
Tarifs curistes 650 euros
Parking privé, Clim, Wifi, Terrasse
Tél : 07.81.52.32.45.
Mail : cmfontbonne@gmail.com
30 Bd Plein Soleil 07600 Vals-les-Bains



Location meublée « Le Parc » Vals Les Bains

Appartement T2 entièrement rénové au cœur de la station thermale à 3 mn à pied des Thermes. Tout confort, Climatisation, Wi-fi, Balcon.



Forfait curiste.

Nous contacter.

Tél : 07.81.82.10.35

Mail :vals.location.leparc@gmail.com

Gîte : Le Chant de la Volane Vals-les-Bains

À 15 min à pied des thermes, profiter d'un logement calme et lumineux.
Confort, wifi gratuit, clim, télé, terrasses etc...
à partir de 690 € selon saisons

Tél : Bruno 06 19 46 02 65
Bruno.houssoy@gmail.com



Rez de Jardin**

Appartement meublé T3 avec 2 chambres individuelles et confortables à 15 minutes à pieds des thermes. Stationnement. WIFI. Tout confort. Animaux acceptés

jpb.carnet@orange.fr
tél : 06 88 66 74 70



VILLA "BEAU SITE"

Appartement t2 entièrement équipé pour 2 ou 4 personnes tout confort avec terrasse et jardin privatifs à 5 minutes à pied des thermes.

Tarif curistes et saisonniers
12 rue Auguste Clément
07600 Vals-les-Bains
Laetitia Bissoudre - 0613591875
laetitiabissoudre@gmail.com



Chez Suzette

Suzette & Fanfan, vous accueillent dans un appartement tout confort et décoré avec soin. Situé à 1,5kms des thermes en rez de jardin d'une maison individuelle avec véranda, dans un quartier calme et ambiance chaleureuse.
Forfait Cure
gitechezsuzette@yahoo.com
06 30 42 96 42



L'Orchidée

Appartement situé au pied du Parc. Casino, Théâtre, Commerces a proximité ainsi que les Thermes à 200m.

Résidence sécurisée / 1 er étage /parking privatif T2 très lumineux refait entièrement a neuf - climatisé.

CONTACT : Mme CHANEAC M - 06 72 92 52 77



A l'Orée du Sous-Bois ***

Vals les Bains – Location de meublés
Climatisés, tout confort, à 250 mètres des thermes !

Véronique VERLYCK
06-20-87-81-18
www.aloreedusous-bois.com
veronique.verlyck@gmail.com

TARIF CURE



SPÉCIAL CURISTES

→ LOGEMENT TOUT COMPRIS

FORFAIT CURISTE 600€

À 10 min des Thermes - Confort + services inclus
Confort • Parking gratuit • Wi-Fi • Linge inclus

0645903870





Gîte Les Violettes

Appartement calme pour 2 personnes avec accès à la terrasse, proche des commerces et à 10 min à pied des Thermes

Tél. : 06 64 87 37 36

Site web : location-sud-ardeche.com

Mail : location.celine.julien@gmail.com



Le Maéva

Appartement T2 Meublé Rdc
Place parking couverte
Résidence sécurisée Clair Azur
52 rue Auguste Clément 07600 Vals-les-Bains
Proche commodités et commerces à 10mn à pied des Thermes

Mr ou Mme Gruas
Tel : 07 82 25 75 96 ou 04 75 30 69 21
e-mail : lemaeva222@gmail.com



Villa Giséliane 2 pers.

Logement atypique 70 m2
face au parc &
3 min. à pied des thermes
06.70.26.69.91.
hubertb13@orange.fr



LA TARENTE

Maison d'hôtes confortable de 150 m²
Proche commodités et commerces
Tout confort (clim, terrasse, jardin, wifi...)
Thermes de Vals à 1,6km et Neyrac à 10km
Jusqu'à 4 personnes
2 chambres double
Forfait curiste 3 semaines dès 450 €



Patricia Picard
28 rue Edgar et Marius Argout
07200 Labégude

06 24 75 60 00
patricia@la-tarente.fr
www.la-tarente.fr

Locations Meublées

à 300 m des Thermes - Parking privé - RDC Jardin - Terrasse

Francis TESTON
34-36 Avenue Paul Ribeyre
07600 VALS-LES-BAINS

TARIF CURE - WIFI

CHÈQUE-VACANCES

Tél. 04 75 37 46 18 - 06 70 02 50 68

STUDIOS et T2 2 personnes maxi.

TOUT CONFORT
THERMES à 450m

06 26 87 19 00
www.les5sources.com
les5sources@gmail.com

les5sources



FORFAIT CURISTE

SÉQUOIA

location appartements

- T2 meublé refait à neuf
- 400m de la cure thermale (Vals-les-Bains)
- Vue sur la rivière

07 87 77 46 08

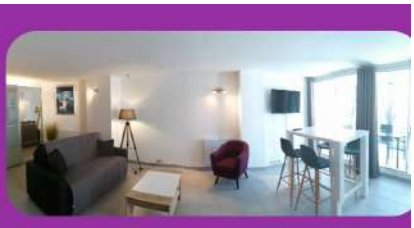


Location meublée

Vals-les-bains

A 500 m des thermes, proche commerces, meublé neuf tout confort, WiFi, Clim, parking
- Forfait curistes -

06 61 72 83 78
Judith.roubaud@orange.fr



L'Ancolie – T2 65 m² avec terrasse



Gîtes l'Oliveraie

wifi,parking, piscine, clim, tout confort.
1 route du mas 07200 UCEL
Ouvert à l'année
tél : 06 74 16 31 07 - 06 77 40 10 58
mail : mathiassouteyrand@gmail.com

Les Jardins de la Volane

Studios meublés
à 10 minutes à pied des thermes
au calme - terrasses privées
Wifi - TV - lave-linge - climatisation
proche commerces et marché
Tél. 04.75.94.01.56
12, parking de la volane 07600 Vals-les-Bains
www.jardinsdelavolane.com



Villa Mattheo's ***



Nathalie et Raphaël
vous réservent un accueil chaleureux et convivial dans un cadre agréable et calme

Vous pourrez séjourner dans un des spacieux appartements, d'une maison de maître entièrement rénovée, avec une terrasse privative devant la piscine chauffée. Ou dans un des six gîtes indépendants, climatisés, avec une terrasse.
Une piscine balnéo avec une vue imprenable sur Vals-les-bains agrémentera votre séjour.

Vals-les-bains - 07200 Ucel - tél. 04 75 88 45 10
www.villamattheos.com - villa.mattheos@wanadoo.fr

Résidence « La Santé »

***

Studios & Appartements

Climatisation - wifi gratuit - parking privatif



A100 m des Thermes

Forfait curistes 3 semaines à partir de 690€
la semaine à partir de 320€

06 07 96 34 71
lasante.vals@gmail.com
www.residence-la-sante.fr
1 montée de la source de la santé - 07600 Vals -les-Bains

MAISON THANY

Vals-les-bains
Rez-de-jardin T2 avec 1 chambre
Tout confort (2 couchages)
Terrasse, jardin, parking privé
Wifi, climatisation

À partir de 600 €/ 3 semaines

07 56 96 16 00
maisonthany@icloud.com
www.maisonthany.com

Chèque Vacances ancv

Maison à LABEGUDE

AU BORD DE L'ARDÈCHE - OUVERT TOUTE L'ANNÉE
Deux appartements meublé de 90m2 pour 4 personnes avec balcons et accès rivière
(1 RDC + 1 à l'étage)
Forfait curistes : 750 euros/ 3 semaines
hors juillet /août

10 à 15 min à pieds des thermes
Mail : **phil.eysseric@gmail.com**
Tel : 06 02 51 03 68 / 04 75 35 17 50





LOCATION GÎTE

à Vals-les-Bains + piscine
21 jours / 2 pers. = 700 €
spacieux, calme, panaroma, bien-être
06 51 60 42 78
www.location-vals-les-bains.com

Studio Le Métropole

Pour une cure réussie



à 300m des Thermes
114 Rue Jean Jaures
07600 Vals-les-Bains
www.gite-le-metropole.fr
06 72 75 93 14
gite-le-metropole@orange.fr



CHEZ JOHANNE ET DAMIEN

ouvert de avril à décembre

À 300 mètres des thermes, proche des commerces et parking.
Rez-de-chaussée - Tout confort - 2 chambres.
Tél : 0623924580 - **e-mail :** johanne.damien@live.fr
Site web : https://johannedamien.wixsite.com/sejour-a-vals

Tarif spécial curiste



RÉSIDENCE LE VENDÔME

Appartement meublé de standing 110 m² (2 chambres) 4ème étage avec ascenseur, orienté plein sud, parking privé, 10 mm à pied des thermes. Proche commerces
Tarif préférentiel curiste
Contactez : Mme Facchin 06 98 27 53 04
mireille.facchin@orange.fr



APPARTEMENTS T2

Proches des Thermes et de tous commerces
Parking gratuit Tarif curistes

Contact :
06.63.60.64.88
07.71.03.93.54
apptsvals07@protonmail.com



