



Pour une année  
en pleine forme,  
**passez par**  
**Bagnoles de l'Orne**

Saison 2012 - Du 12 mars au 17 novembre



Les **Thermes**  
de Bagnoles de l'Orne

La seule station thermale du Nord-Ouest

**MÉDECINE THERMALE**  
RHUMATO • PHLÉBO • GYNÉCO



# Une **cure thermale** pourquoi ?

La médecine thermale répond à différents besoins. Pour se soigner, en complément d'un traitement, ou regagner en vitalité. Elle apporte un soulagement à vos maladies chroniques. **Un séjour à Bagnoles de l'Orne est un véritable moment pour vous retrouver.**

Laissez-vous porter par le rythme de l'hydrothérapie, aux propriétés avérées et bénéficiant d'un agrément reconnu par le Ministère de la Santé, et l'Assurance Maladie permettant sous condition le remboursement de votre cure.

Votre rythme de soins sera établi par votre médecin thermal, en fonction de votre état de santé et de vos besoins. 4 à 6 soins par jour vous seront prodigués, vous laissant une demi-journée quotidienne de repos ou d'activité.

**Pour une année en pleine forme,  
passez par Bagnoles de l'Orne.**

# Sommaire



















**96 %\***  
des curistes  
**satisfaits**  
par leur séjour.

## Des curistes **comblés** par les **Thermes de Bagnoles de l'Orne**

Satisfaction générale : 96,05 % des curistes interrogés déclarent être satisfaits de leur séjour aux Thermes.

- **97,06 %\*** des curistes interrogés sont satisfaits par le Service Client
- **96,09 %\*** des curistes interrogés sont satisfaits par les soins prodigués
- **94,36 %\*** des curistes interrogés sont satisfaits de la qualité des installations

\*Enquête réalisée en 2010 chaque mois au téléphone par un institut de sondage indépendant sur un échantillon représentatif de 1000 clients.

	Une cure thermale, pourquoi ? _____	2
	Une eau minérale aux propriétés uniques _____	4
	Mes indications de cure _____	5
	Des soins pour chaque pathologie _____	6
	Réserver mon médecin _____	6
	Comment réserver ma cure ? _____	7
	Un nouvel espace de cure en 2012 _____	8
	Mon espace de cure Confort _____	10
	Mes cures à durée libre _____	11
	Mes soins thermaux _____	12
	Mon transport jusqu'à Bagnoles _____	14
	Mes privilèges curiste _____	15
	Mes loisirs dans Bagnoles et sa région _____	16
	Quelques idées pour mes loisirs _____	17
	Tarif de ma cure _____	18
	Parrainez vos proches et soyez récompensé _____	19

# Une **eau minérale** aux propriétés uniques

Au cœur de la forêt des Andaines et à 230 km de Paris, l'unique station thermale du grand Nord Ouest vous accueille dans un lieu de dépassement idéal, loin de toute pollution sonore et visuelle. Les vertus de son eau minérale associées à celles de son climat océanique, vous garantissent un vrai séjour d'oxygénation, aussi relaxant que tonifiant, et contribue ainsi à l'amélioration de votre santé.

**Notre médicament :** Une eau 'oligométallique'  
L'eau minérale naturelle de Bagnoles de l'Orne bénéficie de qualités thérapeutiques uniques. Cheminant pendant des siècles à travers la roche, elle s'enrichit de tous les éléments qui vous sont indispensables comme les oligoéléments, tout cela avec une faible minéralisation.

## Principaux actifs :

- **Cuivre** : anti-inflammatoire
- **Molybdène** : propriété cardiovasculaire
- **Silicium** : protecteur osseux et cartilagineux
- **Faible quantité de minéraux** : chlorures sulfates, silicates, bicarbonate, sodium, magnésium, potassium, fer, calcium
- **Faiblement Radioactif** (Radon) : analgésique, cicatrisant et stimulant hormonal
- **CO2 dissous** : vasodilatateur cutané

**Température :** 24,3° C

**pH à 20°C :** 4,31

**Résidu sec à 180°C (mg/l) :** 45,4

**Indications thérapeutiques :**

Rhumatologie, Phlébologie, Gynécologie.



# Mes **indications** de cure

Il existe différents types de cures, répondant à un programme de soins spécialisés et adaptés à vos besoins prescrit par votre médecin thermal.

## • Orientation rhumatologique (RH)

Apaiser vos douleurs, détendre et mobiliser en douceur vos muscles, calmer l'inflammation et soulager vos articulations sont autant de bénéfices instantanés et durables qu'apporte l'eau minérale de Bagnoles de l'Orne combinée à nos soins comme l'illutation de boue, bains, piscine, ...

## • Orientation phlébologie (PHL)

Une bonne santé passe par une bonne circulation sanguine. Ce type de traitement vise à améliorer le retour veineux, réduire l'œdème et diminuer les troubles fonctionnels comme les jambes lourdes, les crampes nocturnes... Ces maux sont traités par différents soins comme la douche, le couloir de marche, etc.

## • Orientation gynécologique (GYN)

Les vertus de l'eau minérale ajoutées aux soins apportent un rééquilibrage hormonal naturel conseillé en période de ménopause ou d'algies pelviennes.

## Optez pour la double orientation

Il est possible de suivre 2 types de cures en même temps afin d'ajouter leurs bénéfices en cas d'affections multiples. Votre médecin prescripteur a la possibilité de vous conseiller cette double cure. 6 soins par jour vous seront dispensés au lieu de 4. Le programme sera personnalisé en fonction des pathologies.

Optez pour  
**la double  
orientation**  
vous augmenterez  
les effets de  
votre cure



# Des **soins** pour chaque pathologie

Les principales pathologies traitées aux Thermes de Bagnoles de l'Orne

La médecine thermale est spécialisée dans le traitement des maladies chroniques et affections de longue durée.

## Rhumatologie

des douleurs apaisées  
et une mobilité retrouvée

- Rhumatismes chroniques dégénératifs, arthrose dans toutes ses localisations et principalement du rachis, des genoux et des hanches, des mains et des chevilles.
- Rhumatismes chroniques inflammatoires en dehors des phases inflammatoires, polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante, rhumatisme psoriasique.
- Rhumatismes ab-articulaires : péri-arthrites, tendinites, bursites.
- Séquelles de traumatisme ostéo-articulaire, raideurs articulaires, séquelles d'entorses, luxations, fractures, polytraumatismes, algoneurodystrophies.
- États douloureux chroniques séquellaires de chirurgie : prothèses de hanche ou de genou.
- Fibromyalgie

## Phlébologie

une circulation sanguine améliorée,  
des jambes plus légères

- Maladie post-thrombotique récente ou séquelles de phlébite plus ou moins ancienne : syndrome trophique cutané, œdème chronique des membres inférieurs, syndrome algique.
- Syndrome d'insuffisance veineuse chronique des varicosités essentielles d'évolution ancienne, non traitées ou compliquées de phlébites superficielles itératives, d'œdème chronique jambier, de syndrome trophique cutané, d'algies ou de troubles trophiques résiduels après chirurgie ou sclérothérapie.
- Maladies de Raynaud
- Hémorroïdes
- Congestion veineuse pelvienne
- Insuffisance veino-lymphatique.

## Gynécologie

une eau minérale aux vertus reconnues

- Traitement du déséquilibre hormonal et des troubles physiques liés à la ménopause
- Algies pelviennes chroniques : post-inflammatoires, post-opératoires, cycliques, par insuffisance veineuse ou douleurs essentielles.
- Stérilité féminine, en retenant comme indication prioritaire celle qui succède à une salpingite, qui n'est pas justiciable de la chirurgie et qui s'associe parfois à une dysovulation et à une insuffisance lutéale.
- La crénothérapie post-opératoire de la chirurgie tubulaire conserve sa légitimité.
- Troubles hormonaux de la période pubertaire.

Un pédicure  
et un orthopédiste  
**spécialiste de  
la contention**  
disponibles dans  
l'établissement.

Je prends rendez-vous avec  
un médecin thermal de la station

Tous sont conventionnés secteur 1

**Docteur Miguel ASTUDILLO**<sup>(4)</sup>

Médecin généraliste.

Tél. : 02 33 66 17 68 // Port. : 06 33 66 55 88

Mail : vanast@wanadoo.fr

**Docteur André CALMANT**<sup>(1)</sup>

Médecin généraliste.

Tél. : 02 33 37 83 67 // Fax : 02 53 95 30 03

**Docteur Thierry DECOURCELLE**<sup>(1)</sup>

Médecin généraliste. // Tél. : 02 33 30 88 38

**Docteur Jacques-Didier DEMAY**<sup>(3)</sup>

Médecin généraliste.

Tél. : 02 33 37 96 46 // Port. : 06 28 36 40 76

**Docteur Marcelin GEORGES**<sup>(2)</sup>

Médecin généraliste.

Tél. : 02 33 30 80 77 // Fax : 02 33 30 80 77

**Docteur Phi NGUYEN**<sup>(1)</sup>

Médecin généraliste - Acupuncture.

Tél. : 02 33 30 45 06

**Docteur Bruno PEANNE**<sup>(1)</sup>

Médecin généraliste. // Tél. : 02 33 37 97 83

**Docteur Lucie PHANTOY-ARVANITOPOL**<sup>(3)</sup>

Médecin généraliste.

Tél. : 02 33 37 84 70 // Fax : 02 33 37 84 70

# Comment **réserver** ma cure ?

## 1) Je prends rendez-vous avec mon médecin

Seul habilité à me prescrire ma cure thermale, mon médecin généraliste ou spécialiste, remplira un formulaire de 'cure thermale questionnaire de prise en charge' en indiquant :

- soit une orientation thérapeutique simple : Rhumatologie (RH), Phlébologie (PHL) ou Gynécologie (GYN) avec 4 soins quotidiens,
- soit une double orientation (par exemple PHL/RH ou RH/PHL ou PHL/GYN) avec 6 soins quotidiens si mon état de santé le justifie.

## 2) J'envoie à ma caisse d'affiliation le formulaire cure thermale questionnaire de prise en charge ainsi que ma déclaration de ressources

Par la suite, celle-ci m'adressera un document intitulé 'Prise en charge administrative de cure thermale et facturation' composé de 2 ou 3 volets :

- le 1<sup>er</sup> est destiné au médecin thermal,
- le 2<sup>ème</sup> aux Thermes de Bagnoles de l'Orne,
- le 3<sup>ème</sup> concerne les frais de voyage et les frais de séjour sous certaines conditions de ressources.

**Je peux réserver ma cure et mon hébergement sans attendre le retour de ma prise en charge.**

## 3) Je réserve mon hébergement

- Je retourne mon bulletin de réservation pour la Résidence des Thermes à l'Établissement Thermal, ou

- Je m'adresse à l'office de tourisme de Bagnoles de l'Orne pour d'autres possibilités d'hébergement (02 33 37 85 66).

## 4) Je réserve mon transport

Et le cas échéant, je complète la partie transport du bulletin de réservation ci-joint.

## 5) Je réserve ma cure

J'envoie ma fiche de réservation et joins un chèque de 55 € à l'ordre des Thermes de Bagnoles de l'Orne (sauf si prise en charge à 100 %). Je recevrai ensuite une lettre de confirmation de réservation.

## 6) Je choisis et prends rendez-vous avec l'un des médecins thermaux de Bagnoles de l'Orne avant mon arrivée (voir liste page 6)

Il m'établira un programme personnalisé de soins en fonction de mes besoins et me suivra également au cours de ma cure thermale (3 rdv : début, milieu et fin de cure).

## 7) Je prépare mes bagages

- Certains éléments indispensables que je ne dois pas oublier :
- Mon dossier médical comportant : ma carte Vitale, ma prise en charge de caisse d'affiliation et mes éléments relatifs à mon état de santé.
  - Ma confirmation de réservation



- Maillots de bain\*, chaussures en plastique antidérapantes\*\* et bonnet de bain. Une boutique est à ma disposition dans l'Établissement Thermal si je souhaite m'équiper sur place.

## 8) Je me présente directement à l'accueil de l'espace Confort ou du nouveau B'O Spa thermal dès le premier jour de mes soins.



# Un **nouvel** espace de cure en 2012

INAUGUREZ  
L'ESPACE  
DE CURE

b'ô  
spa  
thermal

## Cette année, les thermes vous proposent un nouvel espace de cure au raffinement unique !

Nous avons profité de l'hiver pour créer un tout nouvel espace qui ajoute un grand confort à la qualité de vos soins. Deux salles de repos, des tisaneries, une décoration inspirée de ce que la nature normande a de meilleur à offrir... Nous vous y réservons un accueil personnalisé et de délicates attentions, car rien n'est trop B'O pour votre santé.

### Les nouveaux soins thermaux découverte :

[1] **Hydrojet** : allongé sur le dos, sur un matelas souple et chaud, des jets d'eaux chaudes dispensent un massage qui procure une relaxation musculaire. Ce soin a de nombreuses indications préventives et/ou curatives et, est un complément idéal à votre cure médicale.

[2] **Séance de Kneipp** : douche locale des membres inférieurs. Le soin fait alterner une brumisation d'eau minérale chaude (36°) et d'eau minérale froide (18°) en fines gouttelettes sur les jambes. Elles sont ainsi plus légères et retrouvent une meilleure circulation.

[3] **Séance de Phlébotonique** : allongé dans une baignoire disposant d'un capot qui recouvre le bassin et les jambes. Des jets d'eau minérale sont projetés uniquement au niveau des hanches, des jambes et des cuisses. La pression et la température sont adaptées à chaque personne. Ce soin a une action drainante et permet d'atténuer les tensions musculaires et de redessiner sa silhouette.

[4] **Cours de gym douce** : Un professeur diplômé vous fera réaliser les mouvements les plus adaptés à votre condition physique. Cela vous permettra de renforcer votre tonicité musculaire, votre souplesse articulaire. La gymnastique douce est une excellente approche pour rétablir l'équilibre du corps.

Espace accueil – Inscription au Rez-de-chaussée



## Des avantages et des services exclusifs

- Un accueil et un suivi personnalisés
- Un espace transformé avec **plus d'ergonomie** et une **nouvelle ambiance**
- Une ligne griffée de peignoirs grand confort et du linge douillet, changés chaque jour
- Deux tisaneries pour découvrir des **nouvelles saveurs locales**
- Un **B'O cadeau** de bienvenue
- Le sac griffé, la charlotte de bain, les sandales et un coussin pour les soins en baignoire **sont offerts !**
- **Accès à 2 nouvelles salles de repos** : Dans la première règne une pénombre propice à la relaxation et au sommeil, tandis que la seconde offre la luminosité et le confort visuel idéal pour les activités telles que la lecture.

### 2 séances offertes

Au choix, pendant votre cure, dans notre nouvelle gamme de soins (suivant la disponibilité) : hydrojet<sup>(1)</sup>, Kneipp<sup>(2)</sup>, phlébotonique<sup>(3)</sup> ou gym douce<sup>(4)</sup>.

Espace détente "Relax" au 1<sup>er</sup> étage



Tisanerie supplémentaire au 1<sup>er</sup> étage



Les **protocoles** de soins thermaux sont **identiques** à ceux des années passées

- **Accès au Vaporarium d'eau thermale\*** : espace où vous pourrez prendre des bains de vapeur d'eau thermale de **Bagnoles de l'Orne**
- **Accès au Sauna\***
- Accès libre aux **animations gratuites** de la Résidence même si vous ne logez pas à la Résidence des Thermes

# TOUT NOUVEAU TOUT b'o EN 2012

**Accès en complément de votre cure thermale**  
**B'O Spa thermal**  
**335 euros par cure**

(possibilité de prise en charge par certaines complémentaires santé)

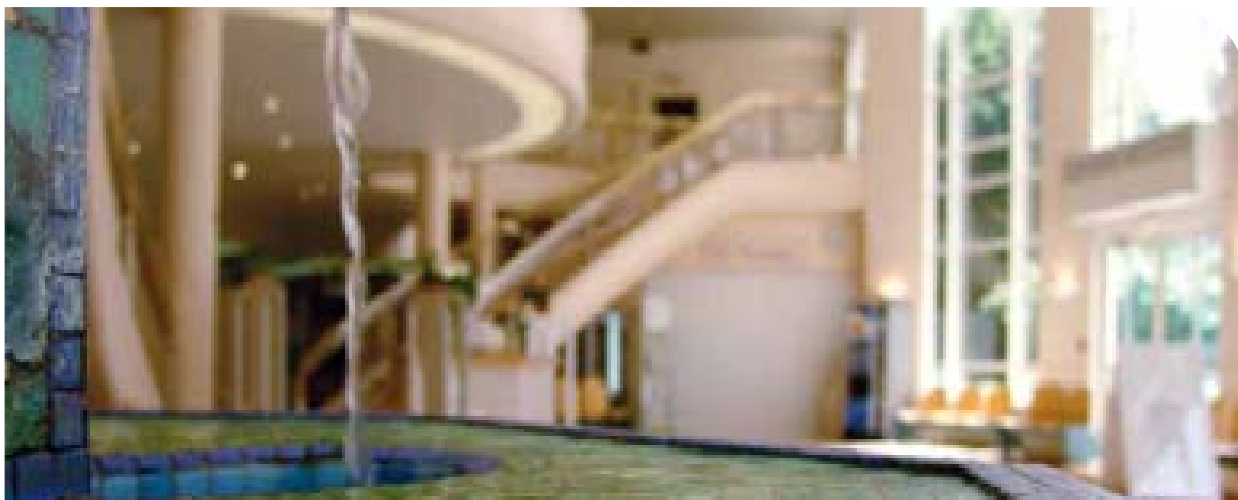
# Mon **espace** de cure Confort

## Espace Confort

**L'ensemble des installations très fonctionnel de l'espace Confort, en partie rénové pour 2012, est accessible au tarif conventionné.**

Nous mettons à votre disposition gracieusement peignoir et serviette chaque jour.  
Vous devrez vous munir d'un maillot de bain, de sandales antidérapantes et d'un bonnet de bain.  
Tous ces équipements sont également disponibles à la boutique située à l'accueil de l'espace Confort.  
Vous trouverez répartis dans cet espace des distributeurs de boissons chaudes.

L'espace de soins est ouvert de 6 h 30 à 13 h 30 du lundi au samedi (y compris les jours fériés) et l'après-midi à certaines périodes. Le service client est à votre écoute pour organiser avec vous votre cure dans les meilleures conditions.



# Mes **cures** à durée libre

## Toute l'efficacité thermique à votre rythme

Pour prendre soin à nouveau de vous ou tout simplement accompagner un curiste, venez tester nos cures à durée libre\*.

## Espace Confort

### Initiation thermique : à partir de 1 jour

C'est l'occasion de découvrir les bienfaits des soins thermaux avec un programme de 4 soins par jour, qui peut être renouvelé plusieurs jours selon vos souhaits..

### 6 jours pour vous ressourcer avec nos programmes spécifiques

'Jambes' : action phlébotonique, décongestive et sédative de l'eau minérale pour une amélioration en douceur de la circulation veineuse : Hydromassage, aérobain, couloir de marche, pulvérisation des membres, douche générale au jet, douche régionale à colonnes.

'Vitalité' : ces soins soulageront tous ceux qui souffrent de dorsalgies ou qui souhaitent retrouver sérénité ou vitalité : piscine avec douche en immersion, hydromassage, aérobain, douche régionale à colonne, illutation de boue.

	Composition du forfait	Espace Confort
1 jour	4 soins / jour	51 € / jour
6 jours	4 soins / jour	289 €
Journée suppl.	4 soins / jour	44 €

À partir de 3 jours de soins, un certificat médical de non contre-indications sera demandé.

\*Soins uniquement le matin à l'espace Confort ou au B'O spa thermal.

Curistes Thermaux,  
profitez des offres  
spéciales "cure libre"  
de -20% à -30%  
voir page 15.

**b'o**  
**spa**  
thermal

### 6 jours pour être en forme avec nos forfaits\* O' de Forme

#### Rhumat'O

Vos articulations vont récupérer toute leur souplesse grâce à nos soins spécifiques :  
piscine avec douche en immersion, hydromassage...  
24 soins dont 1 hydrojet et 1 massage bien-être de 20 min.

#### Phléb'O

Vos jambes vont retrouver toute leur légèreté grâce à nos soins spécifiques :  
couloir de marche, brumisation des membres, douche locale au jet...  
24 soins dont 1 séance de kneipp<sup>03</sup> et 1 séance de phlébotonique<sup>03</sup>.

	Composition du forfait	BO Spa thermal
6 jours	4 soins / jour	399 €
Journée suppl.	4 soins / jour	61 €

<sup>03</sup>Voir détail page 8

# Mes **soins thermaux** adaptés à ma pathologie

Pensez à compléter votre cure avec des soins thermaux à la carte\*

**Phlébologie** : couloir de marche, pulvérisation des jambes, du visage...

**Rhumatologie** : hydromassage, illutation de boue...

Information et réservation auprès du service Client.

**1 • Le bain** : soin pilier de la cure, il est donné dans une baignoire profonde. Action par la pression de l'eau et les échanges transcutanés. Effet sédatif et relaxant.

**2 • L'aérobain** : diffusion de microbulles d'air à partir du fond de la baignoire, il produit un effleurage doux sédatif et assouplissant.

**2 • L'hydromassage** : une multitude de jets pour un massage général ou localisé. Stimulation circulatoire et relaxation musculaire. Le programme du bain est adapté à votre pathologie.

**• Les manuluves** : mobilisation en douceur des mains et des poignets. Effet décontractant.

**• La douche sous-marine** : pratiquée pendant le bain. Effet antalgique sur les articulations et décongestionnant sur les membres inférieurs.

**3 • La douche générale au jet** : pratiquée à la 'lance', action stimulante et tonique ou antalgique et relaxante, suivant les paramètres retenus de température, durée et force du jet.

**• La douche régionale à colonnes** : subtile répartition des jets d'eau à différentes températures en fonction de la partie du corps. Action décontractante et antalgique.

**4 • Le couloir de marche** : profondeur 0,75 mètre. Pour améliorer l'efficacité musculaire, résorber les œdèmes et assouplir les articulations.

**5 • La piscine de mobilisation** : exécution de différents mouvements en piscine. Objectif : conserver ou retrouver la mobilité des articulations.

**• La piscine avec douche en immersion** : des buses sur les parois de la piscine produisent des trombes d'eau, efficaces pour les problèmes vertébraux et para vertébraux.

**6 • L'illutation de boue** : application de boue thermale sur différentes zones du corps. Favorise le passage des composants bénéfiques de l'eau thermale. Effet antalgique et décontractant.



**7 • Le massage sous l'eau ou douche sous affusion** : réalisé sous une pluie d'eau thermale, et complété d'un massage effectué par un kinésithérapeute agréé (uniquement pour le massage sous l'eau). Selon le cas, visée décontractante ou antalgique.

**8 • La pulvérisation visage** : peeling doux et efficace. Effet calmant et adoucissant.

**9 • Le repos** : nécessaire après la longue séance de soins. Effet réparateur et détente assurée dans un espace lumineux, calme et apaisant. Ces soins seront programmés en fonction de votre prescription médicale. Une période de repos est recommandée entre chaque soins et fait partie du soin. Une salle de détente est mise à disposition pour profiter de ces temps calmes. Pour une meilleure efficacité de la cure, l'enchaînement des soins n'est pas souhaitable.





# Mon **transport** jusqu'à Bagnoles

## • Par la route

- **De Paris** : sortie A13 puis RN12 Dreux – Alençon ou sortie A11 Le Mans – A28 sortie Alençon, puis prendre la N12 direction Rennes, par Pré en Pail, et suivre ensuite **Bagnoles de l'Orne**.
- **De Caen** : prendre la direction Falaise → Putanges → La Ferté Macé → **Bagnoles de l'Orne**.
- **D'Angers et du Centre Loire**, rejoindre Laval puis direction Caen → **Bagnoles de l'Orne**.

## • Par le train de Paris

Au départ de la gare Montparnasse 3 / Vaugirard, ligne Paris-Granville, descendre à Briouze ou Argentan puis correspondance par bus.  
(Gare de **Bagnoles de l'Orne** : 02 33 37 80 04)

## • En autocar en direct depuis Paris Centre

Un dimanche par cure principale, un autocar tout confort (avec toilettes) effectuera la liaison Paris **Bagnoles de l'Orne** et vous déposera devant l'Office de Tourisme ou à la Résidence des Thermes.

Réservez votre autocar en même temps que la cure (cf. bulletin de réservation). Rendez-vous le dimanche après midi à 13h45 pour un départ à 14h précises, devant le Palais des Congrès, Place de la Porte Maillot, accès principal, métro ligne 1 : Porte Maillot.

Pour le retour, il repartira les dimanches en début de matinée de la Résidence des Thermes et de l'Office du Tourisme en direction de Paris.

**Places limitées, pensez à réserver en même temps que votre cure.**

Pendant ma cure, une navette organisée par la ville assure le transport gratuitement sur deux itinéraires à travers **Bagnoles de l'Orne**.



**Accès direct  
en bus grand  
confort**  
au départ de Paris  
Porte Maillot

# Mes **Privilèges**<sup>(1)</sup> curiste

réservés aux curistes & aux accompagnants pour 2012

## • Offre curiste

Remise de 20 % toute la saison sur toutes les formules cures libres pour les curistes effectuant une cure thermale de 21 jours dans l'année (voir page 11).

## • Offre curiste spéciale "basse saison"

Remise de 30 % sur toutes les formules cures libres ayant lieu du 12 au 31 mars et du 5 au 17 novembre 2012 pour les curistes effectuant une cure thermale de 21 jours dans l'année (voir page 11). Attention, le nombre de places de cette offre est limité.

## • Offre accompagnant

Remise de 20 % sur toutes les formules cures libres pour les accompagnants des curistes pris en charge pour une cure de 21 jours (voir page 11).

## • Accès aux soirées à thème du restaurant des Thermes

(sur réservation)

## Offres curistes et accompagnants<sup>(2)</sup>

**Coiffure 39 €** au lieu de **81 €**. (sup. cheveux longs offert)

Un forfait de 3 shampoings et brushings ou de 3 mises en plis.

**Réflexologie plantaire** pour seulement **33 €** au lieu de **50 €**.

Venez découvrir ce soin des pieds (20 min), vous vous sentirez délassé.

**Modelage du visage** pour seulement **33 €** au lieu de **50 €**.

Testez la gamme de nos produits cosmétiques Soins d'Eau et retrouvez l'éclat de votre peau grâce à un modelage du visage (20 min).

**Réservez dès votre arrivée et bénéficiez de ce tarif préférentiel.**

Uniquement sur pré-réservation auprès du service client.

Offres non cumulables avec d'autres promotions en cours et modifiables à tous moments.

**Massage découverte**  
**B'O Spa thermal**  
**à 49 €<sup>(2)</sup>**

Testez un massage à la pomme du dos ou tête/nuque/épaules de 20 min et découvrez notre nouvel espace de soins.

<sup>(1)</sup> Offres soumises à conditions et modifiables sans préavis. Renseignements auprès du service Client.

<sup>(2)</sup> Ces offres sont utilisables du lundi au jeudi.

# Mes **loisirs** dans Bagnoles et sa région

Bagnoles de l'Orne a su conserver son charme de l'architecture Belle Époque et se met en quatre pour vous apporter satisfaction et détente pendant votre séjour. Les activités physiques sont au rendez-vous : parcours de santé de 1,4 km, golf 9 trous et mini golf, pédalo sur le lac. La forêt d'Andaines offre, quant à elle, quelques 250 km de sentiers balisés pour les randonnées pédestres. Cinéma, thés dansants au Casino, spectacles musicaux ou club de bridge... les loisirs ne manquent pas en journée comme en soirée !

C'est aussi le point de départ idéal pour découvrir la région du bocage Normand, de la Suisse Normande et ses environs comme le Mont Saint Michel, la cité médiévale de Domfront, les plages du débarquement, le Mémorial de Caen...

L'Office de Tourisme et son équipe d'accueil se feront un plaisir de vous renseigner, de vous orienter, et de mettre à votre disposition différentes plaquettes d'information. Renseignements téléphoniques au 02 33 37 85 66.



Rendez-vous au  
**pot d'accueil  
offert**  
pour le programme  
des loisirs.

## Spécialement pour vous

- Le Casino vous offre à votre arrivée une carte de réduction.
- Le Casino accueille le pot de l'amitié organisé à chaque cure par l'Établissement Thermal.
- L'Établissement Thermal organise chaque semaine des conférences santé, où sont abordées des thématiques variées telles que la phlébologie, la médecine par les plantes ou le mal de dos (consulter l'affichage sur place).
- Remise du programme des animations de la ville à votre arrivée.

# Quelques **idées** pour mes loisirs

## • Marche nordique

Principe de la marche nordique : Il s'agit d'accentuer le mouvement naturel des bras pendant la marche, et de propulser le corps vers l'avant à l'aide de deux bâtons qui permettent d'aller plus vite et plus loin.

Office du tourisme : 02 33 37 85 66

## • Casino de Bagnoles de l'Orne

Ouvert tous les jours dès 11h, 10h les week-ends et jours de fêtes. 130 machines à sous, boule, roulette anglaise, black-jack. Après-midi dansant le mardi de 15h à 18h. Soirée dansante le jeudi de 21h à 2h30.

## • Le Bois - Parcours Nature

Parcours acrobatiques dans les arbres en forêt domaniale des Andaines (enfants et adultes). 5 parcours acrobatiques dans les arbres de 1,5 m à 13 m (à partir de 6 ans). Derrière l'Office de Tourisme.

Entrée par le chemin des Treize Neiges • 06 27 85 03 58

E-mail : contact@lebois-orne.fr // www.lebois-orne.fr

## • Golf de Bagnoles de l'Orne

Le Golf municipal de 9 trous est ouvert toute l'année.

Adapté à tous les niveaux de jeu. Route de Domfront

02 33 37 81 42 • E-mail : golf.bagnolesdelorne@wanadoo.fr

## • Village du Cheval

Équitation sur poney et cheval. Ouvert toute l'année.

La Passée, 61600 Saint-Michel-des-Andaines • 02 33 30 89 22

## • Musée des Sapeurs-Pompiers de l'Orne

Exposition de matériel ancien de sapeurs-pompiers.

16, av. Albert-Christophe • 02 33 38 10 34

## • Petit Train Touristique

DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE DE BAGNOLES DE L'ORNE

Le circuit vous permettra de découvrir les sites touristiques et culturels de notre ville.

Office de Tourisme : Place du Marché • 02 33 37 85 66

## • Complexe de Tennis Maxime-Merlin

6 courts couverts en terbal, 6 courts extérieurs en dur.

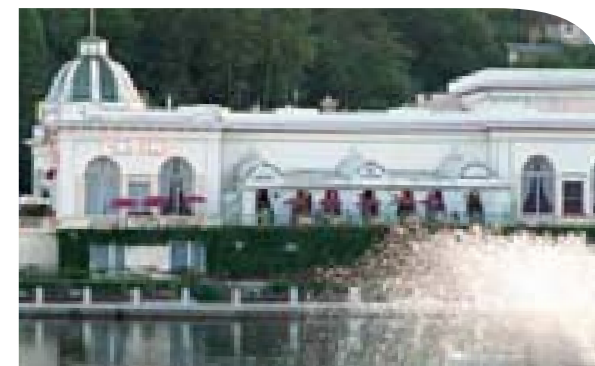
Rue Plassard • 02 33 37 98 53

E-mail : bagnolesdelorne.tennisclub@orange.fr

## • Piscine de plein air chauffée

Eau à 27° minimum. Ouverture de mai à août.

Avenue de la Ferté-Macé • 02 33 37 84 22 ou 02 33 30 72 74



Des navettes gratuites sont mises à votre disposition par la ville pour vous déplacer dans la ville et venir aux Thermes.

# Tarif de ma cure

## Composition des tarifs & forfaits

Les tarifs et la composition des forfaits remboursés en 2012 n'ayant pas été fixés par la Caisse Nationale d'Assurance Maladie (C.N.A.M), nous vous indiquons ci-dessous, à titre indicatif, ceux de 2009, toujours en vigueur à la date d'impression.

ORIENTATION SIMPLE	ESPACE CONFORT
Forfait <b>phlébologie PHL1</b>	445,70 €
Forfait <b>phlébologie PHL3*</b>	515,66 €
Forfait <b>gynécologie GYN</b>	426,01 €
Forfait <b>rhumatologie RH1</b>	481,25 €
Forfait <b>rhumatologie RH3*</b>	548,76 €
ORIENTATION DOUBLE	
Forfait <b>PHL1/rhumatologie</b>	686,32 €
Forfait <b>PHL1/gynécologie</b>	658,69 €
Forfait <b>PHL3*/rhumatologie</b>	756,28 €
Forfait <b>GYN/phlébologie</b>	648,86 €
Forfait <b>RH1/phlébologie</b>	704,10 €
Forfait <b>RH3*/phlébologie</b>	771,61 €
Forfait <b>RH1/gynécologie</b>	694,24 €
Forfait <b>RH3*/gynécologie</b>	761,75 €
<b>OPTION B'O SPA THERMAL</b>	335 €

## Le remboursement de ma cure

<b>HONORAIRES DU MÉDECIN THERMAL</b>	<b>70 % ou 100 % si vous êtes exonéré du ticket modérateur</b>	Médecin conventionné secteur I : applique le prix forfaitaire fixé par la Sécurité Sociale. Médecin conventionné secteur II : honoraires libres.
<b>SOINS THERMAUX</b>	<b>65 % ou 100 % si vous êtes exonéré du ticket modérateur</b>	Les assurés du régime général bénéficient du tiers-payant les dispensant de l'avance des frais thermaux pris en charge par leur Caisse d'Assurance Maladie.
<b>FRAIS DE TRANSPORT</b>	<b>65 % minimum*</b>	Montant du billet SNCF A/R en 2 <sup>ème</sup> classe entre la gare la plus proche de votre domicile et le lieu de votre cure, quel que soit le mode de transport que vous utilisez.**
<b>FRAIS D'HÉBERGEMENT</b>	<b>65 % minimum* à 100 %</b>	Forfait de remboursement de 150 € (base 2000) Forfait de remboursement de 97,6 € (base 2000)
<b>AUTRES FRAIS DE SÉJOUR</b>	<b>0 %</b>	Vos dépenses personnelles sont entièrement à votre charge

\*En fonction de vos ressources. \*\*Si votre état de santé le justifie et dans le cas où vos frais de transport sont remboursables, ceux d'une tierce personne vous accompagnant sont également remboursables.

\*Avec soins de kinésithérapie 9 massages sous l'eau.

# Parrainez vos proches

Et soyez récompensé !

## 2 formules de parrainage sont possibles :

- pour une cure thermale
- pour une location de 3 semaines à la Résidence des Thermes

## Comment devenir parrain ?

Partagez les bienfaits de votre cure thermale à **Bagnoles de l'Orne** et/ou faites découvrir la Résidence des Thermes à l'un de vos proches et gagnez de magnifiques cadeaux lors de votre prochain séjour.

## Exemples de cadeaux\* pour le parrain :

- Peignoir
- Parapluie
- Drap de bain
- Corbeille de produits cosmétiques Soins d'eau

**Gagnez du temps en parrainant sur notre site internet :**

**[www.bo-resort.com](http://www.bo-resort.com)**

Coupon valable uniquement s'il a été envoyé avant l'arrivée du filleul. Pour le parrainage cure, le filleul ne doit pas déjà être client de l'établissement thermal.

Pour le parrainage Résidence, le filleul ne doit pas déjà être client de la Résidence des Thermes.



# L'univers de soins et de beauté de **b'o resort**

## **B'O Spa thermal**

Des soins de bien-être aux extraits naturels de Normandie.

## **Cures libres**

Les bienfaits des soins thermaux en séjours de 1 à 18 jours.

## **Secrets de beauté**

Salon de coiffure et institut de beauté

## **Gammes de produits cosmétiques**

- "Soins d'eau" à base d'eau minérale de Bagnoles
  - "B'O Cosmétique naturelle" produits de soins à base de pommes normandes
- Elles sont disponibles sur notre site internet [www.bo-resort.com](http://www.bo-resort.com)

 **N° Azur 0811 90 22 33**

Les Thermes de **Bagnoles de l'Orne**  
sont le centre de médecine thermale  
de **B'O resort**.



Rue du Professeur Louvel • BP 33 • 61140 **Bagnoles de l'Orne** • Fax : 02 33 38 99 78 • E-mail : [cures@bo-resort.com](mailto:cures@bo-resort.com) N° de SIRET : 702 020 389 00020

© Conception : La petite agence dans la prairie. Crédits photo : Antoine Krallik - V. Luzinier - D. Morel - istockphoto.

RETROUVEZ TOUTES LES ACTIVITÉS DE **B'O RESORT** SUR [WWW.BO-RESORT.COM](http://WWW.BO-RESORT.COM)

