

Les Thermes by cœur thermal

DAX



www.lesthermesdax.fr

Bienvenue

LES THERMES, dernier nés de la saga thermale dacquoise et fruit d'une collaboration avec le célèbre architecte français Jean NOUVEL vous offrent espace, lumière et quiétude.

Notre équipe, parfaitement formée, mettra à votre service son expertise de la médecine thermique pour laquelle la qualité des eaux et de la boue est un élément essentiel pour prodiguer des soins efficaces et améliorer votre bien-être. Ces bienfaits sont connus depuis plus de 2000 ans et désormais largement validés par l'Académie de Médecine.

Nous nous attacherons à ce que chaque moment de votre cure et plus largement de votre séjour fasse l'objet d'une attention particulière en créant une atmosphère de bienveillance et d'écoute. Ces trois semaines, vous permettront d'adopter un rythme et une hygiène de vie différents de votre quotidien, dans une ambiance propice au repos et à la détente. Les Thermes sont le lieu idéal pour consacrer du temps à votre santé et vous ressourcer.

Pour un confort optimal, vous pourrez choisir de loger dans l'un de nos studios qui permettent un accès direct aux soins. Vous bénéficierez ainsi du calme des Berges de l'Adour et d'une localisation exceptionnelle en Cœur de Ville.

S. CARPENTIER et son équipe

Le cœur du Sud-Ouest bat à Dax

Ce n'est pas un hasard si Cœur Thermal, est implanté dans le Sud-Ouest. On dit en effet du Sud-Ouest que c'est une région pleine de générosité. La générosité de ses paysages, de sa gastronomie, et bien sûr de ses habitants.

Pour profiter pleinement de cette générosité, et apprécier toutes les attentions d'un séjour thermal unique, il existe une **ville idéale : DAX.** Oui, Dax, n'est pas seulement une destination idéale, pour la qualité de ses eaux, pour son patrimoine ou pour son calme, c'est aussi **un formidable point de départ pour voyager à cœur et à travers notre région.**

Quelle que soit la direction que vous prenez, ce sont **toutes les richesses du Sud-Ouest qui s'offrent à vous.**

Si le cœur vous en dit, le **cirque Gavarnie** et ses paysages grandioses vous attendent. Vous préférez le **shopping** ? Donnez-vous en à cœur-joie dans les rues de **Biarritz, Pau** voire **Saint-Sébastien.**

Fêtes de Dax, Ballades à vélo dans les landes, découverte du Pic du midi d'Ossau..., Dax vous permet de vivre le Sud-Ouest à bras le cœur.



Le thermalisme selon Jean Nouvel : toujours à la pointe de la modernité



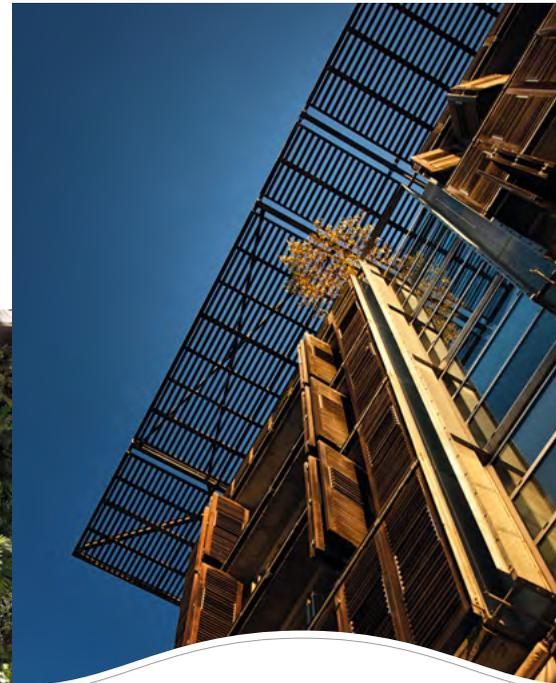
La collaboration avec **Jean NOUVEL**, connu pour la création de l'Institut du monde arabe a été initiée dès 1989. Le projet présenté et voté par le Conseil Municipal portait sur la construction d'un nouvel **Hôtel des THERMES**, jouxtant respectueusement l'**Hôtel le SPLENDID**. LES THERMES ont adopté le gabarit et l'alignement ainsi qu'une ligne de toiture cintrée qui rappellent les arches du Splendid.

Jean NOUVEL expliquait son œuvre : « c'est le petit frère du Splendid, l'un devrait valoriser l'autre ».

LES THERMES allient de façon unique le calme des berges de l'Adour et la proximité immédiate du centre-ville.

Des façades simples et égales, entièrement vitrées mais dérobées au regard par des persiennes de cèdre rouge les composent. La disposition, des chambres et des soins en périphérie du bâtiment, donne à chacun une vue exceptionnelle. Le spectaculaire atrium, les vitrages périphériques et l'ouverture des coursives à chaque étage inondent LES THERMES de lumière.

Vous serez accueilli devant l'établissement par la fresque intitulée **LE SOLEIL NOIR DE LA MELANCOLIE**, de **Danielle Justes**. Cette œuvre en pierre, noire et blanche, qui marque le sol d'entrée des THERMES est un hommage posthume à **Yves BRUNIER** (1962-1991), architecte paysagiste, en charge de l'aménagement paysager de la résidence des THERMES.



Nous avons résolument choisi de garder le caractère avant-gardiste de cet édifice en inscrivant notre activité dans **une démarche environnementale ambitieuse**. En effet, la préservation des ressources est ancrée dans l'ADN du thermalisme, médecine naturelle par excellence !

Aussi, depuis 2017 et la refonte du plateau technique, nous n'avons eu de cesse d'améliorer nos pratiques. Nos systèmes de récupération de chaleur, l'utilisation raisonnée d'eau ou d'énergie nécessaire, sont perpétuellement optimisés pour garantir la qualité des soins et le confort de chacun.

Nous agissons également pour limiter drastiquement nos rejets, qu'il s'agisse de déchets ou d'effluents.

Les soins thermaux : l'excellence dacquoise

Si les bienfaits de la station thermale dacquoise sont connus depuis l'Antiquité, ils n'ont pas manqué de s'enrichir d'études cliniques et scientifiques au cours des dernières décennies.

Celles-ci validées par l'Académie de Médecine prouvent que les soins thermaux dispensés à Dax amènent une diminution significative des douleurs chroniques et un abaissement de la consommation de médicaments.



Cette efficacité est le fruit de la modernisation des équipements, de la formation de plus en plus poussée des équipes soignantes et d'un suivi scientifique drastique des trois éléments centraux des soins dispensés à DAX, à savoir :

- Le péloïde :

Mélange scientifiquement élaboré de limons du fleuve Adour, d'eau thermale et d'algue bleue. Ce produit actif est appliqué à même la peau par nos soignants.

- L'eau thermale :

En s'infiltrant très profondément, l'eau minérale de Dax s'enrichit en sels minéraux et se réchauffe au contact des roches souterraines et sous l'effet de pression.

Après un parcours de plusieurs milliers d'années qui lui confère sa composition parfaitement constante, elle ressurgit à Dax chargée d'éléments actifs et thérapeutiques.

Minérale et chargée en calcium, magnésium et sulfate, l'eau thermale de Dax est reconnue, depuis l'Antiquité pour ses vertus thérapeutiques procurant un soulagement spectaculaire des douleurs rhumatismales et facilitant la circulation veineuse.

Captée avec le plus grand soin, elle est la base de tous les soins thermaux, elle est aussi utilisée en boisson pour ses propriétés diurétiques détoxifiantes.

- L'extrait de térébenthine :

Après plus de dix ans de recherches (menées en collaboration avec la Ville de Dax, les acteurs du thermalisme et la société Action Pin), le produit DAX THERPIN a été mis au point pour remplacer la térébenthine traditionnelle. Cette formule aux propriétés anti-inflammatoires identifiées offre une tolérance cutanée bien supérieure.

Les soins dispensés au sein de notre établissement



Les soins de rhumatologie

La cure en rhumatologie est reconnue comme la spécialité de la ville thermale de Dax et a largement contribué à sa renommée. Les rhumatismes se traduisent souvent par des douleurs contraignantes dans la vie quotidienne (baisse de la mobilité, raideurs...). Les soins thermaux dispensés à partir d'éléments naturels (Eau Minérale et boue) et sans effet secondaire permettent de lutter contre les rhumatismes et amènent un véritable mieux-être durable.

LA PÉLOTHÉRAPIE (15 mn)

Application manuelle de boue thermique sur les articulations désignées dans la prescription médicale (température de 41 à 44°C, sauf prescription médicale inférieure) et suivie, selon les cas, d'une séance de sudation en cabine individuelle qui poursuit l'action vasomotrice de la boue. Effet antalgique et anti-inflammatoire. Amélioration de la mobilité articulaire. Assouplissement de la peau. Effet relaxant.

MOBILISATION EN PISCINE (20 mn)

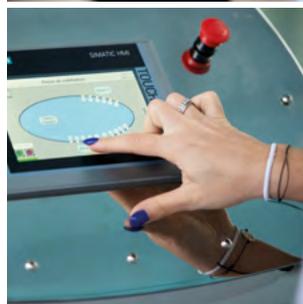
Dans une piscine équipée de dispositifs de soutien, travail de toutes les articulations par des exercices animés par un kinésithérapeute. Décontractant et améliorant la mobilité articulaire.

DOUCHE FORTE PRESSION EN PISCINE (10 mn)

Jet sous-marin effectuant un massage profond des masses musculaires et des articulations. Effet décontractant et antalgique.

DOUCHE AU JET

Douche à pression variable réalisée par un agent thermal. Effet tonifiant.



ÉTUVE LOCALE (10 mn)

Bain local de vapeur d'eau thermique pour les mains ou les pieds. Action antalgique et amélioration de la mobilité.

MASSAGES (10 mn)

Ces massages à base de baume thermal, réalisés par des kinésithérapeutes, permettant un assouplissement des tissus et une réduction des œdèmes.

AÉROBAIN (10 mn)

Bain d'eau thermique parcouru de bulles d'air comprimé. Effet relaxant et drainant.

HYDROMASSAGE (10 mn)

Bain d'eau thermique parcouru par des jets d'eau à pression variable. Effet décontractant, tonifiant et drainant.

DOUCHE TÉRÉBENTHINÉE (3 mn)

Pulvérisation d'un mélange d'eau thermique et de composants issus du pin. Soins locaux antalgiques et anti-inflammatoires.

DOUCHE SOUS-MARINE (10 mn)

Réalisé en piscine, un jet à pression et orientation variable, selon la prescription, assure un massage des masses musculaires et des articulations. Effet décontractant et antalgique.

SUDATION (10 mn)

Une séance de sudation en cabine individuelle poursuit l'action vasomotrice de la boue. Ce soin a lieu en cabine individuelle à infrarouges. Action antalgique et amélioration de la mobilité.

CURE DE BOISSON

1 à 4 verres par jour, sur prescription médicale, l'eau thermique est utilisée pour son action diurétique, laxative et détoxifiante. Drainage hépatique et rénal.

DOUBLE ORIENTATION

Soigner ses affections rhumatismales et veineuses en même temps, c'est possible.

La double orientation renforce l'efficacité thérapeutique de votre séjour thermal en améliorant votre souplesse articulaire et vos troubles veineux fonctionnels. Votre cure sera alors composée de 72 soins en Rhumatologie et de 36 soins en Phlébologie. (Demandez conseil à votre médecin prescripteur).

Les soins dispensés au sein de notre établissement



Les soins de phlébologie

La phlébologie est la seconde grande orientation thérapeutique de la station de DAX.

Les propriétés exceptionnelles de l'eau thermale de Dax associée à des soins d'hydrothérapie appropriés apportent un traitement efficace affections veineuses des membres inférieurs.

PARCOURS DE MARCHÉ (20 mn)

Marche en piscine d'eau thermale, membres inférieurs immergés. Des jets d'air comprimé assurent un massage léger. Ce soin améliore le retour veineux, diminue les œdèmes des membres inférieurs.

BAIN CARBO-GAZEUX (10 mn)

Immersion des membres inférieurs en baignoire dans une eau thermale saturée en gaz carbonique. Réduction des œdèmes, amélioration du retour veineux, tonification de la paroi des veines superficielles, diminution de la viscosité sanguine, apaisement de la douleur.

AÉROBAIN (10 mn)

Bain d'eau thermale parcouru de bulles d'air comprimé. Effet relaxant et drainant.

HYDROMASSAGE (10 mn)

Bain d'eau thermale parcouru par des jets d'eau à pression variable. Effet décontracturant, tonifiant et drainant.

PULVÉRISATION DES MEMBRES INFÉRIEURS (10 mn)

Douche dirigée vers les membres inférieurs. Améliore le retour veineux, massage léger des veines superficielles, assouplissement des tissus cutanés.

CURE DE BOISSON

1 à 4 verres par jour, sur prescription médicale, l'eau thermale est utilisée pour son action diurétique, laxative et détoxifiante. Drainage hépatique et rénal.



**DOUBLE
ORIENTATION**

**Soigner ses affections rhumatismales
et veineuses en même temps, c'est possible.**

La double orientation renforce l'efficacité thérapeutique de votre séjour thermal en améliorant votre souplesse articulaire et vos troubles veineux fonctionnels. Votre cure sera alors composée de 72 soins en Phlébologie et de 36 soins en Rhumatologie. (Demandez conseil à votre médecin prescripteur).



Nos offres

Forfait accompagnant

Vous souhaitez accompagner un(e) curiste jusqu'au bout :

jetez-vous à l'eau !

Nous vous proposons 3 forfaits :

- 3 jours (6 soins d'hydrothérapie)
- 6 jours (24 soins d'hydrothérapie)
- 18 jours (54 soins d'hydrothérapie)

(hors massage et application de boue)

Et pourquoi pas une quatrième semaine de cure ?

Nos curistes bénéficient d'une remise de 10% pour la réservation d'un séjour santé (6 jours de soin).

Cette remise s'applique sur l'hébergement ET les soins dans la limite des places disponibles (hors septembre et octobre).

Doublement du temps de massage

Prolonge les bienfaits et l'efficacité des massages réalisés par nos masseurs-kinésithérapeutes.

Non pris en charge dans le cadre du remboursement de la cure thermique.

Soins à l'unité

Afin d'améliorer votre confort et votre bien-être, vous avez la possibilité de compléter votre cure par des soins à la carte.

Séjours santé (6 jours)

Profitez d'une semaine de liberté pour aller à la rencontre des bienfaits des soins thermaux.

SOINS DU DOS

Notre formule comprend

- 6 soins de boue*
- 22 soins d'hydrothérapie

SOINS DES JAMBES

Notre formule comprend 24 soins d'hydrothérapie.

Journées découvertes

4 soins au choix pour une première découverte des soins thermaux (hors massage et application de boue).



*Nécessite une certificat médical de non contre-indication aux soins thermaux.

Nos offres détente

Pour rendre plus agréable votre séjour, nous vous proposons des activités complémentaires :

CÔTÉ PISCINE, vous aurez la possibilité de découvrir l'**ostéopathie en piscine, des cours d'aquagym ou bien encore à l'aquaphobie.**

CÔTÉ BIEN-ÊTRE, **réflexologie, sophrologie et pédicure** vous seront proposées.

CÔTÉ PLEIN AIR, nous vous proposons une activité dynamique et conviviale de **marche de santé.**

NOUVEAU ! VOTRE BIEN-ÊTRE 2.0 :

Vous pourrez accéder au moyen de la réalité virtuelle à des séances de relaxation aussi étonnantes qu'efficaces.

Bain à la térébenthine

Retrouvez toutes les vertus de la térébenthine dans **un bain relaxant.**

Durée : 20 mn

OSTÉOPATHIE EN PISCINE

Le soin d'ostéopathie en piscine permet de retrouver force et mobilité.

Nous vous proposons notamment des protocoles adaptés aux douleurs articulaires, musculaires et tendineuses de rhumatismes (arthrose, polyarthrite...).



Nos offres bien-être

Pour un moment de sérénité et de calme pour vous ressourcer, nous vous proposons soins du visage, des modelages relaxants : dos et jambe ou corps entier ainsi que le bain botanique.

Le Watermass.

Appareil novateur sous affusion, celui-ci permet de lutter contre la cellulite et les amas graisseux par différentes phases de traitement :

- **L'action de défibrosage** : décongestion des amas graisseux, tonicité, raffermissement relance et stimulation des fibroblastes.
- **L'action circulatoire** : active la libération des graisses, déstockage, oxygénation, élimination.

Notre équipe spécialement formée vous proposera le forfait le plus adapté à vos besoins.

Votre hébergement intégré ***

ACCÈS DIRECT AU CENTRE THERMAL POUR UN CONFORT OPTIMAL

Idéalement situé, alliant la proximité du centre-ville et le calme des Berges de l'Adour, notre établissement vous propose **90 studios*** de grand standing intégralement rénovés.**

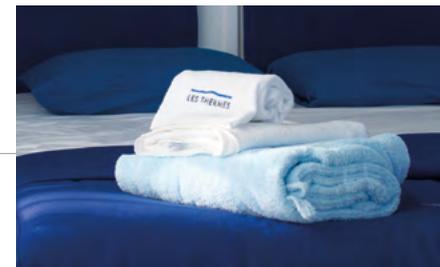
Tous nos studios disposent d'une vaste baie vitrée et d'un équipement complet pour assurer votre plus grand confort.

Nos services et équipements :

- Studios entièrement équipés : batterie de cuisine, four combiné (grill et micro-onde), plaques vitrocéramiques, réfrigérateur, cafetière électrique, bouilloire, grille-pain
- Téléviseur grand format (TNT et Canal+)
- Salle de bains : douche ou baignoire, WC séparés
- Sèche-cheveux
- Draps (changés une fois en milieu de séjour)
- Serviettes de toilettes (changées toutes les semaines)
- Sac de cure, sandales et bonnet offerts
- Climatisation réversible
- Table et fer à repasser en libre-service
- Local vélo fermé
- Service courrier
- Service réveil

Services en supplément :

- Téléphone direct
- Lave-linge et sèche-linge
- Service de plats cuisinés (prix dégressifs à compter du 10^{ème} plat acheté)
- Service petit-déjeuner en salle
- Service de livraison de courses
- Coffre-fort
- Service hôtelier sur mesure
- Sélection des meilleurs partenaires pour des offres de plats à emporter.



Nos hébergements partenaires



ACCÈS DIRECT PAR NAVETTE AU CENTRE THERMAL

Dans un écrin de calme et de verdure sur un terrain arboré de 3,5 ha, vous vous ressourcerez et apprécierez la douceur de vivre, le temps de votre cure thermale. Toute l'équipe du camping se met à votre disposition pour que votre séjour rime avec détente, confort et convivialité. Les navettes de Cœur Thermal assurent un service régulier vers nos établissements thermaux.

Nos emplacements, grand confort sont délimités et d'une superficie moyenne de 120 m². Nos mobil-homes disposent d'un coin repas entièrement équipé, d'une salle de bains avec douche, d'un toilette indépendant et d'une terrasse couverte avec un salon de jardin.



Nos services et équipements :

- Emplacement délimité
- Navette gratuite pour vos soins
- Épicerie avec dépôt de pain
- Arrivée en semaine possible
- Sanitaires chauffés
- Laverie automatique
- Accès Wifi, accessible de chaque emplacement
- Soirées animées
- Boulodrome et espace jeux



Services en supplément :

- Forfait ménage
- Camion restauration à emporter
- Location de draps
- Location de transat
- Location de TV
- Location réfrigérateur
- Animaux bienvenus



Nos hébergements partenaires



DOMAINE DE L'ESPERON HOTEL

★★★



Assurément le lieu idéal pour se ressourcer, **Le Domaine de L'Esperon** est une vieille bâtisse datant du XIX^e siècle mêlant avec goût, grâce à une rénovation de très grande ampleur, ancien et modernité.

Proche de la cité thermale dacquoise, il est situé dans un cadre verdoyant et relaxant. **Toutes les chambres sont extrêmement spacieuses et bénéficient du plus grand confort.**

Parking offert pour toute la durée du séjour (valable dans tous les parkings de la ville).



Idéalement située sur les rives du lac de l'Estey, la Résidence de l'Espace Thermal*** est un établissement vous assurant tout le confort souhaité avec ses 218 studios.

Nous vous accueillerons dans un environnement propice au calme et à la détente.

Ici, vous pourrez profiter de vos moments de liberté pour découvrir la cité thermale, flâner autour de l'étang ou bien vous exercer le long de notre parcours santé.

Possibilité de parking ou garage.

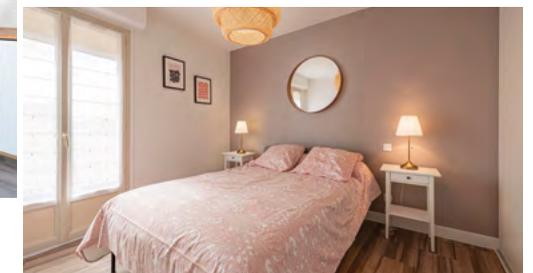
Résidence DE BORDEAUX

A 250 mètres des Thermes, nous vous proposons, au sein d'une **résidence de caractère, des appartements meublés et climatisés**, idéalement situés face à la fontaine chaude, en plein centre-ville de Dax.



Ces appartements, exclusivement de vastes T2 & T3 ont été **entièrement rénovés** et bénéficient d'un équipement très complet.

Possibilité de parking ou garage.



Votre cure étape par étape

- 1 Prescription :
C'est votre médecin traitant ou votre spécialiste qui établit la demande préalable de prise en charge de cure thermique à Dax et définit votre orientation : rhumatologie, phlébologie ou double orientation.
- 2
 - Demande d'accord à votre caisse de sécurité sociale.
 - Adresser votre demande préalable à votre caisse d'assurance maladie.
 - Vous recevrez sous 3 semaines votre accord qui sera valable pour l'année civile.Cas particuliers : s'il est donné en octobre ou novembre, il restera valable jusqu'à la fin du 1^{er} trimestre de l'année suivante. S'il est donné en décembre, il sera valable toute l'année suivante.
- 3
 - Choisissez vos dates de cure et votre formule d'hébergement.
 - Souscrivez une assurance annulation et interruption de séjour.
 - Réservez votre cure.
- 4 Prise de rendez-vous avec un médecin thermal.
Liste transmise sur demande, n'hésitez pas à nous contacter.
- 5 Préparatif de votre valise avant départ :
 - Côté administratif :
 - Accord de prise en charge
 - Attestation carte vitale
 - Dossier médical
 - Côté pratique :
 - 1 ou 2 maillots de bain
 - 1 bonnet de bain
 - 1 paire de sandales de piscine en plastique (antidérapante).
- 6 A votre arrivée :
 - Prenez possession de votre logement
 - Consultez votre médecin thermal
 - Retrouvez notre équipe d'accueil afin qu'elle établisse votre programme de soin.

NOUVEAUTÉ : GAMME COSMÉTIQUE

Prolongez
les bienfaits
de votre cure
à la maison

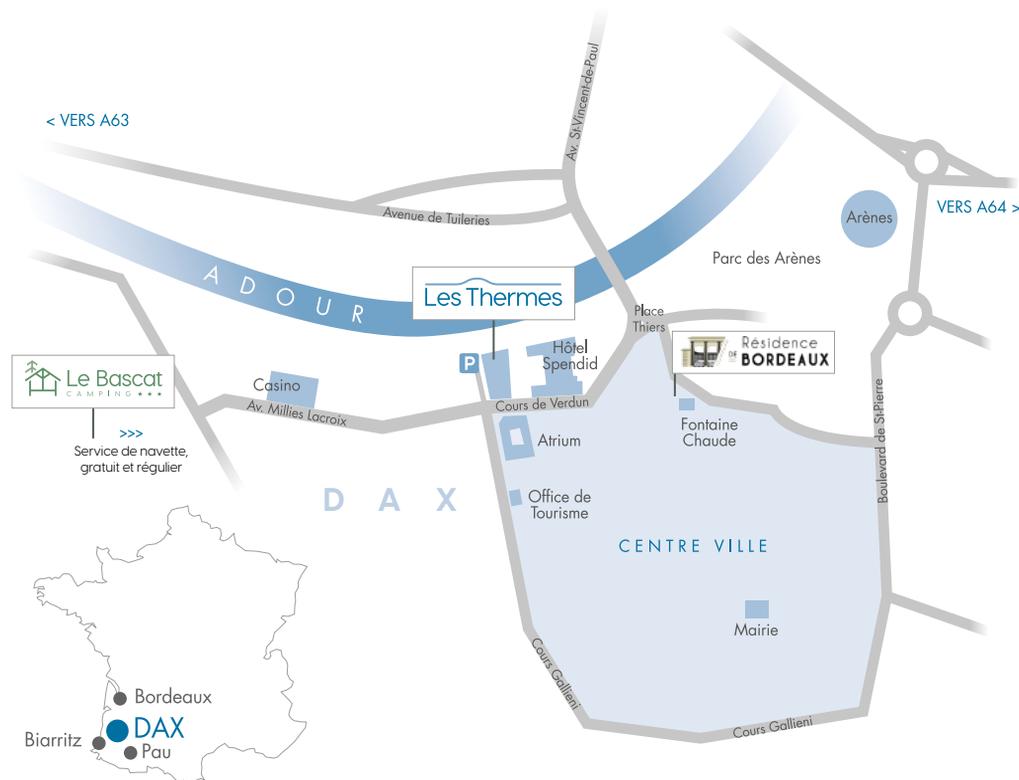


Nous avons spécialement développé une gamme de produits cosmétiques et d'accompagnement de la cure thermique. Ces produits développés sous un strict contrôle dermatologique vous procureront agrément et efficacité. Nous avons volontairement sélectionné les emballages les plus respectueux et les plus sobres pour l'environnement.

Juste pour vous ou pour faire plaisir à vos proches,
l'ensemble de notre gamme est disponible aux Thermes
et sur www.leshermesdax.fr

Nous rejoindre :

- En avion : Aéroports de Biarritz ou Pau.
- En train : TGV (direct) depuis Paris.
Signalez-nous si vous souhaitez que nous venions vous chercher à la gare de Dax.
- En voiture : Autoroute A63 sortie N°12. Autoroute A64 sortie N°8.



Les Thermes by cœur thermal

BP 138 - 28, Cours de Verdun - 40100 DAX
Tél. : 05 58 58 7111 - Email : contact@lesthermesdax.fr
www.lesthermesdax.fr



Retrouvez-nous sur [facebook.com/lesthermesdax](https://www.facebook.com/lesthermesdax)