



À ALLEVAR, LES SÉANCES DE LUMINOTHÉRAPIE AIDENT À LUTTER CONTRE LA DÉPRESSION ET LA FATIGUE DES FIBROMYALGIQUES.

4. FIBROMYALGIE

Allevard (Isère)
Cure de 21 jours

→ **Le principe:** à partir de son orientation en rhumatologie, la station d'Allevard intègre à la cure thermale de trois semaines un protocole d'accompagnement de la fibromyalgie, un syndrome douloureux et chronique des muscles et des tendons qui mène à l'épuisement.

→ **Le programme:** aux soins classiques (bains, douches, massages, boue, étuve) s'ajoutent la nutrithérapie, des thérapies comportementales et cognitives de gestion du stress ainsi que des soins spécifiques (musicothérapie, cohérence cardiaque, sophrologie, bol d'air Jacquier, magnétothérapie...). La cure comporte aussi une marche thérapeutique et des séances de méditation. Des soins de kinésiologie et des séances d'hypnose sont proposés à la carte.

→ **Le prix:** cure de 21 jours en rhumatologie prise en charge par la Sécurité sociale; 250 € le module de soins à la charge des primo-curistes.

→ **Renseignements:** 04 76 97 55 91 et www.thermes-allevard.com.