

Cure Rhumatologie 18 jours Soulager l'arthrose et retrouver sa mobilité

L'allure d'une personne signe davantage son âge que ses rides. La mobilité articulaire témoigne de la jeunesse, de la vitalité et de la santé. La préserver, l'entretenir, garantissent la qualité de vie sur tous les plans : sentimental, professionnel, familial, social... Les Thermes d'Allevard s'attaquent aux pathologies rhumatismales qui gâchent la vie quotidienne de milliers de personnes... en innovant !

Innové est le maître mot de l'équipe thérapeutique des Thermes d'Allevard. Depuis toujours, elle conçoit des protocoles pluridisciplinaires pour une prise en charge complète de chaque pathologie. En rhumatologie, il convient d'abord de traiter les douleurs. L'eau thermale d'Allevard, riche en sulfates (884 mg/l.) est un véritable baume antidouleurs. Les traitements quotidiens à l'eau soufrée apportent un soulagement rapide. Ils ont un effet antalgique reconnu sur les souffrances d'origine inflammatoire. Une fois dégrêpées, les articulations doivent être entraînées pour mettre les

douleurs à distance. C'est la visée du programme Douleurs articulaires chroniques et arthrose. Ce protocole complémentaire à la cure thermale met en synergie les trois facteurs clés d'amélioration de la mobilité : soins thermaux aux vertus antalgiques, activités physiques douces et conseils santé. Ce programme est conçu pour favoriser un vrai transfert de connaissances. Grâce à ce programme et au livret, le curiste dispose de tous les outils pour acquérir les bons gestes et une bonne hygiène de vie au-delà des 18 jours de cure.

Une expertise reconnue pour traiter les rhumatismes et pathologies associées

Les Thermes d'Allevard sont spécialisés en Rhumatologie (RH). La cure conventionnée Rhumatologie de 18 jours peut être enrichie du programme « Douleurs articulaires chroniques et arthrose ». Ce programme complémentaire est à la charge du patient.

Soins thermaux Rhumatologie d'Allevard

Dans le cadre d'une cure thermale conventionnée de 18 jours RH, selon la prescription faite par le médecin thermal

- gymnastique en piscine d'eau thermale
- piscine à jets d'eau thermale
- aérobain
- illutations
- massage sous affusion d'eau
- douche générale
- douche au jet
- étuves
- émanatorium
- salle de repos

Programme Douleurs articulaires chroniques et arthrose

Programme complémentaire dans le cadre d'une cure thermale conventionnée de 18 jours RH, selon la prescription faite par le médecin thermal. Protocole à la charge du patient.

Les Thermes d'Allevard ont mis au point ce programme pour préserver la mobilité articulaire. Il alterne soins thermaux quotidiens, ateliers dédiés pendant 18 jours. **En 2018, les Thermes d'Allevard renforcent la dimension activités physiques en triplant le nombre de séances jusqu'alors proposées.** Ce programme vise notamment à transmettre les bons gestes posturaux pour améliorer la mobilité, entraîner et protéger les articulations.

- 4 soins thermaux dispensés par jour, selon la prescription du médecin thermal.
- Ateliers et soins non conventionnés : • 2 séances de l'Ecole du Dos • 3 séances de méditation • 3 séances de yoga • 9 séances de « remise en mouvement » par un éducateur d'activité physique adapté (**nouveauté 2018**).
- Soins complémentaires : 6 séances de musicothérapie • 6 séances de magnétothérapie corporelle • 9 séances de sauna japonais • 18 séances de Bol d'Air Jacquier • 3 séances de thérapie antidouleur StimaWell • accès à l'Espace Bien-Être.

Durée : 18 jours - Tarif : 265€

Dates début sessions 2018 programme Douleurs articulaires et arthrose :

9 avril, 30 avril, 21 mai, 11 juin, 2 juillet, 23 juillet, 13 août, 3 septembre, 24 septembre, 15 octobre.