

# Douleurs articulaires chroniques et arthrose

## *Pour soulager ses articulations*

Les Thermes d'Allevard sensibilisent les curistes à l'arthrose et aux douleurs articulaires chroniques comme les maux de dos. L'objectif est de préserver la mobilité articulaire pour enregistrer les bons gestes posturaux.

Dans le cadre de la cure thermale conventionnée Rhumatologie, 4 soins thermaux sont dispensés par jour, définis en fonction de la prescription du médecin thermal. Associé à cette cure, notre programme Douleurs articulaires chroniques et arthrose comprend des ateliers et des soins complémentaires.

**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 antidouleurs StimaWell.

**Ateliers :** 2 séances de l'*Ecole du Dos* élaborées par un kinésithérapeute et animées par un professeur d'activité physique adaptée • 3 ateliers de yoga • 9 ateliers de remise en mouvement • 3 ateliers de méditation.

---

**Durée :** 18 jours    **Tarif :** 235€ (à la charge du curiste)

---

**Dates de début de session 2019 :**

22 avril, 13 mai, 3 juin, 24 juin, 15 juillet, 5 août, 26 août, 16 septembre, 7 octobre.

