

bo
resort

thermes

B'o Thermes de Bagnoles de l'Orne

Dossier de presse 2015



• Sommaire

01	●	B'o Resort	3
02	●	Bagnoles de l'Orne, depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermique	4
		A • La médecine thermique, un service médical rendu, avéré et significatif	4
		B • Bagnoles de l'Orne, Unique source thermique du Nord-Ouest de la France	6
		C • Trois orientations : phlébologie, rhumatologie, gynécologie	7
		D • B'o Thermes à la pointe de la formation des agents thermaux hydrothérapeutes	12
		E • Les produits dermocosmétiques « Soins d'Eau »	14
03	●	Une cure à Bagnoles de l'Orne, pour prendre les devants et entretenir sa santé	15
		A • 21 jours pour se sentir mieux	15
		B • Cures libres médicalisées de 1 à 18 jours	16
		C • Nouveauté 2015 : Cure formules O'de Forme	17
		D • Cure active	18
		E • Pratique de la médecine thermique en fonction de l'intensité de la maladie	19
04	●	B'o spa thermal : un espace de cure au raffinement unique	20
05	●	Bagnoles de l'Orne	22
		A • Au coeur de 7.000 ha de forêt	22
		B • L'eau de la grande source pour ses bienfaits, la chlorophylle et le plein air pour se ressourcer	23
		C • Votre hébergement : deux résidences de tourisme 3 étoiles et 4 étoiles charme	24
		D • Et si vous veniez en cure, avec vos enfants ou petits-enfants ?	25
		E • Votre transfert : et si vous veniez en bus tout confort au départ de Paris Porte Maillot ?	26
06	●	Glossaire	27

B'o Resort, tout pour être bien, et mieux encore.

01

02

03

04

05

06

The logo for B'o Resort, featuring the lowercase letters 'b'o' in a dark brown font with a small green apostrophe above the 'o', and the word 'resort' in a smaller, dark brown font below it. The logo is enclosed in a white speech bubble shape with a thin brown border.

La marque B'o Resort

Les Thermes de Bagnoles de l'Orne ont vécu, place au « **b'o Resort** ».

b'o comme Bagnoles de l'Orne... et parce que l'endroit est magnifique... et Resort parce qu'en ce lieu conçu pour le repos et les loisirs, on trouve tout ! Deux résidences de tourisme, un centre de médecine thermique (b'o Thermes), un spa thermal de 2000 m² (b'o Spa Thermal), des soins de beauté avec les produits b'o Cosmétique Naturelle à base de pommes à cidre de Normandie et... Nouveauté 2015, la gamme Oxygène-Chlorophylle, des soins et produits cosmétiques à base de chlorophylle et d'actifs de la forêt.

Le Resort synonyme d'unité de lieu

Utilisé le plus souvent pour désigner un centre de villégiature ou une station de tourisme, le terme anglais « resort » a, à l'origine, le même sens judiciaire que le mot « ressort » en vieux français, à savoir « recours ». Intégré dans des expressions telle que « places of public resort », il désigne également un « lieu fréquenté par des gens », et, plus précisément, un « lieu fréquenté pour le repos et les loisirs ». Le plus souvent, il est question d'un complexe de loisirs, généralement doté d'un ensemble hôtelier.

B'o la contraction de la destination Bagnoles de l'Orne en Normandie

Au cœur du Grand Domaine de Bagnoles de l'Orne, b'o Resort dispose de toutes les infrastructures nécessaires pour accueillir curistes et vacanciers. Seuls, entres amis, en couple, en famille... Ceux qui veulent se soigner, comme ceux qui souhaitent s'accorder une pause bien-être, une parenthèse de temps et de soins pour soi...

Avec son centre de médecine thermique **b'o Thermes**, son univers de soins et de beauté **b'o Spa Thermal**, sa résidence de tourisme 3 étoiles **b'o Résidence des Thermes**, et depuis 2013, sa résidence de charme 4 étoiles **b'o Cottage**... C'est en toute légitimité que le Resort porte fièrement son appartenance aux valeurs du territoire préservé, forêt, prairie, nature et authenticité, en signant ses initiales BO.

b'o Thermes est le centre de médecine thermique de b'o Resort.

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermale

01

02

03

04

05

06



A • La médecine thermale, un service médical rendu, avéré et significatif

La médecine thermale, c'est-à-dire l'utilisation des eaux minérales naturelles à des fins thérapeutiques, est une médecine 100% naturelle, qui génère une amélioration immédiate et durable de l'état du patient et ne s'accompagne d'aucun effet secondaire négatif.

On observe également qu'outre la pathologie traitée, la cure procure un mieux-être général et, pour la plupart des patients, s'accompagne d'une baisse de la prise de médicaments.

Les nombreuses études engagées par l'Association Française pour la Recherche Thermale (AFRETH) prouvent l'efficacité durable de cette médecine sur le traitement des maladies chroniques. Elles démontrent que le service médical rendu par la médecine thermale est avéré et significatif (pour exemples, voir plus loin les résultats des études «Thermes & Veines» et «Thermarthrose»).

Les 105 établissements thermaux de France (hexagone et Outre mer) accueillent en moyenne 550.000 curistes chaque année.

Depuis 1947, ces cures sont prises en charge - partiellement ou totalement - par la Sécurité Sociale. Elles représentent 0,3 % du budget de l'Assurance Maladie.

L'établissement thermal de Bagnoles de l'Orne est le seul du quart Nord-Ouest de la France.

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermique

01

02

03

04

05

06



Les médecins généralistes approuvent l'efficacité de la cure thermique

Début 2013, à la demande du CNETh*, l'institut d'étude Harris Interactive a réalisé une enquête** auprès de 500 médecins généralistes, visant à connaître leur perception de la médecine thermique et les interrogeant sur la façon dont celle-ci s'intègre dans leurs pratiques.

91% des médecins généralistes interrogés reconnaissent largement les bienfaits de la médecine thermique. 87% d'entre eux constatent des effets curatifs et durables. 83% lient ces effets directement à la composition chimique des eaux. Ils attribuent d'ailleurs en moyenne une note de satisfaction de 7/10 à la médecine thermique et cette note va même de 8 à 10 pour plus de 39% d'entre eux. Enfin, les médecins généralistes estiment à 87% que la médecine thermique évolue dans le bon sens.

Si les médecins généralistes ont une bonne perception de la médecine thermique et lui reconnaissent des effets curatifs durables, ils admettent néanmoins ne pas avoir une connaissance scientifique approfondie du sujet et montrent un intérêt marqué pour en savoir plus sur les études cliniques. Ils souhaitent également parfaire leur connaissance des indications. Dans les faits, la prescription d'une cure thermique repose aujourd'hui sur une initiative partagée avec le patient... Ce qui encourage le CNETh à continuer à apporter la preuve de l'efficacité de la médecine thermique, en mettant davantage l'accent sur les pathologies et en mettant en place une communication spécifique autour des études cliniques auprès des médecins généralistes, tout en continuant de s'adresser au grand public.

* CNETh : Conseil National des Exploitants Thermaux (www.medecinethermale.fr)

** Harris Interactive pour le CNETh, Pratiques et perceptions de la médecine thermique par les médecins généralistes. Avril 2013. Enquête réalisée en ligne par Harris Interactive du 21 décembre 2012 au 14 janvier 2013 auprès d'un échantillon de 500 médecins généralistes représentatifs de la population française des médecins généralistes.

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermique

01

02

03

04

05

06



B • Bagnoles de l'Orne, unique source thermique du Nord-Ouest de la France

Loin du bruit et du tumulte du monde alentour, Bagnoles de l'Orne est une oasis de calme et de verdure. Nichée au cœur des 7.000 ha de la forêt d'Andaines, elle est, à 2 heures 30 de Paris, la seule station thermique du Nord-Ouest de la France et la plus proche de la capitale.

On vient s'y soigner (rhumatologie, phlébologie, gynécologie), on vient aussi, de plus en plus, s'y offrir une pause mieux-être, une parenthèse de temps et de soins pour soi et sa santé...

L'eau, c'est celle de la grande source. C'est une eau mésothermale, c'est-à-dire tiède (24,6°C) qui, pendant des siècles, a cheminé dans les roches granitiques profondes pour lentement, se charger de ses principaux constituants, à l'abri de toute pollution. Son pH de 4,3 en fait une eau acide, avec un résidu sec de l'ordre de 45 mg par litre. Sa richesse en oligo-éléments et sa faible minéralité, lui confèrent des propriétés thérapeutiques depuis longtemps établies et reconnues, que ce soit dans le domaine de la phlébologie, dans celui de la rhumatologie ou encore de la gynécologie.

Son action est à la fois phlébotonique (elle agit sur les veines et leurs maladies), décongestive, anti-inflammatoire, anti-oedémateuse, décontracturante et sédative.



Les principaux actifs

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

Avec un débit de 42m³ par heure, c'est au cœur de l'établissement thermal que l'eau jaillit de la terre.

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermale

01

02

03

04

05

06



C • Trois orientations : phlébologie, rhumatologie, gynécologie

ORIENTATION PHLÉBOLOGIE

Jambes lourdes, fourmillements, crampes, impatiences... Ce sont là les symptômes, encore bénins, d'une insuffisance veineuse, maladie évolutive chronique, qui conduit lentement mais irrémédiablement si rien n'est entrepris, à des pathologies plus graves et douloureuses.

Phlébites, varicoses, ulcères, hypodermes, eczéma variqueux, hémorroïdes ... Le thermalisme a su démontrer son aptitude à soulager durablement, et également à prévenir : le temps de la cure est aussi un moment fort propice d'information et de conseil en termes, entre autres, d'hygiène de vie, grâce à l'éducation thérapeutique du patient.

13 établissements français sont spécialisés dans la phlébologie : Bagnoles de l'Orne est l'un des établissements leader en ce domaine. Il compte même parmi les plus anciens en matière de phlébologie, avec une expérience et un savoir-faire qui remontent au XVIIIème siècle. Les propriétés phlébotoniques, décongestives, anti-inflammatoires et anti-oedémateuses de l'eau de Bagnoles de l'Orne, associées à l'action mécanique et physiologique des soins et à l'effet apaisant du climat de la station, apportent, en douceur et de façon 100% naturelle, réponse et soulagement à ceux qui souffrent des complications de l'insuffisance veineuse ou qui souhaitent apporter un complément au traitement sclérosant et chirurgical des varices.

Quelques chiffres

L'affection veineuse des membres inférieurs touche un tiers des Français. Une femme sur deux est concernée par l'insuffisance veineuse et les désagréments qui en découlent.

Mais, on l'ignore souvent, les hommes sont également nombreux à être affectés par cette pathologie. On dénombre chaque année en France près de 200 000 cas de phlébite (hommes et femmes confondus) dont le suivi est une indication principale de la crénothérapie.

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermale

01

02

03

04

05

06

Les pathologies traitées au sein de l'Etablissement Thermal se définissent selon plusieurs grandes familles :

1 • La varicose essentielle

Celle-ci peut se traduire par un simple désagrément esthétique : apparition de veines gonflées à la surface de la peau ou, à un stade plus avancé, de varices, qui s'accompagnent souvent de gêne, voire de douleurs : crampes nocturnes, jambes lourdes, impatience, éventuellement d'oedèmes. Le traitement thermal s'impose ici quand la chirurgie et la sclérose n'ont pas apporté de soulagement.

2 • L'insuffisance veineuse fonctionnelle

Certaines personnes, généralement jeunes, très sédentaires ou particulièrement agressées par des sources de chaleur, etc., souffrent de leurs jambes sans présenter de varices apparentes. La prescription d'une cure thermale est particulièrement appropriée dans ce cas-là.

3 • Les séquelles de thromboses veineuses profondes (principale indication de la cure)

Séquelles récentes : Une immobilisation prolongée liée à un accident, une intervention chirurgicale ou un accouchement..., certains traitements (à la suite de l'association pilule + tabac, voire alcool ou autres traitements médicaux spécifiques...) ou la pratique intensive de certaines activités (tennis, vélo, ce que l'on appelle la thrombose de l'effort), peuvent laisser, pour des causes différentes, des séquelles immédiates du type jambes lourdes ou oedèmes.

Séquelles anciennes : Elles apparaissent à l'issue d'une période "silencieuse" assez longue (10 à 20 ans) et l'on observe souvent à ce stade des complications chroniques telles que oedèmes permanents, hypodermes, eczémas.

4 • Les ulcères de la jambe

La cure thermale est vivement recommandée pour traiter les ulcères mais aussi les prévenir. Grâce aux bienfaits de son programme (bains, pulvérisations, compresses...) qui nettoie les ulcères et stimule la circulation du sang pour une meilleure cicatrisation, b'o Thermes est à ce jour l'un des rares établissements à accueillir des patients souffrant d'ulcère.

5 • Les oedèmes lymphatiques

Dans le cadre de certains traitements tels que ceux de cancers de la prostate, du sein, de l'utérus ou des ovaires, le chirurgien aura recours à des curages ganglionnaires (ablation d'un certain nombre de ganglions).

Des oedèmes suivront bien souvent, le plus connu étant "le gros bras" après un traitement d'un cancer du sein. Une cure thermale sera alors la bienvenue pour stimuler la circulation lymphatique, limiter l'oedème et soulager les douleurs... sans compter les bienfaits sur le moral.

6 • Les hémorroïdes et troubles veineux du petit bassin

(troubles gynécologiques)

Résultats de l'étude THERM&VEINES

La maladie veineuse chronique (MVC) est un handicap dont souffrent 3 millions de personnes en France. Gênes, douleurs, voire ulcères cutanés, hospitalisation... La MVC a pour le collectif un coût très important, estimé à 2 milliards d'euros par an. Les ressources thérapeutiques médicamenteuses et chirurgicales étant très limitées, l'afreth (association française pour la recherche thermale) a souhaité étudier l'impact d'une cure thermale sur cette pathologie. Tel est l'objet de l'étude **THERM&VEINES** menée sur 3 ans dans 12 stations thermales spécialisées dans l'indication phlébologie auprès de 425 personnes (dont près d'1/3 à b'o Thermes) dont les résultats viennent d'être présentés.

Les conclusions sont tout à fait valorisantes pour la médecine thermale. En effet, l'étude a montré que la cure thermale améliorait, à un an, de manière statistiquement significative, la qualité de vie (mesurée par un index générique et par un index spécifique de la MVC), les symptômes douloureux (mesurés par une échelle visuelle analogique) ainsi que le score de sévérité de la maladie veineuse (score de Rutherford).

* étude coordonnée par le Professeur Patrick Carpentier du Centre Hospitalier Universitaire de Grenoble

La cure en phlébologie pourra être complétée par des soins rhumatologiques, si le médecin prescripteur a prévu un traitement en double orientation phlébologie + rhumatologie, qui sont souvent des pathologies liées.

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermique

01

02

03

04

05

06



ORIENTATION RHUMATOLOGIE

Derrière ce nom générique se cachent des affections chroniques d'origines très diverses, qui peuvent se traduire par des douleurs ou par des problèmes plus profonds. L'hydrothérapie chaude, les applications de boues thermales, la mobilisation en bassin et l'apprentissage de règles d'hygiène de vie sont les outils requis dans cette thérapeutique thermique de Bagnoles de l'Orne.

Trois types de rhumatismes peuvent être traités par le thermalisme :

1 • Les rhumatismes dégénératifs

Il s'agit d'une dégénérescence des os et des articulations, essentiellement liée au vieillissement du patient. On parle ici d'arthrose articulaire : arthrose vertébrale, coxarthrose, gonarthrose, arthrose des mains, des pieds...

Résultats de Thermarthrose

Parmi les études engagées ces derniers temps pour évaluer le service médical rendu par le thermalisme, Thermarthrose, une étude menée sur le traitement comparatif de l'arthrose du genou (gonarthrose), a été publiée en 2009 par la revue *Annals of Rheumatic Diseases*, première revue de rhumatologie mondiale.

Les résultats sont très nettement en faveur du thermalisme.

Thermarthrose a en effet suivi 462 patients, qui ont reçu - pour la moitié d'entre eux - le traitement « classique » seul (analgésiques, anti-inflammatoires, infiltrations, etc...) et pour l'autre moitié des patients, ce même traitement complété de soins thermaux.

Les données statistiques démontrent la supériorité de la seconde démarche : à 3 mois, 6 mois et 9 mois, les soins thermaux augmentent d'environ 50% le nombre de patients améliorés de façon pertinente en termes de douleur et de fonction.

... Un mieux être durable ... Sans effet secondaire sur le système digestif ... Une moindre consommation de médicaments.... Un service médical rendu avéré !

Là encore, la médecine thermique a tout bon !



Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermique

01

02

03

04

05

06

Trois types de rhumatismes peuvent être traités par le thermalisme (suite...) :

2 • Les rhumatismes inflammatoires

Ce sont les maladies inflammatoires du tissu conjonctif. Elles présentent des caractères cliniques très spécifiques et peuvent également être apaisées par la crénothérapie, en appoint d'une thérapie classique et en dehors des poussées inflammatoires.

3 • Les rhumatismes ab-articulaires

Ils concernent les lésions dégénératives des tendons. Bien qu'il ne s'agisse pas, à proprement parler, de rhumatismes ab-articulaires, les névralgies peuvent également être évoquées ici et tirer bénéfice d'un traitement thermal intégré dans une thérapeutique plus complète du mal.



La cure thermique : une étape légitime dans le parcours de soins post-traumatiques

Historiquement, les établissements thermaux ont pour vocation de prendre en charge les patients souffrant de suites de traumatisme : chirurgie de prothèse de hanche, de genou ou fracture, accident de la voie publique ou traumatisme sportif... dans tous ces cas, la rééducation s'impose.

b'o Thermes, centre de médecine thermique expert en rhumatologie, dispose de plateaux techniques adaptés, du savoir-faire de son personnel soignant et de l'eau thermique de la Grande Source. La combinaison de cette eau, aux propriétés antalgiques, anti-inflammatoires, décontracturantes et myorelaxantes, aux soins de rééducation réalisés par des kinésithérapeutes diplômés d'état, est très indiquée dans le parcours de soins de suite.

Durant les 3 semaines de cure conventionnelle, les exercices quotidiens progressifs et doux redonnent confiance. Les activités en apesanteur dans l'eau facilitent le retour à une bonne amplitude articulaire et diminuent la raideur. Quant à l'éducation thérapeutique, elle rend le patient acteur de sa prise en charge.

Balnéothérapie, massages, mobilisation articulaire, propriétés de l'eau thermique... Voilà un cocktail gagnant qui permet de favoriser la récupération et qui affirme la cure thermique comme une étape essentielle dans le parcours de soins post-traumatique. Sans oublier un avantage médico-économique non négligeable puisque le remboursement d'une cure de 3 semaines correspond au coût de deux à trois jours dans un centre de rééducation.

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermique

01

02

03

04

05

06



ORIENTATION GYNÉCOLOGIE

b'o Thermes dispose d'une AMM "indication gynécologie", dans laquelle figurent explicitement les troubles de la ménopause.

Marie-Claude Flusin, médecin thermaliste pendant 30 ans à Bagnoles de l'Orne aujourd'hui à la retraite, a pu observer, à maintes reprises, l'action bénéfique de l'eau de Bagnoles de l'Orne lors de la ménopause ; constatant, entre autres, que les femmes qui suivaient régulièrement des cures à l'établissement, semblaient passer ce cap avec plus de « confort », moins de douleurs, une meilleure qualité de peau...

François Poirault, angiologue à Niort et Directeur de Thérapole, donne quelques explications : « L'eau de Bagnoles de l'Orne est bien connue pour ses qualités phlébotoniques d'une part, antalgiques et anti-inflammatoire d'autre part. Ainsi, peut-on comprendre qu'elle puisse avoir un effet bénéfique sur des douleurs pelviennes chroniques. Qu'elle puisse également apaiser les douleurs des muscles para articulaires et des articulations, douleurs bien courantes à cette période de la vie. Le pH de cette eau, relativement acide (4,3) et proche de celui de la peau, va permettre à cette dernière de retrouver son acidité naturelle : la peau en sera visiblement plus hydratée, moins sèche, plus souple... » L'eau thermique de Bagnoles de l'Orne a, d'autre part, un effet stimulant sur le système endocrinien. « Par cette action, les glandes surrénales notamment, vont émettre un grand nombre de stéroïdes sexuels, qui, transformés en hormones par le tissu adipeux de la femme, vont améliorer le « désert » hormonal post-ménopausique. Effet endocrinien et effet « pH » conjugués expliquent l'amélioration constatée de la trophicité de la muqueuse vaginale ».

À b'o Thermes, il est donc possible d'opter pour une cure thermique conventionnée de 21 jours (18 jours de soins), remboursée par la Sécurité Sociale, dans l'indication gynécologie, ou en double orientation « gynécologie/ phlébologie ».

Et comme il est souvent difficile d'intégrer ces 21 jours de cure dans le planning d'une vie très active, b'o Thermes propose également des cures libres médicalisées « Phléb'O » et « Rhumat'O » d'une semaine (non remboursée par la Sécurité Sociale).

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermale

01

02

03

04

05

06



D • B'o Thermes à la pointe de la formation des agents thermaux hydrothérapeutes

Cent agents thermaux hydrothérapeutes intégrés à une équipe pluridisciplinaire (infirmiers, kinésithérapeutes, médecins, diététiciens...) assurent le service de plus de 200.000 journées de soins délivrées chaque année à b'o Thermes. Le rôle de l'agent thermal est central : chargé d'assurer les soins prescrits au préalable par le médecin thermal, dans le respect des protocoles de soins en vigueur dans l'établissement, il est la main accompagnante et soignante du patient durant tout son séjour.

À l'heure où la médecine thermale assoit sa reconnaissance scientifique, et pour capitaliser sur la professionnalisation du secteur, l'année 2012 a vu la création **du Certificat de qualification professionnelle (CQP) d'agent thermal hydrothérapeute**, labellisé par la Commission paritaire nationale de l'Emploi et de la Formation professionnelle du thermalisme. « *Professionaliser les agents thermaux, veiller à ce que le personnel ait une formation solide, c'est un de nos chevaux de bataille.* », assure Sylvain Sérafini, le président de b'o Resort. « *C'est une formation complète, théorique et pratique, qui se déroule sur 450 heures dans un centre de formation local, labellisé par la branche professionnelle. À ce volet technique, viennent s'ajouter 150 heures de tutorat, pendant lesquelles l'agent est accompagné de près par un agent plus qualifié.* »

Cette formation, encadrée par Pôle Emploi et la Région Basse-Normandie, est sanctionnée par un examen terminal, pour lequel le taux de réussite a été supérieur à 90% en 2012. Sur la session 2013, 22% de l'effectif national des agents certifiés étaient employés à b'o Thermes !

21 personnes ont été diplômées en 2012, 18 l'année suivante, et 20 en 2014. Une vingtaine s'apprête à entrer en formation en 2015. À ce jour, 76% des effectifs d'agents thermaux hydrothérapeutes de b'o Thermes est diplômé. b'o Thermes se présente comme le premier établissement de médecine thermale à avoir engagé une politique de formation aussi importante. L'obtention de ce certificat est désormais un passage obligé pour tous les nouveaux employés. Pour autant, les salariés plus anciens ne sont pas oubliés : « *Une trentaine de nos agents présents depuis plus de trois ans ont ainsi pu bénéficier d'une démarche de validation des acquis de l'expérience (VAE), véritable reconnaissance de leur savoir-faire et de leur diplôme.* »

Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermale

01

02

03

04

05

06



D • (suite) B'o Thermes à la pointe de la formation des agents thermaux hydrothérapeutes

b'o Thermes affiche une politique volontariste de formation, dont les prochaines étapes s'intéresseront aux filières métiers et à la création d'un niveau « chef d'équipe ». Pour Sylvain Sérafini, « La formation est un socle de connaissances, une base sur laquelle nous pouvons bâtir. Des agents thermaux bien formés et des chefs d'équipe responsabilisés, peuvent et doivent être associés à la construction de nouveaux soins et aux protocoles de mise en œuvre ». Résultat de cette démarche : une grande motivation. Les agents en formation montrent une envie d'apprendre, de progresser et d'aller plus loin.

Cette formation permet aussi de travailler la relation aux curistes : l'ensemble des agents y est sensibilisé. Cette élévation du savoir-faire permet d'améliorer la relation soignant-soigné en apportant aux personnels de b'o Thermes une approche plus fine de l'état et du bien-être des curistes. Cela se traduit par exemple par une meilleure détection des éventuels problèmes de santé ou de sécurité : « Le personnel est mieux sensibilisé, plus attentif à ces questions. Nos agents, qui sont majoritairement des femmes, sont passés du stade de praticiens à celui de « spécialistes du soin ». »

« Nous avons été des précurseurs dans ce domaine en France, et, avec près de 80% de notre effectif formé et certifié, je pense que nous sommes aujourd'hui les leaders sur le plan national : plus qu'un plan de formation, c'est un véritable projet d'entreprise », conclut Sylvain Sérafini.



Depuis plus de 300 ans, acteur de la médecine thermale

01

02

03

04

05

06



E • Les produits dermocosmétiques “Soin d’Eau”

Utilisés par les esthéticiennes de l’institut “Secrets de beauté” du b’o Spa Thermal, les produits “Soin d’Eau” sont également disponibles dans les boutiques du b’o Resort et sur le site www.bo-resort.com. Sans trop dévoiler de secrets justement, les qualités de l’eau de Bagnoles de l’Orne sont très appréciées de la peau. Une eau riche en oligo-éléments dont le pH est très proche de celui de l’épiderme, toute indiquée pour garantir une parfaite tolérance, calmer et réguler l’hyper-sensibilité, et prévenir le vieillissement cutané.

La gamme Soin d’Eau, pour le visage et le corps, propose :

Soins nettoyants

- . Démaquillant tonique thermal
- . Lotion douceur thermale
- . Pain de savon douceur thermale
- . Gel doux nettoyant visage
- . Gel douche thermal hydratant
- . Emulsion hydratation thermale peaux mixtes

Soins spécifiques

- . Sérum éclat thermal
- . Concentré revitalisant thermal contour des yeux
- . Stick labial
- . Crème thermale Anti-âge pour les mains

Soins traitants

- . Crème spéciale thermale peaux sensibles
- . Crème Caviar Anti-âge
- . Crème protection thermale peaux sensibles IP12
- . Crème nutrition thermale peaux sèches
- . Crème anti-rides éclat thermal
- . Masque apaisant thermal
- . Masque Patch contour des yeux.
- . Masque anti-âge au collagène

Soins corps

- . Gel jambes légères thermal

Soins essentiels

- . Spray d’eau thermale

Une cure à Bagnoles de l'Orne, pour prendre les devants et entretenir sa santé

01

02

03

04

05

06



A • Cure 21 jours pour se sentir mieux

La cure thermale dure trois semaines (21 jours), dont 18 jours de soins.

Elle associe au moins quatre soins quotidiens, d'une durée totale d'environ deux heures, à un repos réparateur. De l'hydromassage aux douches en immersion, en passant par la marche dans l'eau ou l'application de boues gorgées d'eau thermale, la grande palette de soins proposés par b'o Thermes, permet au médecin thermal d'établir le programme de soins le plus adapté à l'affection concernée.

Le prix de base* du traitement, fixé par la CPAM en 2015 en phlébologie est d'environ 472 euros ; celui d'un traitement en rhumatologie se situe entre 510 et 582 euros ; enfin, le prix de base du traitement en gynécologie est d'environ 451 euros (en orientation simple, hébergement non compris). **65 à 100% de ces coûts peuvent être pris en charge par les organismes sociaux** (surveillance médicale comprise).

Dans le cas d'une cure à double orientation thérapeutique, pour les patients souffrant d'une double pathologie (le plus souvent phlébologie et rhumatologie), la prescription combinera avec précision les méthodes d'hydrothérapie adaptées à chaque pathologie. Il est en effet important de doser avec rigueur, "le chaud", préconisé pour la rhumatologie, et "le tiède", recommandé pour la phlébologie.

Le prix de base d'une cure à double orientation varie alors entre 728 et 808 euros selon les traitements, montant qui peut également être pris en charge partiellement ou totalement par les organismes sociaux (transport et hébergement non compris).

Parce que se soigner passe aussi par l'alimentation, la diététicienne du resort contacte chaque curiste avant son arrivée afin de préparer des menus adaptés.

Et les effets sont bien mesurables !

- 75% des curistes ont moins de douleurs physiques
- 43% d'entre eux prennent moins de médicaments
- 47% sont plus détendus
- 20% dorment mieux

Source : enquête SOFRES 2006, menée auprès de curistes après 3 semaines à Bagnoles de l'Orne

* Depuis 2014, les curistes en médecine thermique contribuent au redressement de la sécurité sociale via un versement tarifaire obligatoire, même en cas de prise en charge.

Une cure à Bagnoles de l'Orne, pour prendre les devants et entretenir sa santé

01

02

03

04

05

06



B • Cures libres médicalisées de 1 à 18 jours

Il est bien souvent compliqué d'intégrer 21 jours de cure dans une vie hyperactive et hyper remplie. Qu'à cela ne tienne ! b'o Thermes s'adapte pour permettre à chacun de préserver et d'entretenir son capital santé. Pour ceux qui souhaitent prendre les devants pour bien et mieux vieillir, ou tout simplement accompagner un curiste, b'o Thermes a conçu des séjours comprenant 1 à 18 jours de soins.

"Nous avons pu remarquer un engouement pour les courts séjours médicalisés" précise Sylvain Sérafini, Président de b'o Resort. "Cette formule, pour laquelle Bagnoles de l'Orne était précurseur, s'installe visiblement. Elle correspond parfaitement aux nouvelles attentes : demeurer en forme pour rester actif et préserver son capital santé. Une, ou plusieurs journées de soins, permet d'obtenir de bons résultats en matière de mieux-être et s'intègre facilement dans un planning souvent chargé... Nous avons également des patients qui, ayant déjà effectué une cure thermale dans l'année, choisissent de revenir une seconde fois, pour un séjour plus court, prolongeant ainsi l'effet bénéfique de l'eau de Bagnoles".

Les curistes peuvent opter pour une initiation thermale d'un jour (et quatre soins thermaux), à laquelle ils ont la possibilité d'ajouter autant de jours de soins supplémentaires qu'ils le souhaitent, ou encore, choisir un programme de soins spécifiques « **jambes** » ou « **vitalité** », de 6 jours, au **b'o Thermes**. Ce programme existe également au **b'o Spa Thermal** sous le nom de **Formules O' de Forme «Rhumat'O» et «Phleb'O»**, enrichi de soins complémentaires.

Phleb'O

Les jambes retrouvent toute leur légèreté grâce à des soins spécifiques : couloir de marche, brumisation des membres, douche locale au jet (hors massage sous l'eau) ... 24 soins + 1 séance de Kneipp et 1 séance de phlébotonique.

Rhumat'O

Les articulations récupèrent toute leur souplesse grâce à des soins spécifiques : piscine avec douche en immersion, hydromassage (hors massage sous l'eau)... 24 soins + 1 lit massant et 1 massage bien-être de 20 min.

Tarif b'o Thermes : 289 €/pers. - 6 jours de soins (4 soins par jour) - Hors hébergement

Tarif b'o Spa Thermal (voir p.17) : 389 €/pers. - 6 jours de soins (4 soins par jour) - Hors hébergement

(Détails dans la brochure 2015 ou sur le site internet www.bo-resort.com)

Une cure à Bagnoles de l'Orne, pour prendre les devants et entretenir sa santé

01

02

03

04

05

06

C • Cure Formules O' de Forme

Il s'agit de la version soins spécifiques « **jambes** » et « **vitalité** » du b'o Thermes, transposée dans l'espace b'o Spa Thermal en « **Phléb'O** » et « **Rhumat'O** ». Le curiste bénéficie alors de 26 soins dont séance de Kneipp et séance de phlébotonique en «Phléb'o» et lit massant et massage bien-être en «Rhumat'O».

Autre avantage, les formules O' de Forme donnent accès aux activités libres du spa thermal : sauna, caporarium en eau thermale, salle de relaxation... Elles permettent aussi pour le curiste de se faire accompagner par un proche.

Nouveautés 2015

En 2015, des privilèges sont offerts aux curistes ayant déjà effectué une cure thermale dans l'année ou l'année précédente.

Pourquoi ? Pour faciliter l'organisation de la cure libre avec une solution hébergement + soins.

Pack Soins de 6 jours «jambes» ou «vitalité» à b'o Thermes + Hébergement 6 nuits à la Résidence des Thermes...

Offre 499 € - Pour un séjour du 8/03 au 21/03 et du 1/11 au 14/11/2015

- Supplément soins au b'o spa 77 €/pers.
- 1 accompagnant avec soins 202 €
- 1 accompagnant sans soins gratuit dans le même logement
- Restauration

Offre 589 € - Applicable toute la saison

- Supplément soins au b'o spa 88 €/pers.
- 1 accompagnant avec soins 231 €
- 1 accompagnant sans soin gratuit dans le même logement
- Restauration



REMISES PRIVILÈGES SUR LES «CURES LIBRES» pour les curistes ayant déjà suivi une cure thermale

- **20% de remise** sur toute la saison et sur toutes les formules « cures libres »
- **30% de remise** sur les forfaits du 08/03 au 21/03 et du 01/11 au 14/11/2015
- **20% de remise** toute la saison pour les accompagnants des curistes

Une cure à Bagnoles de l'Orne, pour prendre les devants et entretenir sa santé

01

02

03

04

05

06



D • Cure active

À b'o Thermes, la médecine thermale s'adapte aux horaires de ceux qui travaillent avec la « cure active »

Pas toujours facile de s'arrêter 3 semaines même quand il s'agit de prendre soin de sa santé. Attribuer 21 jours au soulagement de ses maux, voilà qui peut sembler impossible dans une vie professionnelle bien active et bien remplie. Mais telle est la règle pour pouvoir bénéficier d'une cure thermale remboursée par la Sécurité Sociale.

b'o Thermes s'adapte à l'emploi du temps des personnes actives - pourvu qu'ils n'aient pas plus d'une heure de route à parcourir - et leur permet d'avoir malgré tout, accès à des soins thermaux bienfaisants.

Ainsi, toute la saison et dès le 9 mars prochain, b'o Thermes accueille ses patients dès 6h30 le matin et jusqu'à 17h30. Entre le 25 mai et le 04 juillet, la plage horaire est encore plus longue puisque des soins sont possibles après 17h30 et jusqu'à 20h00 !

Une cure à Bagnoles de l'Orne, pour prendre les devants et entretenir sa santé

01

02

03

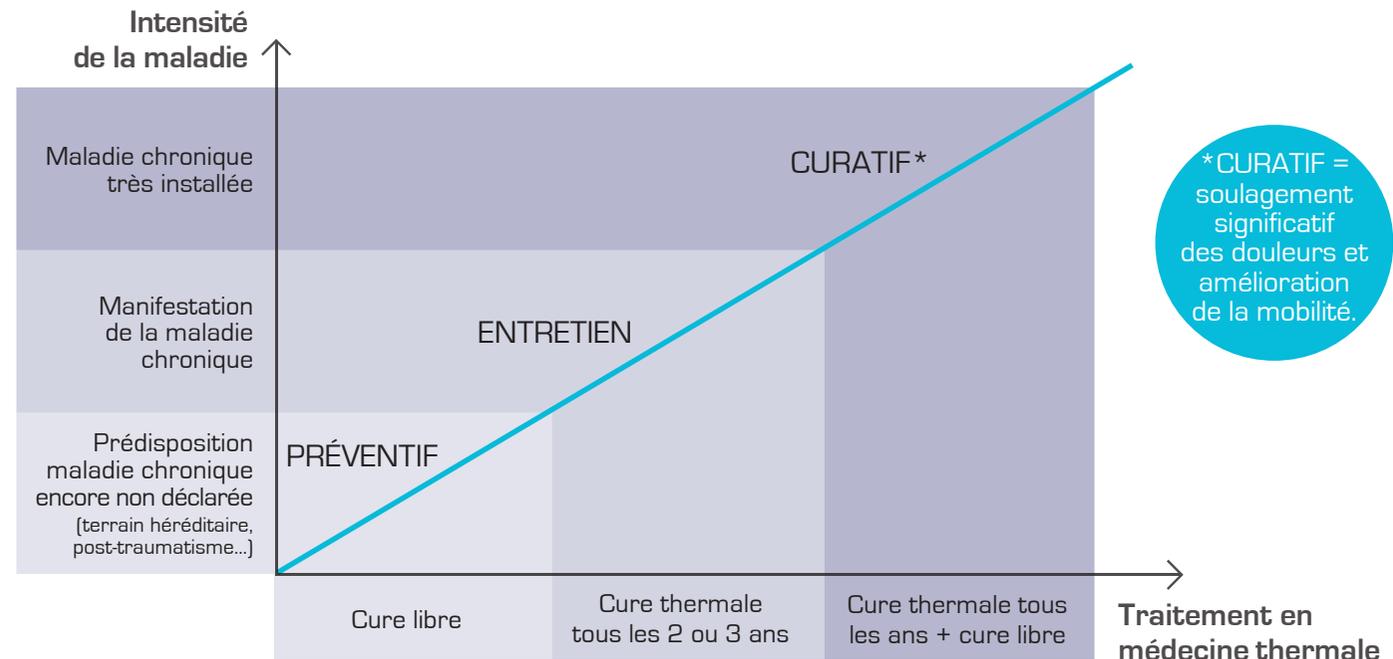
04

05

06



D • Pratique de la médecine thermique en fonction de l'intensité de la maladie



Le curiste type n'existe pas. Que la maladie chronique soit, à venir (terrain héréditaire), peu ou très installée, la médecine thermique sait s'adapter à son évolution et propose des traitements appropriés, efficaces et durables dans le temps. Rappelons enfin que le médecin reste l'interlocuteur privilégié du patient. C'est lui qui évalue les besoins et prescrit la cure thermique.

B'o Spa Thermal

un espace de cure au raffinement unique

01

02

03

04

05

06



Les curistes peuvent effectuer leur cure dans un espace «cosy cosy» : b'o Spa Thermal !

Comme b'o Thermes, b'o Spa Thermal dispense un accueil et un suivi personnalisé mais dans un espace offrant plus d'ergonomie et une ambiance intimiste, propice à la détente. Les avantages et services sont exclusifs, à commencer par de nouveaux soins spa à découvrir à l'occasion **de 2 séances offertes*** pendant la cure médicale (sous surveillance médicale) :

. **Lit massant** : le patient est allongé sur le dos, sur un matelas souple et chaud. Des jets d'eau chaude dispensent un massage qui procure une relaxation musculaire. Ce soin a de nombreuses indications préventives et/ou curatives. C'est un complément idéal à la cure médicale.

. **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. Un délice pour celles-ci qui se font plus légères et retrouvent une meilleure circulation.

. **Thalaxion avec option Phlébotonique ou Silhouette ou anti-cellulite** : le patient est 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.

. **Cours de gym douce** : un professeur diplômé fait réaliser les mouvements les plus adaptés à la condition physique de chacun pour renforcer la tonicité musculaire, la souplesse articulaire. La gymnastique douce est une excellente approche pour rétablir l'équilibre du corps.

. **Brumisation du visage** : purifie les couches superficielles de l'épiderme. Particulièrement recommandée pour assainir les peaux sensibles ou mixtes.

** Sous réserve de disponibilité*



Coût complémentaire d'une cure thermale effectuée au b'o Spa Thermal :

+ 345 euros par cure

(possibilité de prise en charge par certaines complémentaires santé)

NOTA : les protocoles de soins thermaux sont conformes à la nomenclature thermale selon la prescription médicale

B'o Spa Thermal

un espace de cure au raffinement unique

01

02

03

04

05

06



Parmi les autres privilèges du **b'o Spa Thermal** :

- . Une ligne griffée de peignoirs grand confort et du linge douillet, changé chaque jour,
- . Deux tisaneries pour découvrir des nouvelles saveurs locales,
- . Un b'o cadeau de bienvenue,
- . Le sac griffé, la charlotte pour protéger les cheveux, les sandales et un coussin pour les soins en baignoire sont offerts,
- . Accès à deux salles de repos : la première, en lumière noire, dite « lumière de Wood », chargée d'ions négatifs, aux propriétés apaisantes, est propice à la relaxation et au sommeil. La seconde offre la luminosité et le confort visuel idéal pour les activités telles que la lecture.
- . Accès au vaporarium d'eau thermale (sur avis médical)
- . Accès au sauna (sur avis médical)
- . Accès libre aux animations gratuites de b'o Résidence des Thermes même si l'hébergement ne s'y fait pas.



Un peignoir et un sac griffés **Gaspard Yurkievich** !

Quand la mode investit le b'o Spa Thermal...

Etonnant n'est-il pas de parler de mode dans un univers où justement on a tendance à se déshabiller...

Ce serait oublier l'indispensable peignoir !

Celui du b'o Spa Thermal est griffé Gaspard Yurkievich. Le fashion-designer a, en effet, conçu un peignoir à la fois protecteur, confortable et élégant, expression de l'univers spécifique bagnolais.

Le résultat ? Épatant ! Avec sa couleur «stone» entre le gris et le beige, il rappelle la roche à travers laquelle l'eau thermale a circulé pendant des milliers d'années. La ceinture et son passant arborent une magnifique broderie aux couleurs du spa avec des lignes qui évoquent le bois, les branches, les bulles et, clin d'oeil à la gamme b'o Cosmétique Naturelle, on y retrouve également une pomme stylisée brodée dans des couleurs chlorophylle et eau. Sa très grande capuche prend l'allure d'un châte dans lequel on aime à se lover, se recentrer sur son soi intime. Sans oublier de très grandes poches confortables qui accentuent le chic de la coupe.

À noter que pour prolonger l'expérience chez soi, le peignoir est disponible à la vente, à la boutique du spa et sur le site www.bo-resort.com.

Quant au sac de couleur écri, il reprend le jeu graphique et le code couleurs du peignoir. Offert pendant la cure, ce sac estampillé Gaspard Yurkievich, s'intègre parfaitement dans le quotidien de chacun.

Bagnoles de l'Orne

01

02

03

04

05

06



A • Au cœur de 7.000 ha de forêt

Bagnoles de l'Orne, c'est avant tout un lieu, un décor, une histoire.

Niché au cœur du parc naturel de Normandie, le Grand Domaine Bagnoles de l'Orne se dévoile comme une surprise.

Avant de le rejoindre, vous aurez suivi une route fort gracieuse qui traverse la forêt...

Et là, surprise, la route se fait avenue bordée d'arbres et vos yeux découvrent simultanément un lac, des jardins, un casino, une architecture Belle Epoque...

Une époque où le cahier des charges, imposé à chaque nouveau propriétaire, stipulait que les villas "*devaient avoir un certain cachet d'élégance*".

Aujourd'hui encore cette élégance s'impose au promeneur.

Bagnoles de l'Orne est une cité de charme, un havre de paix et de douceur en cœur de forêt...

Sans un seul feu rouge !



Bagnoles de l'Orne

01

02

03

04

05

06



B • L'eau de la grande source pour ses bienfaits, la chlorophylle et le plein air pour se ressourcer

L'eau, le climat, la qualité d'un environnement préservé... La station est née de la conjonction de ces trois éléments. Aujourd'hui comme hier, c'est elle qui fait la spécificité et l'intérêt pour Bagnoles de l'Orne.

Bagnoles de l'Orne bénéficie d'un climat océanique et tempéré. Le vaste massif forestier qui l'entoure, l'orientation de la station (au pied et contre le versant nord d'une ligne de collines), le lac, les rivières... Tous ces éléments concourent à créer un climat à la fois sédatif, relaxant et tonifiant.

Ainsi, même lors des grandes chaleurs estivales, Bagnoles de l'Orne conserve une fraîcheur agréable appréciée de tous et particulièrement par ceux qui souffrent des jambes, hypersensibles aux agressions thermiques. Une fraîcheur réellement complémentaire à l'action des soins.

Au début du XX^{ème} siècle, le Dr Joly écrivait à propos de Bagnoles de l'Orne :

"La fraîcheur humide vasoconstrictrice et diurétique soulage les malades veineux que la chaleur gonfle et congestionne. La constitution géologique du sol agit sur le système nerveux et l'état électrique du sujet".

Enfin, il ne faut pas oublier l'action sédatrice du climat de Bagnoles de l'Orne, particulièrement propice au repos, et donc au mieux-être.

Des activités plein air pour compléter toute cure ou séjour bien-être

La marche, bien sûr, est une pratique vedette à Bagnoles de l'Orne. 250 km de chemins balisés, des parcours sportifs, le tout dans la magnifique forêt d'Andaines... La marche, la randonnée (le GR 22 traverse cette superbe forêt et joint Paris au Mont-Saint-Michel), mais également la marche nordique, le vélo, le VTT, le golf, le tennis ...

Pour les adeptes d'activités plus paisibles, les balades dans le parc de b'o Resort permettent, outre l'observation de gigantesques rhododendrons sauvages (une splendeur mauve en mai / juin), de rallier agréablement le centre de la station après les soins. Le quartier Belle Epoque, les jardins du lac etc.. sont autant de lieux faciles d'accès et propices à la découverte.

Bagnoles de l'Orne

01

02

03

04

05

06



C • Votre hébergement Deux résidences de tourisme 3 étoiles et 4 étoiles charme

Les Résidences de Tourisme bénéficient d'un classement officiel délivré par le Ministère du tourisme qui définit les normes de qualité, d'accessibilité, de confort et de service par un nombre d'étoiles. Avec leur architecture exceptionnelle, un environnement privilégié, des activités à foison et toute une palette de services pour parfaire le confort de leurs hôtes, le classement de b'o Résidence des Thermes 3 étoiles et de b'o Cottage 4 étoiles ne doit rien au hasard.

Avec au total, plus de 300 appartements (163 pour b'o Résidence des Thermes / 158 pour b'o Cottage), du studio jusqu'à la suite pour 6 personnes, elles permettent d'accueillir curistes et vacanciers, seuls, entres amis, en couple, en famille, pour des séjours d'une nuit à plusieurs semaines. Il ne s'agit pas là d'hôtels mais d'une offre locative, une formule de séjour astucieuse, intermédiaire entre hôtellerie traditionnelle et les meublés. Elle offre toute la liberté de ce type de location : salle de bain, télévision, literie de qualité, cuisine individuelle... pour que chaque résident se sente chez lui et puisse bénéficier, s'il le souhaite, d'une totale autonomie.

Contrairement à la majorité des résidences de tourisme, b'o Résidence des Thermes et b'o Cottage incluent diverses prestations comme le linge de lit et de toilette, les lits faits à l'arrivée, la télévision, le ménage au départ, une réception ouverte de 9h à 20h... et offrent une multitude de services pour un prix contenu : espaces de restauration, solarium, bassins aquatiques, animations sportives, culturelles et ludiques, club enfant... autant de prestations qui réunissent les conditions pour un séjour idéal.

Que le choix se porte sur b'o Résidence des Thermes 3* située au plus près du centre de soins, ou pour le charme de la charmante résidence b'o Cottage 4 au coeur du parc thermal, chaque résident sera idéalement placé pour vivre pleinement les bienfaits de sa cure.



Bagnoles de l'Orne

01

02

03

04

05

06



D • Et si vous veniez en cure avec vos enfants et petits-enfants ?

Vous avez prévu de faire votre cure thermale ou cure libre à Bagnoles de l'Orne, et vous souhaitez emmener votre famille avec vous... Au b'o Resort, c'est tout à fait possible !

Avec ses 158 appartements confortables et modulables, b'o Cottage se prête formidablement bien à une approche transgénérationnelle.

... Mais pas question de laisser vos enfants ou petits-enfants livrés à eux-mêmes pendant vos soins... b'o Cottage a tout prévu ! Pendant que vous suivez votre cure, les plus jeunes sont pris en charge au Kids club Tib'o, durant les vacances scolaires et les week-ends. Situé au coeur même de la résidence, il dispose de tous les équipements nécessaires à l'éveil et à l'amusement des plus petits.

Le programme est des plus appétissants : pataugeoires et bassin ludique (maxi 40 cm de profondeur), jeux d'eau, maquillage, déguisement, danse, peinture, carnet de voyage, animations nature, jeux de piste, olympiade, cabane, ateliers cuisine... et ce, sous le regard vigilant d'animateurs titulaires du BAFA (Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateur).

Quant aux ados, une « tanière » leur est destinée face à la résidence, aménagée de canapés et de fauteuils confortables, consoles de jeux, musique, télévision avec lecteur DVD et baby-foot.

... Et c'est compris dans le prix de l'hébergement !

Belle nouveauté... ! Cette année, les ados pourront profiter de soins thermaux conçus pour eux !

La cure d'été à b'o Cottage à -28% !

Vous avez du temps l'été, c'est le moment de faire une cure thermale. En réservant avant le 31/05/15, vous pouvez bénéficier d'un tarif exceptionnel à la résidence b'o Cottage pour un séjour de 3 semaines entre le 28/06 et le 22/08 (dernier jour de séjour), et l'accès au Club Tib'o est gratuit !

Exemple : 1.103 € au lieu de 1.532 € soit 28% de remise (studio Aulne, en arrivée le 28/06).



Bagnoles de l'Orne

01

02

03

04

05

06



E • Votre transfert : et si vous veniez en bus tout confort au départ de Paris Porte Maillot ?

Votre transfert : Paris – Bagnoles de l'Orne direct dans un bus Pullman tout confort

Rappelons-le, à seulement 3h de Paris, b'o Thermes est le centre de médecine thermique le plus proche de la Capitale, le seul du Nord-Ouest de la France.

Une situation géographique privilégiée qui se double aujourd'hui d'un accès facilité.

Nul besoin de s'engager dans le trafic parisien surchargé pour rejoindre b'o Thermes. Il suffit d'embarquer dans un bus Pullman tout confort au départ de la Porte Maillot, pour un trajet direct sans halte, en toute sérénité... pour un prix des plus privilégiés. Imaginez qu'un tel aller-retour sera facturé 59 € pour un curiste. Imbattable, non ?



Rendez-vous le dimanche après-midi, précédant chaque cure principale, à 13h45 pour un départ à 14h00 précises devant le Palais des Congrès, Place de la Porte Maillot - accès principal métro ligne 1 : arrêt Porte Maillot. Près de 3 heures plus tard, le chauffeur vous dépose devant l'office de tourisme de Bagnoles de l'Orne ou à la porte de l'une des deux résidences de b'o Resort.

Pour le retour, le départ est à 9h30 le dimanche au départ des résidences de b'o Resort et de l'office de tourisme en direction de Paris.

Le nombre de places étant limité, il est conseillé d'effectuer simultanément votre réservation de bus et celle de votre cure.

Glossaire

01

02

03

04

05

06

- Aérobain** La diffusion de micro-bulles d'air à partir du fond de la baignoire produit un effleurage doux. Sédatif et assouplissant.
- 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.
- Balnéothérapie** Soins de bien-être à base d'eau douce (du robinet).
- Cellu M6** Appareil de massage breveté mondialement qui reproduit la technique du palper-rouler. Pour éliminer les capitons dus à la cellulite et à l'infiltration graisseuse. C'est également une arme très efficace contre le relâchement cutané.
- Couloir de marche** Profondeur 0,75 mètre. Pour améliorer l'efficacité musculaire, résorber les oedèmes et assouplir les articulations.
- Crénothérapie** Voir Thermalisme
- Douche sous-marine** Pratiquée pendant le bain, pour un effet antalgique sur les articulations et décongestionnant sur les membres inférieurs.
- Douche générale** Pratiquée à la lance pour une action stimulante et tonique, ou au jet pour un effet antalgique et relaxant, suivant la température de l'eau, la durée et la force du jet retenus.
- Douche régionale** Subtile répartition des jets d'eau à différentes températures à colonnes : selon de la partie du corps.
Action décontractante et antalgique
- Eaux froides** De 08 à 15°C
- Eaux hyperthermales** De 48 à 81°C
- Eaux mesothermales** De 25 à 34°C
- 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.
- Hydromassage** Une multitude de jets pour un massage général ou localisé. Stimulation circulatoire et relaxation musculaire.
- Illutation de boue** Application de boue thermique sur différentes zones du corps. Favorise le passage des composants bénéfiques de l'eau thermique. Effet antalgique et décontractant.
- Kneipp** Douche locale des membres inférieurs. Le soin fait alterner une brumisation d'eau minérale chaude (36°C) et d'eau minérale froide (18°C) en fines gouttelettes sur les jambes. Elles sont ainsi plus légères et retrouvent une meilleure circulation.

Glossaire

01

02

03

04

05

06

Manuluves	Mobilisation en douceur des mains et des poignets. Effet décontractant.
Massage sous l'eau ou douche sous affusion	Réalisé sous une pluie d'eau thermale, il est effectué par un kinésithérapeute agréé. Selon le cas, à visée décontracturante ou antalgique.
Œdème	Gonflement, fréquemment rencontré au niveau de la cheville, dû à une infiltration d'eau en provenance du système veineux et/ou lymphatique.
Paresthésie	Trouble de la sensibilité qui se manifeste par des fourmillements, picotements, brûlures, engourdissement, etc.
Phlébite	Obstruction d'une veine par thrombose (caillot).
Phlébologie	Branche de la médecine qui s'occupe des veines et de leurs maladies.
Piscine avec douche en immersion	Des buses sur les parois de la piscine produisent des "trombes d'eau", efficaces pour les problèmes vertébraux ou para-vertébraux.
Piscine de mobilisation	Exécution de différents mouvements en piscine. Objectif : conserver ou retrouver la mobilité des articulations.
Pulvérisation visage	Peeling doux et efficace. Effet calmant et adoucissant.
Repos	Nécessaire après la longue séance de soins. Effet réparateur et détente assurée dans un espace lumineux, calme et apaisant.
Rhumatologie	Branche de la médecine qui s'occupe des maladies articulaires.
Stase veineuse	Non retour du flux veineux et accumulation de sang contenant des substances toxiques nuisibles pour les tissus (radicaux-libres).
Thalassothérapie	Soins de bien-être à base d'eau de mer.
Thermalisme	(ou Crénothérapie) Utilisation à des fins thérapeutiques des eaux minérales et de leurs dérivés. Soins à valeur médicale ajoutée, reconnue entre autres organismes, par l'Office Mondial de la Santé.
Thrombose (ou phlébite)	Formation d'un ou plusieurs caillots dans le système circulatoire.



Vivez pleinement l'expérience b'o resort.

b'o resort regroupe les bienfaits des thermes avec le confort de l'hébergement dans ses résidences. Découvrez également son spa thermal, ses lignes de cosmétiques...
Tout pour être bien, et mieux encore.

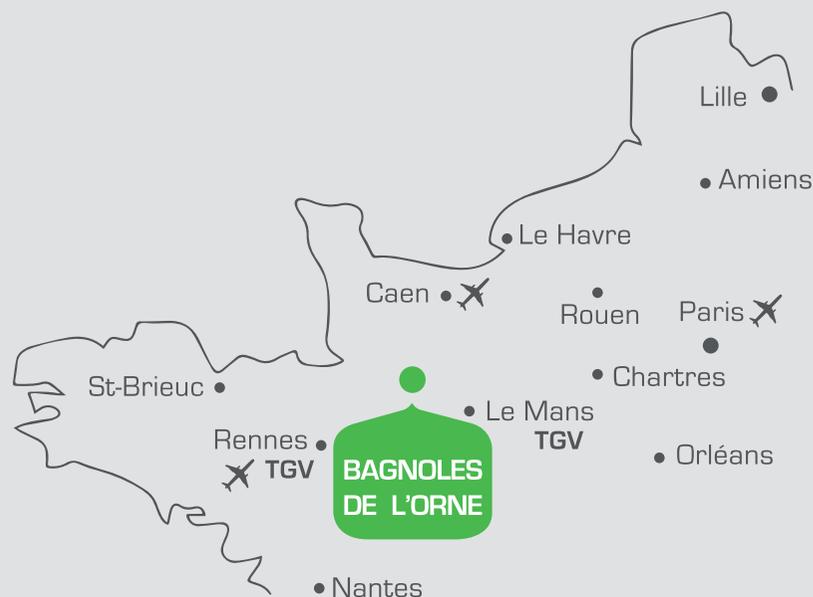
Pour vous rendre à Bagnoles de l'Orne

bo-thermes.com

Rue du Professeur Louvel - BP 33 - 61 140 - Bagnoles de l'Orne

conseils@bo-resort.com

facebook.com/bothermes



- . d'Alençon 45 min
- . de Laval 1h
- . du Mans 1h15
- . de Caen 1h15
- . de Rouen 2h
- . de Rennes 2h
- . de Chartres 2h15
- . d'Évreux 2h15
- . de Paris 2h30
bus direct Paris/Bagnoles voir page 26
- . d'Amiens 3h
- . de Lille 4h30



Contact presse :

Michèle Fréné - Florence Basseux

Agence Michèle Fréné Conseil • 5, rue des Mazurettes 14 000 CAEN

Tél : 02.31.75.31.00 • mfc@michele-frene-conseil.fr

www.michele-frene-conseil.fr



PRIX D'UN APPEL LOCAL