

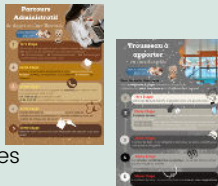


Préparation et organisation du séjour thermal :

La préparation et l'organisation d'une cure peuvent vous sembler lourdes ou difficiles car il y a l'aspect administratif à gérer, mais également les questions d'ordre pratique relatives au logement, au transport, aux vêtements etc.

Afin de vous aider au mieux, nous avons créé des fiches sous forme de check-list et avons mis en ligne de nombreuses informations et conseils pour vous accompagner.

Vous avez également la possibilité de vous informer auprès de nos responsables locaux !



Nous vous proposons des fiches sur :

- le parcours administratif,
- le trousseau à emporter.

Mais également des informations détaillées sur la ville, les alentours etc.



Consultez notre site internet :

<https://www.assosed1plus.com/les-cures-specifiques-sed-hsd/>

N'hésitez pas non plus à contacter les offices de tourisme ou à consulter leurs sites.

Petits conseils sur le choix de la station thermale :

Le choix du lieu de votre cure vous revient, au regard des soins dont vous avez besoin (orientation(s) médicale(s)).

Mais vous aurez peut-être d'autres contraintes à intégrer (date des congés de votre aidant ou conjoint(e), dates des vacances scolaires etc).

D'autres éléments peuvent également intervenir tels que :

- l'altitude
- les températures (en juillet dans le Gers, il fait chaud ; en avril en Auvergne il peut faire froid puis doux...)
- les contraintes de déplacement : la cure de Barèges est préconisée pour des patients capables d'une activité physique et de marche avec dénivelé ; la cure de Barbotan a des locaux étendus etc
- la distance avec votre lieu de résidence
- les dessertes en transport en commun



Vous devez bien vous informer sur tous ces points afin de ne pas regretter votre choix et de profiter au mieux de vos soins.

La cure thermique est une parenthèse de soins dans l'année, une bulle pour prendre soin de vous et pour vous redonner l'envie d'être acteur de votre parcours de soins.

LES THERMES

LE MONT DORE



1 place du Panthéon
63240 Mont-Dore
Téléphone : 04 73 65 36 33

<https://www.chainethermale.fr/le-mont-dore>

BARBOTAN



Avenue des Thermes
32150 Barbotan les Thermes
Téléphone : 05 62 08 31 31 (choix 3)
<https://www.chainethermale.fr/barbotan-les-thermes/thermes-et-installations>

BAREGES



Les thermes de Barèges / Ciéléo
Rue ramond
65120 barèges
Téléphone : 05.62.92.68.02
<https://www.thermes-bareges.com/>

L'ASSOCIATION SED1+

Vos contacts pour les cures :

- => **Le Mont Dore** : admised1plus@gmail.com
- => **Barbotan et Barèges** :
assosed1plustoulouse@gmail.com

Les liens vers notre site :

<https://www.assosed1plus.com/>



Informations pratiques, fiches, dates etc :

La page sur les cures thermales :

<https://www.assosed1plus.com/les-cures-specifiques-sed-hsd/>



Les Cures Thermales spéciales SEDh et HSD avec SED1+

Le Mont Dore Barbotan Barèges

DES SOINS ADAPTES à nos besoins

RHUMATHOLOGIE VOIES RESPIRATOIRES PHLEBOLOGIE

Les soins thermaux sont basés sur l'utilisation de sources d'eaux chaudes aux propriétés bienfaisantes et spécifiques aux sites (Mont Dore / Barbotan / Barèges).

Le Mont Dore (Rhumathologie et Voies Respiratoires)



Les eaux thermales du Mont Dore sont bicarbonatées, sodiques, carbogazeuses et émergent entre 32 et 44 °C, au sein des Thermes, tout comme les gaz qui sont directement prélevés aux griffons. Ces eaux minérales d'origine météorique sont riches en silice.

Barbotan (Rhumathologie et Phlébologie)



L'eau thermale de Barbotan jaillit naturellement à 37°C et est classée parmi les eaux oligo-métalliques. Elle se caractérise par la présence importante de gaz carbonique dissous (CO₂). On y trouve soufre, calcium et magnésium, ainsi que de la silice.

Barèges (Rhumathologie et Voies Respiratoires)



Les eaux thermales de Barèges sont riches en Barégine, substance mucilagineuse qui se développe naturellement dans les eaux de source de la station. Cet élément naturel entre dans la composition de baumes et d'onguents réputés pour leurs vertus antibiotiques, anti-inflammatoires et cicatrisantes.

Et un accompagnement médical de proximité :
Trois rendez-vous médicaux balisent les 18 jours de soins : le premier doit être programmé en amont, et avoir lieu au plus tard la veille de l'entrée en soins. Ce premier RDV permet la programmation des soins thermaux de manière adaptée à vos besoins.

A noter, au Mont Dore : vous rencontrez chaque jour de soin votre médecin thermal, ce qui permet de réadapter rapidement le parcours de soin (très appréciable pour les patients SEDh et HSD)

Une collaboration ciblée sur le SEDh et le HSD...

Ces trois cures spécifiques ont été mises au point dans le cadre d'un partenariat fort entre l'association SEDI+ et la Direction de chaque site, avec le concours des médecins et du personnel soignant.

Elles s'appuient sur le constat suivant : lutter contre nos pathologies nécessite une véritable prise en charge globale et pluridisciplinaire.

Des ateliers santé complémentaires aux soins thermaux

Les soins thermaux qui vous sont prescrits individuellement par le médecin thermal au regard de vos besoins sont complétés par des ateliers d'accompagnement thérapeutique proposés par l'Association SEDI+.

Partenaire exclusive des cures spécifiques SEDh et HSD, notre association vous propose des groupes d'échange, des interventions de professionnels spécialisés, des conférences, et de nombreux autres ateliers quotidiens (avec des professionnels de santé ou des bénévoles formés), spécifiquement pensés par et pour les patients porteurs de SEDh ou HSD.

Chaque cure est accompagnée par une équipe de SEDI+, avec des programmes d'ateliers qui peuvent différer selon les sites et selon les années

=> Toutes les informations pratiques sur notre site :

<https://www.assosed1plus.com/> ou 

DES DATES SPECIFIQUES avec SEDI+

Les soins thermaux ont lieu toute l'année, et sont les mêmes pour tous les curistes (SEDh / HSD ou non), dans chacune des trois stations que nous vous avons présentées.

Vous pouvez donc vous y rendre à tout moment.

Mais si vous souhaitez bénéficier de l'accompagnement spécifique de l'association SEDI+ et de la présence de l'équipe des bénévoles, il faut alors réserver aux périodes annuelles prévues avec chaque établissement thermal pour la cure "spéciale" SEDh et HSD :



LE MONT DORE => en avril
BARBOTAN => en juillet
BAREGES => en août

Les dates précises de chaque année peuvent varier de quelques jours, elles sont diffusées sur nos pages facebook et notre site internet : [assosed1plus.com](https://www.assosed1plus.com) ou



Et sur le plan financier ?

Prise en charge par l'assurance maladie : 

Pour réaliser une cure thermale qui soit prise en charge par votre assurance maladie, il y a plusieurs conditions à remplir :

- réaliser une cure de 18 jours de soins (les mini-cure de 5 ou 6 jours ne sont pas concernées),
- avoir une prescription par un médecin (formulaire cerfa vert) précisant la ou les orientations (VR/RH/PHL), les dates et le lieu,
- avoir l'autorisation de votre caisse d'assurance maladie, qui vous adresse alors 2 volets de prise en charge.

Le formulaire CERFA de demande de cure rempli par votre médecin est valable par année civile.

A noter : les frais de transport et d'hébergement ne sont pas couverts par l'assurance maladie (sauf forfait d'environ 150 euros sous conditions de ressources).

Complément par votre mutuelle :

Les mutuelles remboursent généralement le reste à charge des soins (si vous n'êtes pas à 100%), mais bien souvent elles vous versent également un complément, sous forme de forfait, pour les autres frais. Vérifiez auprès de la votre !



Attention : le complément tarifaire fixé par l'Assurance Maladie reste à votre charge. A titre d'exemple, en 2024, il est de 103.51€ pour une cure RH (sans kinésithérapie).

