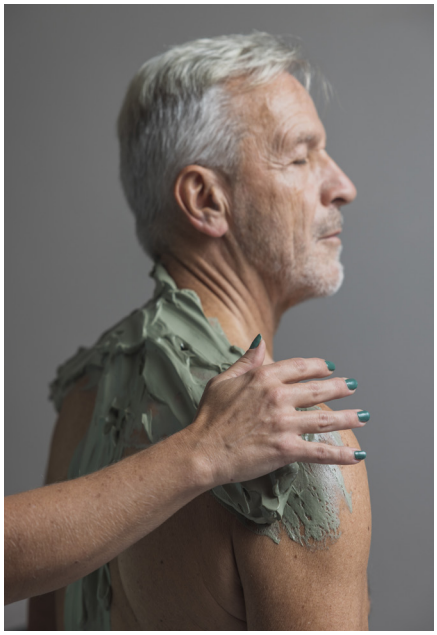
Au cœur d'une forêt de 600 hectares et de la Cité des Loisirs d'Amnéville

LE CENTRE THERMAL SAINT-ÉLOY



RHUMATOLOGIE/VOIES RESPIRATOIRES

SAISON 2024

4 mars/21 décembre

SAISON 2024 - AMNÉVILLE (57)

5 NOUVEAUTÉS EN 2024 AU CENTRE THERMAL SAINT-ÉLOY

Au cœur du vaste bois de Coulange, le Centre Thermal Saint-Éloy à Amnéville (Moselle) invite à respirer au grand air. Spécialisé dans le traitement de la rhumatologie et des voies respiratoires/ORL, l'établissement bénéficie d'un environnement idéal pour s'occuper de sa santé. En 2024, l'établissement thermal poursuit sa mue : participation à l'étude COVIDTHERM pilotée par le CHRU de Nancy, nouveaux programmes santé, ateliers complémentaires, afterworks thermaux...

1 LE CENTRE THERMAL SAINT-ELOY ACTEUR DE L'ÉTUDE COVIDTHERM PILOTÉE PAR LE CHRU DE NANCY

Pilotée par le CHRU de Nancy, l'étude COVIDTHERM entend démontrer l'efficacité de la prise en charge thermale pour les personnes souffrant d'une affection post-COVID-19. Le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville participe à cette étude et accueillera dès l'ouverture de la saison thermale 2024 les premiers patients pour cet essai clinique. Ils seront adressés par le CHRU de Nancy directement, qui prend en charge les frais liés à l'expérimentation. Ils se verront administrer quatre soins thermaux quotidiens pendant trois semaines : massage réalisé par un kinésithérapeute sous une rampe d'eau thermale ou avec un baume thermal, aérobain, bain hydro-massant et douche au jet. Les résultats seront appréciés sur les douze mois suivants, comparativement à une prise en charge avec une médecine « de ville » (massage kiné, suivi psychologique, suivi médical).

2 « MIEUX VIVRE AVEC SES DOULEURS », 6 ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES À LA CURE THERMALE RHUMATOLOGIE

En 2024, le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville lance son premier programme d'éducation à la santé complémentaire à une cure thermale rhumatologie de 18 jours. Intitulé « mieux vivre avec ses douleurs », il se compose de six activités pour comprendre et soulager ses douleurs. Sophrologie, cohérence cardiaque, hypnothérapie mais aussi groupe de parole et atelier d'éducation avec une infirmière rythment les 18 jours de cure et permettent au curiste de partager son vécu et de se remettre en mouvement. En bonus, grâce à une séance de Feldenkrais, on prend conscience de son corps à travers le mouvement.

Tarif : 55 € le programme.

SAISON 2024 - AMNÉVILLE (57)

5 NOUVEAUTÉS 2024 AU CENTRE THERMAL SAINT-ÉLOY (SUITE)

3 DES SÉANCES DE SOPHROLOGIE ET D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

Pendant 18 jours, la cure thermale constitue une médecine préventive, d'éducation à la santé et d'amélioration de la qualité de vie du patient. La panoplie de soins thermaux dispensée chaque matin y est pour beaucoup. La cure est aussi l'occasion de se réconcilier avec son corps et de tester voire de reprendre une activité en douceur. C'est tout l'objectif des nouveaux ateliers lancés cet été par le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville.

Le mercredi de 13h30 à 14h30, **des séances d'activités physiques adaptées** sont animées par Maxime Schaack, coach sportif diplômé. Yoga et stretching, marche nordique ou fitness se succèdent chaque semaine.

Tarif : 10 € la séance de 60 minutes.

Le jeudi de 11h à 12h30, Martine Castello propose **des ateliers d'initiation à la sophrologie**. S'accorder un moment pour soi, explorer son corps et son esprit, retrouver équilibre et harmonie… La séance est une invitation à l'épanouissement et au lâcher prise. Chaque semaine, la thématique de l'atelier varie et répond aux différents besoins : vivre zen, gestion du stress, pensée positive…

Tarif : 15 € la séance de 90 minutes.

4 CRÉATION D'UNE « FLASH CURE » 5 JOURS VOIES RESPIRATOIRES

Difficile pour tout le monde de mobiliser trois semaines de son temps pour une cure thermale conventionnée. Le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville lance une « flash cure » voies respiratoires. Pendant cinq jours, du lundi au vendredi, les adultes comme les enfants dès 6 ans peuvent suivre quotidiennement trois soins de la cure thermale voies respiratoires pour nettoyer et régénérer leur sphère ORL : nébulisation, humage et aérosol sonique. Le plus ? Pas besoin de passer par la case vestiaire, les soins se font en tenue de ville. Chaque session quotidienne dure une quarantaine de minutes, sur une plage horaire entre 7h30 et 18h, et jusqu'à 21h pendant les sessions de cures du soir.

Tarif : 75 €/personne.

5 DES AFTERWORKS THERMAUX CHAQUE JEUDI SOIR

Pour une première découverte de l'environnement thermal, une soirée entre amis ou entre collègues ou simplement l'envie de se faire du bien… Direction le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville. Les jeudis soirs de la saison thermale, l'établissement propose un « afterwork thermal ». L'idée ? Tester trois soins thermaux parmi les soins phares de la cure thermale rhumatologie : hydroxeur, aérobain, douche de vapeur, douche pénétrante, douche térébenthinée. Les soins ORL peuvent également être expérimentés. La soirée se termine autour de quelques mignardises et d'une boisson.

Tarif : 23 €/personne.

DATES D'OUVERTURE 2024

Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville (cures conventionnées de 18 jours Rhumatologie et Voies Respiratoires) :
du 4 mars au 21 décembre.

- Thermapolis (centre thermoludique pour toute la famille) : du 2 janvier au 31 décembre 2024. Fermeture les 1er janvier, 24 & 25 décembre 2024. Fermeture technique 10 jours en septembre.

- Villa Pompéi (spa thermal bien-être) : du 2 janvier au 31 décembre 2024. Fermeture les 1er janvier, 24 & 25 décembre 2024. Fermeture technique 10 jours en juin.

CURES DU SOIR 2024

Deux sessions de 17h à 21h en 2024 pour les cures thermales Rhumatologie et Voies Respiratoires/ORL :
> 8 au 27 avril,
> 9 au 28 septembre.

RHUMATOLOGIE

SOINS ANTI-DOULEURS ET DÉCONTRACTURANTS

Pas moins de 12 soins thermaux sont dispensés pour soulager les douleurs rhumatismales et pour redonner de la mobilité. Certains ont des vertus décontracturantes, d'autres des actions antalgiques et anti-inflammatoires. Détail des soins délivrés au Centre Thermal Saint-Eloy.

Soins thermaux décontracturants

• Douche pénétrante 35°- 38°C - 8 min
Allongé sur le ventre, le curiste est placé sous une rampe d'eau thermale multijets. Cette rampe effectue un massage par vagues successives sur les muscles para-vertébraux et dorso-lombaires.
Action antalgique décontracturante des muscles du dos et des lombaires.

• Douche aux jets 35°- 38°C - 5 min
À l'aide du jet d'eau thermale chaude sous pression, la technicienne thermale exerce un massage du dos qui assure une décontraction des muscles dorsaux et des lombaires.
Action décontracturante des muscles du dos et des lombaires.

• Vapeurs thermales dirigées - 10 min
Vapeurs d'eau thermale chaude dirigées sur le rachis cervical dorso-lombaire et les articulations.
Action décontracturante des muscles du dos et des lombaires.

• Bain avec douche en immersion - Hydromassage 35°- 38°C - 10 min
Bain d'eau thermale parcouru de nombreux jets d'eau à pression variable pour les pathologies rhumatismales.
Action décontracturante, tonifiante.

• Aérobain 35°- 38°C - 15 min
Bain d'eau thermale parcouru de bulles d'air comprimé qui procure un massage en douceur, stimule la circulation sanguine et favorise l'élimination des toxines.
Action relaxante.

• Massage baume thermal - 10 min
Massage à base de baume thermal réalisé par un kinésithérapeute diplômé d'État à visée rhumatismale.
Décontracturant, assouplissement des tissus

• Piscine de mobilisation 34°- 36°C - 15 min
Dans une piscine d'eau thermale, travail de toutes les articulations par des exercices guidés par un kinésithérapeute.
Action décontracturante et améliorant la mobilité articulaire grâce à la portance de l'eau.

• Douche locale 35°- 38°C - 8 min
Douche à plusieurs pommeaux avec diffusion à faible pression d'eau sur zones localisées
Action décontracturante des muscles, des tendons, des ligaments.

• Douche forte pression en piscine 34°- 36°C - 10 min
Jet sous-marin à direction et pression variables avec sélecteur de zone (dos, hanches, genoux, chevilles) produisant un massage profond des masses musculaires et des articulations.
Action décontracturante et antalgique.

Soins thermaux antalgiques et anti-inflammatoires

• Application de boue 48° - 51°C - 15 min
Application localisée d'un mélange d'eau thermale d'Amnéville chaude et d'argile.
Action sédative générale, analgésie des régions douloureuses.

• Douche Térébenthinée 40° - 44 °C - 3 min
Projection d'un mélange d'eau thermale chaude et de composants issus du pin des Landes (DAX TERPIN), pulvérisé via de micro-jets sur le corps. Cette douche est dispensée à la fin du parcours de soin Rhumatologie afin que le patient garde sur lui les actifs anti-inflammatoires des essences de pin le plus longtemps possible. L'arrivée de ce soin témoigne des synergies à l'oeuvre entre les équipes d'Amnéville et celles de Dax.
Action antalgique et anti-inflammatoire.

• Étuves locales 34° - 40°C - 10 min
Bain local de vapeur d'eau thermale pour les mains ou les pieds.
Action antalgique et amélioration de la mobilité.

N.B : Les zones traitées des soins individuels sont soumis à l'avis du médecin thermal selon chaque curiste.

PATHOLOGIES RHUMATISMALES TRAITÉES

Rhumatismes dégénératifs
Arthrose dans toutes ses localisations, rachis cervical et dorso lombaire, articulations périphériques (hanches, genoux, mains…) et ses conséquences (sciatiques, cruralgies, névralgies cervico-brachiales…).

Rhumatismes inflammatoires
Spondylarthrite ankylosante, certaines formes de polyarthrite rhumatoïde en dehors des poussées,
rhumatisme psoriasique.

Séquelles de traumatismes
Suites de chirurgie de l'épaule, du rachis (hernie discale, canal lombaire), des hanches, des genoux, des épaules.
Algodystrophie.

Pathologie des tendons
Tendinopathies, tendinites, péri-arthrites dans toutes leurs localisations notamment l'épaule, mais aussi le coude et la hanche.

Manifestations associées à l'ostéoporose

VOIES RESPIRATOIRES

RETROUVER SON SOUFFLE

La cure thermale Voies respiratoires traite les dysfonctionnements et les infections chroniques de la sphère ORL chez l'adulte et l'enfant. Les techniques de soins utilisent l'eau thermale sous trois formes, eau, vapeurs et gaz. Le parcours de soins poursuit deux finalités complémentaires : assainir les muqueuses par le contact de l'eau thermale et leur permettre ensuite d'absorber ses éléments régénérants. Ces soins assurent donc la mise en contact et la pénétration des principes actifs de l'eau thermominérale au niveau de la muqueuse des voies aériennes supérieures et/ou inférieures.

ÉTAPE 1
Soins thermaux nettoyants

• Gargarismes 37°- 38°C
Un gobelet rempli d'eau thermale, le curiste effectue des gargarismes qui assurent un nettoyage doux de la région oro-pharyngée.
Action de nettoyage doux de la région oro-pharyngée.

• Irrigation nasale 37°- 38°C - 6 min
Un bocal suspendu, contenant un litre d'eau thermale est relié à un tuyau avec embout de fosse nasale. Il se place sur les deux narines alternativement. L'eau thermale circule d'une narine à l'autre et nettoie les cavités nasales.
Action de nettoyage des fosses nasales antérieures.

• Nébulisation 37°- 38°C - 10 min
Complète plus finement le nettoyage de la muqueuse nasale grâce à des gouttelettes d'eau thermale.
Action de massage en douceur de la muqueuse et du filtre nasal.

ÉTAPE 2
Soins thermaux régénérants

• Pulvérisation 37°- 38°C - 10 min
Dans la bouche, un jet filiforme, brisé par un tamis, baigne d'eau thermale la gorge, les amygdales et le pharynx. Le curiste place sa langue sous l'abaisse-langue et respire calmement par le nez.

• Humage individuel 37°- 38°C - 10 min
L'inhalation de gouttelettes d'eau thermale chaude fluidifie les sécrétions nasales et bronchitiques et facilitent leur expectoration.

• Aérosol sonique 37°- 38°C - 10 min
Cette technique associe un aérosol classique à des vibrations sonores à 100 Hz. Ce soin favorise une meilleure pénétration et efficacité des vertus de l'eau thermale jusque dans les bronches les plus fines comme dans les sinus.
La fragmentation de l'eau thermale pendant le humage et l'aérosol assure la pénétration, la diffusion et la fixation de ses actifs anti-inflammatoires au niveau de la muqueuse.

PATHOLOGIES TRAITÉES

- Allergies
- Asthme
- Infections ou inflammations du nez, de la gorge, des oreilles, des bronches et des poumons
- Sinusites, rhinites ou polyposes naso-sinusiennes
- Rhinopharyngites récidivantes ou chroniques, paresthésies pharyngées
- Amygdalites
- Laryngites récidivantes ou chroniques
- Certaines otites
- Dilatation des bronches, bronchites spastiques
- Bronchopneumopathie BPCO.

À propos de la source thermale Saint-Eloi

Fortement minéralisée, la source Saint-Eloi est riche en sulfates, calcium, sodium et chlorures. Naturellement chaude, elle est captée à 41,2°C à l'émergence. Selon les soins, elle est refroidie ou réchauffée. Les soins Rhumatologie sont dispensés à une température qui varie de 35°C à 50°C, les soins Voies Respiratoires/ORL à 37 °C. Puisée à 900 m de profondeur dans la nappe des grès du Permo-Trias, dits grès roses, elle alimente les trois sites thermaux d'Amnéville.

SODIUM (Na+)	3500 mg/L
CALCIUM (Ca++)	1600 mg/L
MAGNÉSIUM (Mg++)	90 mg/L
FER (Fe++)	11 mg/L
POTASSIUM (K+)	200 mg/L
CHLORURE (Cl-)	8000 mg/L
SULFATE (SO_4--)	1400 mg/L
BICARBONATE (HCO_3)	130 ml/L

REPÈRES

ARENADOUR EXPLOITE LE PÔLE THERMAL D'AMNÉVILLE

Arenadour exploite les trois établissements thermaux d'Amnéville via la Société d'Exploitation Thermale d'Amnéville

THERMAPOLIS
Détente

Thermapolis est un établissement de bien-être en eau thermale grand public de 2 800 m². Il propose un parcours ludique varié à l'eau thermale naturellement chaude. De multiples ateliers et activités permettent de vivre une expérience thermale ressourçante en intérieur et en extérieur. C'est un des rares espace aqualudique thermal à accueillir les enfants dès 4 ans.

> Entrées 2019 : 398 000.
> Offre : sauna, hammam, piscine.
> Clientèle : familles.
Ouvert 7/7

Nouveautés 2023 : nouvel espace bien-être de 150 m² en lieu et place du bar : sauna, mur de sel, parcours douches sensorielles ; un programme d'animations tout au long de l'année.

polethermalamneville.com/thermapolis/

VILLA POMPÉI
Bien-être

Inspirée des thermes antiques, la Villa Pompéi profite des eaux thermale naturellement chaudes d'Amnéville. Ce lieu de bien-être haut de gamme bénéficie de plus de 400 m² de bassins intérieurs et extérieurs, agrémentés d'équipements qui soulagent le corps et apaisent l'esprit. Un espace Spa est dédié aux soins esthétiques et modelages.

> Entrées 2019 : 210 000.
> Offre : soins, sauna, hammam, jacuzzi, piscine.
> Clientèle : adultes.

Nouveautés 2023 : un sauna extérieur panoramique ; un programme d'animations tout au long de l'année, un partenariat beauté avec la marque Sothys.

polethermalamneville.com/villa-pompei/

CENTRE THERMAL SAINT-ELOY
Thermalisme santé

Le Centre Thermal Saint Eloy est agréé pour le traitement thermal conventionné des pathologies rhumatismales et des voies respiratoires et ORL. C'est le plus grand centre de cures conventionnées de la région Grand-Est.

> Curistes 2019 : 16 123 dont 92,83 % de la région Grand Est.
> Offre : cure thermale 18 jours (adultes/enfants), mini-cures, traitement des pathologies voies respiratoires/ORL et rhumatismales.
> Patients : enfants et adultes qui veulent soigner leurs pathologies rhumatismales et voies respiratoires/ORL.

polethermalamneville.com/saint-eloy/