

FIBRO'J'AGIS!

ARTHROSE - SYNDROMES FIBROMYALGIQUE ET ALGIQUE

GRANDS THERMES

BAGNÈRES DE BIGORRE

DEPUIS 1823

S'appuyant sur une équipe pluridisciplinaire et un professionnalisme reconnu dans le traitement des Affections Rhumatologiques et Psychosomatiques, les Grands Thermes vous proposent de compléter vos 3 semaines de cure thermale par un programme ciblé sur la douleur et les syndromes fibromyalgique et algique : Fibro'J'agis



7 PRESTATIONS INDIVIDUELLES

2 évaluations de l'intensité de la douleur, de l'anxiété et de l'aptitude physique en début et en fin de cure avec notre infirmière.

2 entretiens avec une psychologue clinicienne

3 séances de lâcher-prise aquatique (en piscine thermale).

3 PRESTATIONS THERMALES

Dans le cadre de votre programme, vous bénéficiez de 3 massages sous l'eau par kiné (sur autorisation du médecin thermal).

6 PRESTATIONS COLLECTIVES à la carte parmi:

- Atelier d'échanges (2 maxi) avec une psychologue : conseils pratiques et expression de son ressenti entre curistes ayant des problématiques algiques
- Atelier diététique (1 maxi) avec un diététicien : échanges et conseils pratiques douleur et nutrition
- Relaxation (4 maxi) avec une infirmière : respiration, détente corporelle et visualisation positive
- Luminothérapie (4 maxi) avec les lunettes Psio
- Yoga (3 maxi)
- Gym Douce adaptée Fibro (3 maxi) avec un coach sportif, étirements, mobilité tout en douceur
- Gym aquatique (3 maxi) En petit groupe, détente corporelle en eau thermale
- Gym Relax (3 maxi) avec un coach sportif : exercices de gym douce, mix de stretching et de relaxation
- Marche d'oxygénation (3 maxi) : marche douce en « respiration » en petit groupe



OFFERTS: 3 ACCÈS DÉTENTE AU SPA THERMAL AQUENSIS

Contenu non modifiable, les prestations non effectuées ne pourront pas faire l'objet d'un remboursement.

Programme de soins complémentaires à la cure thermale

05 62 95 00 23
www.thermes-bagneres.fr

TARIF 2024
229€