

DAX



## Bienvenue aux Thermes Bérot !



## Dax au cœur du Sud-Ouest !



Venir en cure thermale à Dax, au cœur des Landes, c'est faire le choix d'un véritable savoir-faire thermal.

Entreprise familiale, fondée en 1974 par Jean-Louis Bérot, les Thermes Bérot ont toujours privilégié une approche des soins thermaux personnalisée et innovante.

Nous contribuons activement au développement et à la performance de la médecine thermale via l'innovation technique et technologique. Nous nous inscrivons quotidiennement dans cette démarche avec l'appui de nos collaborateurs parfaitement formés, à l'écoute de chacun de nos curistes et toujours tournés vers leur bien-être pour faire de leur cure thermale une réussite.

Nos équipes sont à votre disposition pour vous accompagner dans la préparation de votre futur séjour thermal en vous proposant notamment une très large gamme d'hébergements.



LANDES Terre des possibles



Nous sommes adhérents au Conseil National des Établissements Thermaux (CNETH), au Syndicat des Établissements Thermaux Landais (SETL), à l'association des Établissements Thermaux de l'Agglomération Dacquoise (ETAD) et membres du Cluster Aquil'O Thermes, des organismes nationaux et locaux qui mènent une réflexion permanente en recherche, développement et innovation au service du thermalisme et des curistes.

Si Dax est reconnue pour ses qualités curatives exceptionnelles, le cadre de vie y est également très agréable ! L'air vivifiant des pins de la plus grande forêt d'Europe, les plages de sable fin bordant le littoral atlantique, l'horizon des sommets pyrénéens à une heure de route... La cité de Gascogne, labellisée Ville d'Art et d'histoire, est également riche en sites historiques et en découvertes.

A toute proximité, vous pourrez flâner dans les cités du Pays Basque et du Béarn telles que Bayonne, Biarritz ou Pau. Sans oublier la convivialité de son accueil, la générosité de sa gastronomie, la tradition festive...

Tous ces attraits font de Dax une ville à la situation unique, point de départ vers de nombreuses richesses de notre Sud-Ouest !





## Des produits d'exception



Notre établissement est certifié **AQUACERT THERMALISME**. Il répond ainsi aux plus hautes exigences de qualité et vous offre des soins à base de produits entièrement naturels qui font l'objet d'un contrôle sanitaire constant.



Les produits que nous utilisons sont entièrement naturels et répondent aux plus hautes exigences en matière de qualité et sécurité sanitaire.



L'établissement est agréé pour deux orientations thérapeutiques : **rhumatologie et phlébologie**. Il peut également prendre en charge les **patients fibromyalgiques** grâce à des soins complémentaires plus spécifiques à cette affection.

La boue thermique de Dax (**le péloïde**) et l'**eau minérale thermique** naturellement chaude à l'émergence sont au cœur des soins prodigués aux Thermes Bérôt.

**Unique au monde, le péloïde** est l'un des plus anciens produits maturés utilisés dans le thermalisme. Il résulte d'un mélange de limons du Fleuve Adour, d'eau thermale de Dax et de micro-algues. Cette préparation scientifique et rigoureuse a des **effets antalgiques et myorelaxants**.

**Dax Therpin, la douche térébenthinée**, est une formule unique issue du savoir-faire thermal landais aux **propriétés anti-inflammatoires** reconnues associées à une excellente tolérance cutanée.

Base de tous les soins thermaux, l'**eau minérale de Dax** est reconnue, depuis l'Antiquité pour ses **vertus thérapeutiques**. Riche en sels minéraux et oligo-éléments, elle est **bénéfique** aux cellules de la peau, aux cartilages et aux veines.

**Composition de l'eau :** calcium 121 mg/l, magnésium 32mg/l, sodium 119 mg /l, chlorures 150mg/l, soufre oxydé 390mg/l, potassium 20 mg/l.



## Des experts au service de votre bien-être



L'équipe des Thermes Bérot vous accueille dans une ambiance chaleureuse et familiale et veille à simplifier votre quotidien pendant toute la durée de votre cure.

En début de cure, une carte de soins est établie conciliant au mieux **vos attentes** et les exigences de **votre programme médical**.

Tout notre personnel soignant est **formé** et/ou titulaire du Certificat de Qualification Professionnelle Agent Thermal.

Le suivi préconisé par le médecin thermal est assuré par notre **personnel infirmier diplômé d'état** qui joue le rôle de relais médical au sein de l'établissement.



Toujours avant-gardistes, les Thermes Bérot sont à la pointe de l'**innovation pédagogique** en formant continuellement leur équipe à l'écoute et au respect des curistes.





## Nos soins de **rhumatologie**



Péloïde

### Application de Péloïde

Localisée ou généralisée.

> Effets antalgiques et myorelaxants.

Il permet le passage au travers de la peau des oligo-éléments et des molécules actives issus du métabolisme algal.

### Sudation

Soin en cabine individuelle à infrarouge qui se pratique après l'application de péloïde.

> Poursuit l'action vasomotrice de la boue.

### Aérobain

Immersion en baignoire dans l'eau thermale parcourue de bulles d'air pulsé.

> Action relaxante et sédative, assouplissement des tissus.



Douche térébenthinée

### Douche générale au jet

Soin qui suit l'application de péloïde.

> Tonification posturale.

### Douche térébenthinée

Mélange d'eau thermale et de DAX THERPIN (produit à base de térébenthine), pulvérisé dans une cabine individuelle sur les régions douloureuses.

> Action antalgique, anti-inflammatoire.

### Douche pénétrante **NOUVEAU**

Allongé sur le ventre, une rampe munie de jets multiples délivre, le long de l'axe corporel, une douche en pluie, favorable à la pénétration des composants actifs de l'eau thermale.

> Action antalgique et myorelaxante.



Sudation



Douche pénétrante

Aérobain



Mobilisation en piscine



Douche sous-marine  
Forte pression



Hydromassage



Massage



Étuves

### Hydromassage

Immersion en eau thermale avec massages grâce à des jets d'eau sous pression provenant des parois latérales de la baignoire.

➤ Action relaxante des muscles.

### Douche sous-marine et douche forte pression

Jets sous-marins en piscine à directions et pressions variables effectuant un massage profond des masses musculaires et des articulations.

➤ Action antalgique, décontractante.

### Étuves locales pour les mains et les pieds

Petites étuves où circule un courant de vapeur d'eau thermale.

➤ Action antalgique, amélioration de la mobilité.

### Mobilisation en piscine thermale

Exécution de différents mouvements sous la direction d'un kinésithérapeute DE.

➤ Relaxation et tonification musculaire. Entretien et récupération des amplitudes articulaires.

### Massage

Assuré par un kinésithérapeute DE à l'aide d'un baume de massage à base d'eau thermale.

➤ Diminution des courbatures, relaxation et décontraction.



## Nos soins de phlébologie



### Parcours de marche

Déambulation en piscine d'eau thermale où le curiste est immergé jusqu'au bassin. Le sol, recouvert d'aspérités, masse les voûtes plantaires et des jets d'air comprimé assurent un massage léger.

- > Active le retour veineux. Drainage des stases veineuses.

### Pulvérisation des membres

Douches filiformes d'eau thermale, dirigées sur les membres inférieurs.

- > Amélioration des troubles fonctionnels (jambes lourdes et fourmillements) et réduction de l'infiltration cellulitique.

### Compresse d'eau thermale

Application de compresses imbibées d'eau thermale refroidie sur les jambes.

- > Effet décongestionnant, stimule le tonus veineux



### Cure de boisson

De 1 à 4 verres par jour d'eau thermale.

- > Action diurétique, laxative.

### Hydromassage

Immersion en eau thermale avec massages grâce à des jets d'eau sous pression provenant des parois latérales de la baignoire.

- > Action relaxante des muscles.

### Compresse d'eau thermale

Application de compresses imbibées d'eau thermale refroidie sur les jambes.

- > Effet décongestionnant, stimule le tonus veineux



### Massage

Assuré par un kinésithérapeute DE avec un baume de massage thermal.

- > Action drainante.

### Bain avec insufflation de gaz carbonique ou carbogazeux

Immersion des membres inférieurs en baignoire dans une eau thermale chargée de gaz carbonique.

- > Réduction des œdèmes, amélioration de la trophicité des tissus et de la micro-circulation artérielle.

### Aérobain

Immersion en baignoire dans l'eau thermale parcourue de bulles d'air pulsé.

- > Action relaxante et sédative, assouplissement des tissus.



## Mini cures et cure fibromyalgie



Seul ou en duo,  
prenez soin de vous  
à votre rythme.

**R**etrouvez les bienfaits du péloïde et de l'eau thermale dans nos différentes cures libres (non prises en charge par l'assurance maladie). Ces cures sont destinées aux personnes dont l'activité ne permet pas le séjour de 3 semaines, qui accompagnent un curiste ou qui veulent prolonger les effets de la cure. Un certificat médical est nécessaire pour effectuer les soins.

- > Cure **Aquaforme détente** 6 jours
- > Cure **Express bien-être** 3 jours (existe aussi en version Thermal Box à offrir)
- > **Demi-journée Découverte** de soins thermaux adaptée à tous y compris les sportifs, les femmes enceintes
- > Cure spéciale **fibromyalgie**  
Nous avons souhaité répondre spécialement à d'autres pathologies en vous proposant en mai et octobre une cure spéciale Fibromyalgie. En complément de la cure Rhumatologie, un programme spécifique présente nos 10 ateliers complémentaires pour votre santé et votre mieux-être (dates et programme sur demande).

## Etre bien



"Un esprit sain  
dans un corps sain"  
(Juvénal, Satires)

**P**our que votre séjour thermal soit une source complète de bienfaits, les Thermes Bérôt vous proposent **un large éventail d'activités Slow bien-être.**

**Des ateliers en groupe** sont proposés comme : l'aquagym, la sophrologie, Pilates, ...

**Des consultations individuelles** sont aussi à votre disposition pour prendre soin de votre corps et de votre esprit en vous invitant au lâcher-prise comme l'ostéopathie aquatique ou les soins énergétiques (Reiki).





## THERMOTEL, le choix d'un hébergement intégré



Une présence  
et une écoute  
24h/24, 7 jours/7.

**Idéalement situé en cœur de ville, notre établissement est heureux de vous accueillir pour VOS CURES, ou COURTS SÉJOURS à Dax.**

Nous vous proposons 6 catégories d'hébergements confortables et entièrement équipés avec accès direct aux Thermes Bérot.

Nos 97 appartements (studettes, studios, T1 ou T2), sont répartis sur 6 niveaux avec ascenseurs. Du rez-de-jardin avec terrasses au 4<sup>ème</sup> étage, vous serez séduits par l'ambiance conviviale et familiale.



[www.thermotel-dax.com](http://www.thermotel-dax.com)



## Les services THERMOTEL



Votre confort avant tout.



- Accueil 24h/24 et 7j/7
- Ménage assuré
- Linge fourni (draps, serviettes de toilette, peignoir)
- Wifi
- TV, TNT et Canal+
- Possibilité de petit-déjeuner sur commande
- Livraison de plats cuisinés

- Navette (gare/hôtel)
- Garage à vélos en libre accès
- Appareils de fitness et activités en groupe ou consultations individuelles avec supplément (aquagym, sophrologie, ostéopathie aquatique, Pilates...)
- Salle informatique avec internet
- Réservations d'excursions
- Animations avec des producteurs locaux
- Service courrier et de réveil
- Prêt de caddie, bouilloire, cocotte ou sèche-cheveux
- Laverie et salle de repassage
- Animaux bienvenus



De nombreuses animations vous sont proposées toute l'année en partenariat avec l'Office Intercommunal de Tourisme et du Thermalisme pour profiter de la vie culturelle, de l'art de vivre et de la tradition culinaire de notre département.

### Une assurance pour annuler en toute sérénité

Nous vous proposons une assurance spécifique "Spécial Cure Thermale" que nous vous conseillons de souscrire en même temps que votre réservation.



## Studette 1 personne

Superficie de 17 m<sup>2</sup> en étage, côté rue.

- Lit 90, penderie
- Kitchenette équipée :
  - réfrigérateur
  - plaques de cuisson, hotte
  - micro-ondes grill
  - cafetière et grille pain
- Coin repas
- Salle de bains avec douche et WC



## Studio confort

Superficie de 23 m<sup>2</sup>, côté rue ou cour.

- Lit 160, 180 ou 2x90 avec douche, penderie et commode
- Kitchenette équipée :
  - réfrigérateur
  - plaques de cuisson, hotte
  - four traditionnel
  - micro-ondes
  - cafetière et grille-pain
- Coin repas
- WC indépendant



## Studio 1<sup>ère</sup> catégorie

Superficie de 21 m<sup>2</sup>, côté rue ou cour.

- Lit 140, penderie
- Kitchenette équipée :
  - réfrigérateur
  - plaques de cuisson
  - micro-ondes grill
  - cafetière et grille pain
- Coin repas
- Salle de bains douche ou baignoire et WC



## T1 supérieur

Superficie de 31 m<sup>2</sup>, côté rue ou cour.

- Lit 160, penderie et commode
- Cuisine équipée :
  - réfrigérateur congélateur
  - plaques de cuisson, hotte
  - four traditionnel
  - micro-ondes
  - cafetière, grille-pain et bouilloire
- Coin repas
- WC indépendant



## Studio standard

Superficie de 23 m<sup>2</sup>, côté rue ou cour.

- Lit 140 avec douche, ou 2x90 baignoire, penderie
- Kitchenette équipée :
  - réfrigérateur
  - plaques de cuisson, hotte
  - four traditionnel
  - micro-ondes
  - cafetière et grille pain
- Coin repas
- WC indépendant



## T2

Superficie de 42 m<sup>2</sup>, côté rue.

- Chambre séparée avec lit 160, penderie et commode
- Salle d'eau avec douche et WC
- Cuisine équipée :
  - réfrigérateur congélateur
  - plaques de cuisson, hotte
  - four traditionnel
  - micro-ondes
  - cafetière, grille-pain et bouilloire
- Coin repas avec espace rangement
- Coin salon avec canapé convertible



Notre équipe vous guidera pour **trouver le logement idéal** pour chacun de nos curistes.

## De multiples solutions d'hébergement



Locations, camping, hôtels... vous trouverez la solution correspondante à vos envies.



Chez **Cœur Thermal** nous apportons une attention particulière à votre hébergement.

**Logeadox** vous propose des offres de location allant du studio au T3 situés à **proximité immédiate** des Thermes Bérot. C'est un service qui vous conseille en tenant compte de vos besoins et vous accompagne dans vos démarches.  
Tél : 05 58 90 41 29  
Email : [contact@logeadox.com](mailto:contact@logeadox.com)  
[www.logeadox.com](http://www.logeadox.com)



Amateurs de **nature** et de plein air, le **camping Le Bascat**\*\*\* vous accueille au cœur de son parc arboré proche de l'Adour.

Les emplacements, grand confort d'une superficie moyenne de 120 m<sup>2</sup> et les mobil-homes entièrement équipés vous séduiront. Découvrez les nombreuses balades à pied ou à vélo dans les Barthes de l'Adour depuis le camping.

Tél : 05 58 56 16 68

[www.campinglebascat.com](http://www.campinglebascat.com)



**Nos navettes** assurent la liaison entre votre lieu d'hébergement et notre établissement thermal (horaires sur demande).





## Infos pratiques



### Comment préparer votre cure ?

C'est **votre médecin traitant ou votre spécialiste** (rhumatologue ou angiologue) qui prescrit la cure en établissant une demande d'entente préalable.

Pour être valable toute l'année civile, la demande est à envoyer à votre caisse à partir du mois de janvier avec copie de votre avis d'imposition. Celle-ci vous adresse alors **un accord de prise en charge** dans un délai variable (1 à 2 mois).

Nous vous recommandons de **vérifier** votre prise en charge sur laquelle doivent figurer le cachet et la signature de votre caisse, la ou les orientations demandées, la mention "station de Dax".

### Combien de temps durent les soins ?

En comptant les périodes de repos nécessaires au bon déroulement de votre cure, la durée quotidienne des soins par orientation (phlébologie ou rhumatologie) se situe **entre 1<sup>h</sup>30 et 2<sup>h</sup>30**. Il faut compter environ une heure supplémentaire pour une double orientation (exemple : rhumatologie et phlébologie associées).

### Quelles sont les différentes étapes ?

Nous vous conseillons de procéder à vos réservations le plus tôt possible. Dans l'objectif de vous satisfaire au mieux, vous pouvez réserver vos dates de cure pour l'année suivante.

- 1. Je réserve mon logement.**
- 2. Je réserve ma cure** par courrier, téléphone ou sur notre site internet et je verse des **arrhes de 50 € par personne**. Nous vous confirmons par retour votre réservation.
- 3. Je prends rendez-vous avec un médecin thermal** (liste envoyée sur demande).

Si vous choisissez les mois de septembre et octobre qui sont les mois les plus "chargés" de l'année, nous vous conseillons de réserver dès que possible.

### Quels sont les horaires d'ouverture des thermes ?

Les soins sont dispensés le matin, du lundi au samedi y compris les jours fériés. Durant la haute saison, les soins peuvent être effectués en après-midi.

L'accueil est ouvert en semaine, la journée, pour toutes vos démarches administratives (renseignements, inscriptions, règlements...). Le dimanche est réservé à la planification de vos soins en respect de l'ordonnance médicale rédigée par le médecin thermal.

Notre établissement met tout en œuvre afin de concilier vos préférences et nos disponibilités pour que votre cure se déroule dans les meilleures conditions possibles.

### Que faut-il apporter comme linge ?

#### Il vous faut prévoir :

- deux maillots de bain,
- un bonnet de bain,
- des chaussures antidérapantes,
- une serviette éponge pour un confort supplémentaire.
- une tenue confortable si vous souhaitez pratiquer des activités physiques adaptées.

#### Le linge nécessaire aux soins vous sera fourni tous les jours, à savoir :

- un peignoir de bain,
- un drap après la douche qui suit le soin de boue,
- un drap pour la sudation (si ce soin est prescrit par le médecin thermal),
- un peignoir de bain supplémentaire en cas de double orientation.

Des chaussures antidérapantes, des bonnets, des peignoirs, des serviettes, des verres et des sacs sont en vente auprès de notre réception.

Afin de préserver au mieux notre environnement, nous vous offrons **un verre réutilisable**.



## Remboursement par les organismes sociaux ?

**Pour pouvoir être remboursée, la cure doit comporter impérativement les 18 jours de traitement. Elle ne peut être interrompue que sur avis médical.**

Dans ce cas et sur présentation d'un certificat médical, les soins seront remboursés à l'établissement thermal au prorata temporis.

La tarification des cures thermales a évolué à compter du 1<sup>er</sup> mars 2014 suite à une loi votée dans le cadre du financement de la Sécurité Sociale.

Les soins thermaux sont pris en charge par l'Assurance Maladie à 65 % sur la base du Tarif Forfaitaire de Responsabilité par orientation.

La différence entre le tarif pratiqué par l'établissement thermal et le remboursement accordé par l'Assurance maladie constitue le reste à charge du curiste ou de sa complémentaire santé.

Il est composé du ticket modérateur de 35% et d'un complément tarifaire fixé par la CNAM.

Ce dernier peut être ou non pris en charge selon le type de contrat souscrit auprès de la complémentaire santé.

Les caisses pratiquent le tiers-payant, si votre prise en charge est établie :

- **à 100%** : vous ne réglez que le complément tarifaire.
- **à 65%** : vous réglez les 35% et le complément tarifaire.

Dans tous les cas, une facture destinée à votre mutuelle vous sera délivrée.

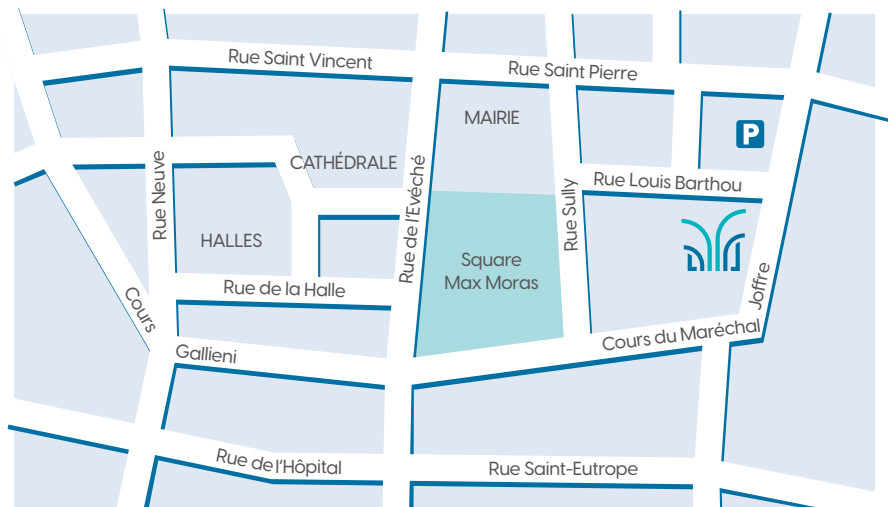
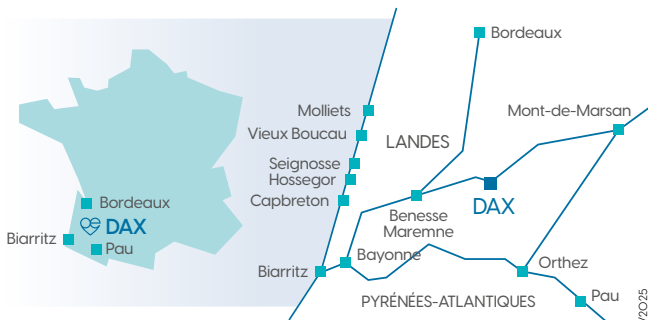
Les bénéficiaires de la CSS ne sont pas concernés par le paiement de ce complément tarifaire. L'attestation correspondante en cours de validité devra être présentée pour valider cette exonération.





## Se rendre à Dax :

- **En LGV Atlantique :**  
liaison Paris-Dax  
(environ 3<sup>h</sup>15)
- **En avion :** en atterrissant  
à Biarritz ou Pau  
(à 1<sup>h</sup> de Dax),  
ou Bordeaux  
(à 1<sup>h</sup>30 de Dax)



## Renseignements et réservations :

16, rue Louis Barthou - BP 156 - 40104 DAX Cedex

Email : thb@berot.com

Tél. : 05 58 90 40 00



Réservez votre cure sur [www.thermes-berot.com](http://www.thermes-berot.com)

Rejoignez-nous sur  [www.facebook.com/ThermesBerot](https://www.facebook.com/ThermesBerot)

sur  [thermesberotdax](https://www.instagram.com/thermesberotdax) et  [thermes\\_berot](https://www.youtube.com/thermes_berot)