



**THERMES
SARRAILH**

Les Bains de la Fontaine Chaude



Prenez soin de vous

D A X
L A N D E S

Bienvenue aux Thermes Sarrailh !

Fondé en 1870, l'établissement trouve sa place parmi les plus anciens de la cité thermale. Profitant d'un emplacement idéal, ce sont les seuls Thermes à se situer sur la place de la Fontaine Chaude, offrant ainsi aux curistes la possibilité de découvrir la ville à pied.

En fondant une pension, ensuite des bains et maintenant des Thermes, la famille Sarrailh perpétue et transmet son savoir-faire thermal à son personnel soignant, depuis 4 générations, tout en favorisant une approche simple et chaleureuse.

Et c'est tout ce qui donne son charme à l'établissement !



La certification Aquacert atteste que notre eau thermale est préservée dans son état de pureté originelle.

Notre objectif est simple :

faire de votre cure thermale, un séjour réussi !

Des valeurs ancrées dans le patrimoine landais



Simplicité, convivialité, générosité font la réputation du Sud-Ouest. Les Thermes Sarrailh, très attachés au territoire landais et à la culture gasconne, font honneur à ces valeurs !

Karine BRETTE - dirigeante des Thermes - et ses équipes ont su développer une vraie relation de confiance en tissant des liens forts avec leurs curistes.

Les Thermes Sarrailh se démarquent avec un sens de l'accueil chaleureux et une prise en charge personnalisée.

Des équipes au service de votre santé

Passionnée et à l'écoute, notre équipe de soignants se préoccupe de votre bien-être, en toute simplicité. Parce que les meilleurs résultats proviennent d'une approche globale entre savoir-faire, qualité des soins et accompagnement, nous nous engageons à **vous faire vivre une véritable expérience de soins, au cœur d'un territoire riche de tout !**



Les + des thermes



Parkings publics à proximité



Paiement échelonné de votre forfait hébergement



Chiens de petite taille acceptés

Le thermalisme au cœur de Dax

Les propriétés thérapeutiques de l'eau thermale et les bienfaits du péloïde de Dax sont largement reconnus à travers le monde.

Les Thermes Sarrailh disposent de différentes techniques de soins, propres au thermalisme dacquois, visant à améliorer votre état de santé et votre bien-être.



Sommaire

| | |
|--|----|
| Notre centre thermal | |
| Bienvenue aux Thermes Sarrailh ! | 2 |
| Le thermalisme au cœur de Dax | 3 |
| 18 jours pour se sentir mieux | |
| Cure thermale en rhumatologie | 6 |
| Cure thermale en phlébologie | 7 |
| Cure thermale en fibromyalgie | 8 |
| Cures du soir | 9 |
| Une bulle thermale pour se reconstruire | |
| Programme post-cancer du sein | 10 |
| Infos pratiques | |
| Les étapes pour réserver votre cure | 12 |
| Votre prise en charge | 13 |
| Thermalandes | |
| Nos soins et cures courtes ouverts à tous | 14 |
| Carte des soins | 16 |
| Nos solutions d'hébergement | |
| Hôtel Sarrailh ★★ | 18 |
| Hôtel Le Vascon ★★ | 19 |
| Résidence Bellevue | 20 |
| Services intégrés | |
| Restaurant & Animations | 21 |
| Patrimoine dacquois | |
| Pourquoi faire sa cure à Dax ? | 22 |
| Un héritage architectural | 23 |

Cure thermique en *rhumatologie*



La cure thermique en rhumatologie soulage les personnes souffrant de **douleurs vertébrales, rhumatismes, d'arthroses, d'arthroses de mains ou de pieds.**

Nos soins thermaux pour la rhumatologie :

- Application de péloïde locale multiple
- Compresse
- Douche au jet
- Sudation en cabine individuelle
- Étuve locale
- Douche à affusion
- Piscine d'évolution
- Douche à forte pression
- Douche sous-marine
- Aérobain ou hydromassage
- Douche d'eau thermique térébenthinée
- Massages

Journée type de votre cure

Les soins se déroulent du lundi au samedi, jours fériés inclus.

Suivant le type de cure, ils durent entre 1h30 et 2h.



Notre équipe vous accompagne pour :

- Vous aider à retrouver une mobilité sans douleurs
- Renforcer et entraîner vos articulations
- Réduire la douleur dans la durée
- Réduire la consommation de médicaments

| | | T.F.R.* | P.L.F.** |
|------------------------------------|-------------------------------------|------------------------|------------------------|
| Forfait RH1 | 72 soins | 534,75 € | 585,66 € |
| Forfait RH3 | 9 massages et 9 piscines + 54 soins | 609,77 € | 667,83 € |
| Double orientation RH + PHL | 72 séances RH + 36 séances PHL | Supplément de 247,62 € | Supplément de 271,20 € |

*Le Tarif Forfaitaire de Responsabilité (T.F.R.) sert de base de remboursement pour l'Assurance Maladie et votre mutuelle. **Le Prix Limite de Facturation (P.L.F.) correspond au T.F.R. + un complément non remboursable par l'Assurance Maladie. Il peut éventuellement être pris en charge par votre mutuelle. Le P.L.F. évolue tous les ans au 1^{er} mars. Les bénéficiaires de la CMU-C et de l'ACS sont exonérés du P.L.F.

Cure thermique en *phlébologie*



La cure thermique en phlébologie traite les pathologies douloureuses et gênantes telles que les **jambes lourdes, varices, ulcères veineux, thromboses veineuses, séquelles de phlébite, troubles vasculaires des extrémités...**

Nos soins thermaux pour la phlébologie :

- Couloir de marche en piscine thermique
- Aérobain ou hydromassage
- Pulvérisation des membres
- Compresse
- Bain carbogazeux
- Massages

Les bénéfices d'une cure thermique en phlébologie :

- Soulager et diminuer les douleurs et désagréments
- Revasculariser les zones traitées
- Améliorer le retour veineux et la circulation sanguine
- Favoriser la détente au quotidien
- Alléger le traitement traditionnel après la cure
- Réduire la consommation de médicaments

| | | T.F.R.* | P.L.F.** |
|------------------------------------|----------------------------|------------------------|------------------------|
| Forfait PL1 | 72 soins sans massages | 495,25 € | 542,40 € |
| Forfait PL3 | 9 massages + 63 soins | 572,74 € | 627,55 € |
| Double orientation PHL + RH | 72 soins PHL + 36 soins RH | Supplément de 267,37 € | Supplément de 292,82 € |

*Le Tarif Forfaitaire de Responsabilité (T.F.R.) sert de base de remboursement pour l'Assurance Maladie et votre mutuelle. **Le Prix Limite de Facturation (P.L.F.) correspond au T.F.R. + un complément non remboursable par l'Assurance Maladie. Il peut éventuellement être pris en charge par votre mutuelle. Le P.L.F. évolue tous les ans au 1^{er} mars. Les bénéficiaires de la CMU-C et de l'ACS sont exonérés du P.L.F.

Cure thermique en fibromyalgie



Pour les personnes atteintes de fibromyalgie, nous avons conçu une cure thermique spécialisée pour **soulager les douleurs musculaires et articulaires, troubles du sommeil, troubles de l'humeur...**

Nos soins thermaux pour la fibromyalgie :

- Application de péloïde avec sudation
- Douche sous-marine
- Douche d'eau thermique térébenthinée
- Étuve locale
- Douche au jet
- Douche à forte pression
- Aérobain ou hydromassage
- Mobilisation en piscine thermique

Les soins administrés sont les mêmes que ceux de la rhumatologie, adaptés à la symptomatologie des patients fibromyalgiques.

Notre accompagnement vous permettra de

- Soulager les tensions musculaires et atténuer les douleurs
- Réduire le stress et l'anxiété
- Reprendre une activité physique en douceur
- Favoriser la qualité du sommeil
- Réduire la consommation de médicaments

| | | T.F.R.* | P.L.F.** |
|-------------|-------------------------------------|----------|----------|
| Forfait RH1 | 72 soins | 534,75 € | 585,66 € |
| Forfait RH3 | 9 massages et 9 piscines + 54 soins | 609,77 € | 667,83 € |

*Le Tarif Forfaitaire de Responsabilité (T.F.R.) sert de base de remboursement pour l'Assurance Maladie et votre mutuelle. **Le Prix Limite de Facturation (P.L.F.) correspond au T.F.R. + un complément non remboursable par l'Assurance Maladie. Il peut éventuellement être pris en charge par votre mutuelle. Le P.L.F. évolue tous les ans au 1^{er} mars. Les bénéficiaires de la CMU-C et de l'ACS sont exonérés du P.L.F.

Cures du soir

Pour les personnes actives qui ne peuvent pas toujours concilier vie professionnelle et cure thermique, nous avons mis en place les cures du soir, adaptées à leurs contraintes horaires.

3 semaines
de 6 jours

Tous les jours
du lundi
au samedi

Tous les soirs
entre 16h30
et 21h30

Des soins quotidiens de deux à trois heures - selon les spécialités Rhumatologie et/ou Phlébologie - seront dispensés sur des créneaux de fin de journée.



Retrouvez les dates des prochaines sessions sur thermes-sarrailh.fr

Programme post-cancer du sein

Intervention chirurgicale, radiothérapie ou chimiothérapie laissent des traces au corps et à l'esprit.

Les Thermes Sarrailh proposent une cure thermique spécialement adaptée aux personnes en rémission d'un cancer du sein depuis 1 an et ayant finalisé tous leurs traitements, pour soulager les douleurs post-cancer, mais aussi **pour les aider à se reconstruire et limiter le risque de récurrence.**

Un programme complet et adapté



Aider la cicatrisation

L'eau thermale utilisée dans les soins thermaux améliore la qualité de la peau et sa cicatrisation



Retrouver une forme physique

Les ateliers seront dispensés par un coach sportif pour permettre de lutter contre la fatigue et la sédentarité



Rééquilibrer son métabolisme

Des conseils diététiques seront donnés dans le but de retrouver une alimentation plus saine



Se recentrer sur soi

Des temps d'écoute et de partage sont prévus pour échanger à propos de problématiques rencontrées



S'aimer à nouveau

Des soins esthétiques et bien-être permettront de reprendre confiance en soi

Le matin

Soins thermaux

L'après-midi

Ateliers collectifs

Temps d'échange

Conseils pratiques

Intimité en petit groupe

8 personnes maximum :

- Meilleur suivi personnalisé
- Qualité d'écoute
- Accueil privilégié

Équipe pluridisciplinaire

- Médecin thermal
- Coach sportif
- Diététicienne
- Psychologue
- Équipe thermale
- Infirmière thermale
- Socio-esthéticienne

Pensez-y lors de votre cure !

- Une tenue de sport, un maillot de bain, un bonnet, des sandales anti-dérapantes
- Une gourde
- Vos 2 prises en charges validées
- Votre **certificat de rémission**
- Formulaire (Cerfa) de prescription de cure thermique complété avec votre médecin



Les étapes pour votre prise en charge



Votre programme post-cancer du sein doit obligatoirement s'inclure dans une cure thermique conventionnée, en Rhumatologie ou Phlébologie.

Cure thermique conventionnée « classique »

Programme Post-cancer du sein
700 € (dont 350 € remboursés*)

🕒 18 jours ou 🕒 12 jours

Lors de votre réservation, précisez la durée.

* Par l'Assurance Maladie.



Retrouvez plus d'infos sur la cure et les dates des prochaines sessions sur thermes-sarrailh.fr

Les étapes pour réserver votre cure

1 Consulter votre médecin traitant



Votre médecin devra vous fournir une prescription de prise en charge de cure, en fonction de votre état de santé, sur laquelle figurera l'orientation thérapeutique (rhumatologie, phlébologie) et la station thermale recommandée pour votre pathologie. Pour les cures post-cancer du sein votre médecin vous donnera le formulaire de prescription à titre expérimental.

Remplir les rubriques vous concernant, pour étudier vos droits éventuels.

+ Adressez le(s) formulaire(s) à votre caisse d'assurance maladie.

Retour sur votre prise en charge dans un délai de 1 mois

Réserver votre cure thermale

Avant de chercher votre hébergement, réservez votre cure, le plus tôt possible :

- **sur notre site internet** thermes-sarraulh.fr en remplissant le formulaire de réservation
- **par téléphone** au 05 58 74 10 35
- **par mail** à l'adresse contact@thermes-sarraulh.fr

Venir en cure

- Prendre RDV avec un médecin thermal avant votre arrivée.
- Rassemblez les documents à présenter sur place :
 - Carte Vitale
 - Volets 1 et 2 de votre prise en charge
 - Prescription de votre médecin
 - Vos radios et/ou dernières analyses sanguines

À savoir !

La saison thermale débute généralement début mars et se termine mi-décembre.

À mettre dans votre sac de cure :

- Sandales anti-dérapantes
- Bonnet de bain
- Maillot de bain

Votre prise en charge



Votre cure thermale

- Pour une cure par an
 - 65 % du Tarif Forfaitaire de Responsabilité
 - ou 100 % en cas d'exonération du ticket modérateur (hors complément tarifaire)



Vos frais médicaux

- 3 visites obligatoires avec le médecin thermal
 - 70 % sur la base des tarifs conventionnels
 - ou 100 % de ce tarif en cas d'exonération du ticket modérateur



Vos frais d'hébergement et de transport

Les frais d'hébergement et de transport peuvent être partiellement pris en charge si votre situation financière est inférieure au plafond de ressources déterminé par l'assurance maladie

Pour bénéficier du remboursement de vos frais d'hébergement et de transport, vous devez adresser à votre caisse d'assurance maladie, au retour de votre cure, le volet 3 du formulaire de prise en charge ainsi que les justificatifs de transport



Sans vos justificatifs de prise en charge votre cure vous sera facturée en entier

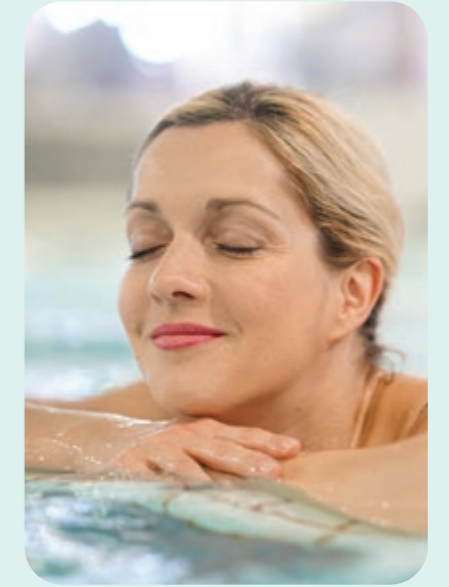
Soins et cures courtes



THERMALANDES

Vivez une expérience ressourçante, sur de courtes périodes, grâce aux mini-cures de notre gamme Thermalandes.

Ouverts à tous



À votre rythme

- Carte Thermalandes

Le matin, l'après-midi ou en soirée, profitez de **14 soins thermaux** inclus dans notre nouvelle carte Thermalandes valable une saison :

- **6 douches** décontracturantes
- **6 bains landais** à la térébenthine avec chromathérapie
- **2 massages** de 30 minutes

À la découverte du thermalisme

- Détente découverte

3 jours pour découvrir les bienfaits du thermalisme dacquois !

Vivez une expérience exceptionnelle en profitant de **6 soins thermaux** de votre choix*.



6 jours de cure pour vous détendre

- Prévention santé 18 soins

Profitez de **18 soins thermaux** au choix* (hors boue et massage) pendant **6 jours** continus pour agir sur vos premiers signes de douleur !

- Prévention santé 24 soins

24 soins thermaux au choix* pendant **une semaine** pour agir sur votre santé et améliorer votre bien-être quotidien grâce aux vertues médicinales de la boue de Dax.

- Jambes légères

Repartez du bon pied grâce à la cure courte « Jambes légères » ! Composée de **30 soins thermaux** au choix* sur **6 jours**, cette mini-cure vise à combattre la sensation de jambes lourdes, mal de dos, mauvaise circulation sanguine, pour retrouver légèreté et finesse dont vous avez besoin !

* Carte des soins : voir page 16



Carte des soins

Nos soins thermaux

• Application de péloïde avec sudation

L'application de la boue sur les zones à traiter procure un effet décontractant et antalgique



• Douche au jet

Ce soin massant aide à assouplir et stimuler certaines zones du corps grâce aux jets



• Douche sous-marine

L'eau thermale utilisée pour ce soin dégage un effet apaisant sur tout le corps

• Douche à forte pression

Le jet à forte pression a l'effet d'un massage et détend les muscles

• Douche d'eau thermale térébenthinée

La térébenthine procure un effet antalgique et anti-inflammatoire

• Aérobain ou hydromassage

Soin relaxant et décontractant en baignoire individuelle avec jets d'eau thermale et bulles d'air

• Étuve locale

Cet appareil fournit de la vapeur d'eau thermale pour les mains et les pieds

• Mobilisation en piscine thermale

Les exercices effectués dans la piscine permettent de retrouver une souplesse articulaire

• Compresses

Des compresses imbibées d'eau thermale sont appliquées sur les zones à traiter en fonction de la prescription médicale

• Sudation en cabine individuelle

L'action antalgique de ce soin permet d'améliorer la mobilité

• Douche à affusion

Les multiples jets d'eau fins agissent comme un massage sédatif et relaxant

• Bain carbogazeux

Immersion des membres inférieurs dans une eau thermale saturée en gaz carbonique. Diminution des œdèmes et amélioration du retour veineux

• Pulvérisation des membres

La pulvérisation de jets assouplit les tissus cutanés et réduit l'infiltration cellulitique

• Couloir de marche en piscine thermale

La déambulation dans l'eau à 28°C accentue le retour veineux



Nos soins détente

Les incontournables

• Les rendez-vous zen d'Isa

Différents ateliers sont proposés pour reprendre confiance en soi

• Bain landais à la térébenthine avec chromathérapie

Combinant les vertus de l'essence de térébenthine et l'eau thermale de Dax, ce soin procure un effet hydratant, relaxant et antalgique

• Kinésiologie

Ces soins énergétiques permettent d'équilibrer des blocages identifiés et agir sur diverses problématiques

• Séance d'aquagym

La pression de l'eau évite les chocs et minimise les risques de courbatures, procurant une sensation de légèreté dans tout le corps

• Réflexologie plantaire

Ce massage d'origine chinoise active le processus d'autoguérison du corps grâce à des pressions sur le pied. Il améliore la qualité de vie des personnes atteintes de maladies chroniques et permet une baisse de l'anxiété

Les modelages

• Massage Amma'assis

Ce soin profond calme, élimine le stress, la fatigue, les douleurs musculaires et favorise le sommeil

• Modelage californien

Plus que relaxant, ce massage vise une profonde détente physique et psychique à l'aide de longs effleurages doux et puissants sur tout le corps

• Modelage drainant

La stimulation de la circulation sanguine permet de soulager les inflammations

• Modelage polynésien

De la tête aux pieds ce massage énergisant dissipe les tensions pour un lâcher-prise immédiat

• Modelage aux pierres chaudes

Les galets de basalte chauffés au bain-marie dégagent une sensation de bien-être

• Modelage Crânien

Il réduit le stress, augmente la concentration, la mémoire. Il lutte contre l'insomnie et aide à soulager les maux de têtes.

Nos soins esthétiques pour tous

Pour votre peau

• Soins du visage 60 ou 90 min

Adapté à votre type de peau, ce soin redonne tonus et vitalité, repulpe les rides, éclaircit le teint, détoxifie et raffermi la peau tout en hydratant en profondeur. Soin mené avec des produits bio.

• Soins pieds ou mains 30 ou 45 min

Un protocole professionnel complet qui entretient vos ongles des pieds ou des mains : coupe, limage, traitement des cuticules, application d'une crème nourrissante et d'un vernis transparent pour parfaire la beauté de vos pieds ou mains

• Épilation du visage

Pour une peau lisse et douce, notre cire chaude enlève tous les poils disgracieux et dérangeants du visage

• Pressothérapie

Minceur, beauté et bien-être sont les bienfaits de cette technique de massage

Pour votre corps

• Soins amincissant 30 min

Combinant un massage « palper-rouler » manuel, des ultrasons et des produits amincissants, ce soin vise à affiner la silhouette

• Soins Jambes légères

Application d'un soin en massage pour atténuer les problèmes de circulation veineuse et lymphatique, vous procurant une sensation de légèreté

Pour vos ongles

• Manucure complète

Ce soin est destiné à embellir vos mains grâce à la pose de vernis semi-permanent

• Manucure express

Coupe, limage, traitement des cuticules



Retrouvez plus d'infos sur thermes-sarrailh.fr

Hôtel Sarrailh ★★



39 chambres - Tout confort



L'hôtel Sarrailh vous accueille dans son établissement, où règne une ambiance chaleureuse et amicale.

Les chambres

Accès direct aux Thermes par l'intérieur

- Accessibilité aux personnes à mobilité réduite
- Vue sur la Fontaine Chaude ou sur le jardin intérieur
- Avec ou sans balcon
- Grand lit ou lits jumeaux
- Salle de bain avec douche et WC

Les équipements

- Télévision écran plat
- Wifi gratuit
- Téléphone



Hôtel Le Vascon ★★



25 chambres - Climatisation sur demande



L'hôtel Le Vascon vous offre un moment apaisant, dans un cocon de convivialité

Les chambres

Accès direct aux Thermes par l'intérieur

- Vue sur la Fontaine Chaude ou sur le jardin intérieur
- Avec ou sans balcon
- Grand lit ou lits jumeaux
- Salle de bain avec douche et WC

Les équipements

- Climatisation sur demande
- Télévision écran plat
- Wifi gratuit
- Téléphone
- Sèche-cheveux
- Coffre à la réception
- Bibliothèque au salon
- Possibilité de petit-déjeuner en chambre



Résidence Bellevue

Studios et T2 tout équipés avec kitchenette



05 58 74 10 35

06 38 43 72 92

La Résidence Bellevue vous propose plusieurs studios et T2 à louer, au centre-ville de Dax.

Les appartements

Accès direct aux Thermes par l'intérieur

- Vue sur la Place Thiers ou le jardin d'intérieur
- Avec ou sans balcon
- Grand lit ou lits jumeaux
- Salle de bain avec douche et WC

Les équipements

- Télévision
- Wifi gratuit
- Téléphone
- Sèche-cheveux
- Linge de toilette
- Tables
- **Ménage** : une fois par semaine et en fin de cure



Restaurant & Animations



Pendant votre séjour, dégustez une cuisine familiale et traditionnelle, dans un cadre chaleureux et convivial.

Toutes les saveurs du Sud-Ouest sont au rendez-vous

Horaires

- **Petit déjeuner** : à partir de 7h (sauf le dimanche, à partir de 8h)
- **Déjeuner** : 12h
- **Dîner** : 19h

Exemples de plats

- **Entrées**
 - Salade gourmande
 - Verrine d'avocat
 - Camembert rôti...
- **Plats**
 - Magret de canard / Pommes sautées
 - Filet de lieu / Petits légumes, semoule
 - Carré d'agneau / Flageolets...
- **Desserts**
 - Pastis landais / Crème anglaise
 - Pomme au four / Caramel
 - Œufs au lait...



Activités pendant votre séjour

- Loto
- Aquagym : 2 fois par semaine
- Expositions...

Pourquoi faire sa cure à Dax ?

Le thermalisme au cœur de la ville



Des vertus ancestrales

La réputation de la cité thermale s'est construite autour de la légende du « chien du légionnaire ».

Un romain en garnison à Dax dut se résoudre à noyer son chien plein de rhumatismes, en le jetant dans l'Adour. Quelques années plus tard, il le retrouva guéri grâce aux vertus thérapeutiques de la boue thermale du bord du fleuve combinées à la chaleur de l'eau.

Ce fut la découverte de ce médicament naturel, appelé le péloïde de Dax.

Une ville gourmande et festive

La gastronomie occupe une place de choix dans l'art de vivre landais

Vous pourrez déguster foies gras et confits, canards landais, bœufs de Chalosse, asperges, fruits de mer, kiwis, jambon de Bayonne, piments d'Espelette... accompagnés de vins locaux et régionaux.

Des événements festifs rythment la saison thermale

Les incontournables Férias de Dax, le Festival « Toros y Salsa »... sont des événements dans lesquels vous pourrez voir toutes nos traditions landaises réunies.

Un héritage architectural

La cathédrale de Dax



Le parc du Sarrat



Les arènes



Le Musée de Borda



Les remparts Gallo-Romains



**THERMES
SARRAILH**

Les Bains de la Fontaine Chaude



**Vivez une expérience
thermale inoubliable**

Thermes SARRAILH

📍 11 place de la Fontaine Chaude 40100 DAX

☎ 05 58 74 10 35

✉ contact@thermes-sarrailh.fr

thermes-sarrailh.fr

