



Claquettes & bonnet de bain



LE GUIDE PRATIQUE DE LA CURE

Balaruc
les Bains
EAU THERMALE

CURE THERMALE EN RHUMATOLOGIE ET PHLÉBOLOGIE

Cher(e) curiste, bienvenue au coeur de l'eau !

Vous débutez prochainement votre cure au sein de notre établissement thermal et l'ensemble de nos équipes a hâte de vous faire découvrir et de vous prodiguer les soins que vous attendez pour soulager vos douleurs, vous accorder le moment thermal dédié à votre santé.

Nous vous proposons un guide pratique et convivial qui, grâce à ses conseils, vous permettra de débiter votre cure en toute sérénité. Il vient compléter les échanges avec les agents thermaux que vous rencontrerez dès votre arrivée.

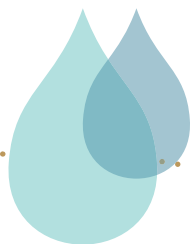
Dans ce guide, vous pourrez également découvrir les activités santé que nous vous conseillons pour une efficacité de soins plus complète et durable.

En tant que curiste, vous faites désormais partie du club de Balaruc-les-Bains et vous allez pouvoir profiter d'un certain nombre d'avantages pendant votre cure, à notre spa thermal O'balia ou dans la boutique de notre marque de soin dermatologique Balaruc-les-Bains.


Au plaisir de vous rencontrer pendant votre séjour, dans notre lieu d'échange et de vie qu'est l'établissement thermal. Je vous souhaite au nom de toute l'équipe, un excellent séjour de santé parmi nous !

Bien à vous,

Paul-François Houvion,
Directeur général



SOMMAIRE

- 
- P.4-5 Les derniers préparatifs avant votre cure
 - P.6-7 Prenez rendez-vous avec votre Médecin Thermal
 - P.8-9 Dès votre arrivée
Les rencontres «Primo curiste»
 - P.10-11 Les recommandations de tenue et accessoires
 - P.12-13 Votre parcours de soin
 - P.14 Le petit café, les animations
 - P.15-23 Bien vous orienter dans l'établissement
 - P.24 Les conseils malins pour vos soins
 - P.25 Votre cure en toute sécurité
 - P.26-27 Une équipe dédiée à vos soins
 - P.28 À la fin de la cure
 - P.29 Votre satisfaction
 - P.30 Devenez ambassadeur de la cure
 - P.31 Le club des amis
 - P.32 Les activités santé
 - P.33 Les Escales Thermales
 - P.34-35 Votre séjour avec Balaruc Tourisme
 - P.36-37 Venir à Balaruc-les-Bains
 - P.38-39 Plan de Balaruc-les-Bains
 - P.40 Renseignements et téléphones utiles



Les derniers préparatifs avant votre cure

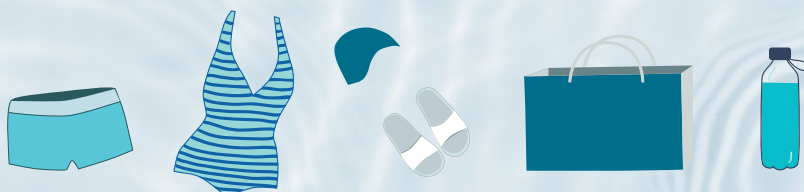
Avant de débuter votre cure, prenez rendez-vous avec un médecin thermal de la station. (liste pages 6-7)

Rassemblez tous les documents dont vous aurez besoin sur place si vous n'avez pas déjà complété votre dossier avant votre arrivée :

- Le courrier de confirmation de réservation
- La prise en charge de votre caisse d'assurance maladie (en cas de non présentation de celle-ci, un chèque de la totalité du forfait thermal vous sera demandé et encaissé)
- L'attestation de droits de votre régime d'assurance maladie
- La carte de mutuelle ou la prise en charge de votre mutuelle si celle-ci a un accord de convention avec notre établissement
- Préparez le nom et coordonnées de votre médecin prescripteur qui devront être communiqués à l'hôtesse au moment de l'inscription
- Un moyen de paiement

Glissez dans votre valise

- Un maillot de bain pour les femmes et un slip de bain pour les hommes
- Un bonnet de bain
- Une paire de sandales antidérapantes et neuves
- Rapportez votre sac de cure Balarcuc-les-Bains ou un sac aux dimensions maximales suivantes
Longueur : 56 cm, Largeur : 35 cm, Hauteur : 30 cm
- Une gourde



Votre journée de cure

Les soins se déroulent du lundi au samedi,
jours fériés inclus (pas de soins le dimanche).

Suivant l'orientation thérapeutique, **ils durent entre 1h30 et 2h.**

Votre planning de soins est établi à votre arrivée,
en fonction de la prescription du médecin thermal.

Maiia

Facilitez votre inscription en vous connectant sur

www.maiia.com

et en prenant rendez-vous avec une conseillère
de l'établissement thermal.

Finis l'attente, tout est prévu avant votre arrivée !



Prenez rendez-vous avec votre médecin thermal

Liste des médecins

Dr AIDER Fazia

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

C.E.S. de rhumatologie. Capacité d'hydrologie et de climatologie médicale.

Résidence L'Apolloïde - 11 rue Montgolfier

04 67 48 75 75

Prenez rdv sur www.maïia.com

Dr ATTAL Alain

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Qualifié en médecine thermique.

Résidence des Bains (RDC).

Passage des Bains

04 67 48 92 67

Dr AYED Sonia

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Capacité d'Hydrologie et de Climatologie médicale - DU de Nutrition, Orientation homéopathie

Résidence du Parc - 16, av. Pasteur

04 67 53 51 73 ✉ sonia.ayed@hotmail.fr

Prenez rdv sur www.doctolib.fr

Dr BARBRY-QUEUDOT Béatrice

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Capacité d'Hydrologie et de Climatologie Médicales.

Allée des Sources

04 67 48 80 11

Dr BERNARD BIZOS Laurence

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

DIU Pratique médicale en station thermale

Résidence du Parc - 18 avenue Pasteur

04 67 43 27 51

Dr CARBONNEL Régis

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Capacité d'hydrologie et de climatologie médicale. Capacité de biologie et de médecine du sport. DIU de médecine manuelle - ostéopathie. DIU de mésothérapie. DIU de médecine morphologique et anti-âge. Orientation

acupuncture - homéopathie.

Résidence Le Parc - 18 avenue Pasteur

04 67 48 81 14 ✉ r.carbonnel@orange.fr

Dr COHEN Brigitte

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Qualifiée en médecine thermique. Attestation Nationale d'Hydrologie et de Climatologie Médicales.

Résidence l'Apolloïde - 11 rue Montgolfier

04 67 48 75 75

✉ brigittecohen@wanadoo.fr

Internet : brigitte.cohen.docvadis.fr

Prenez rdv sur www.maïia.com

Dr CRISTIANI Pierre

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Résidence du parc - 18 avenue pasteur

04 67 43 27 51

✉ medecine.thermale.leparc@gmail.com

Dr CROS Paul

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Qualifié en médecine thermique.

Résidence Le Sévigné Thermal

Passage des Bains

04 67 48 50 29 - Fax 04 67 43 99 85

Dr DAPOIGNY Jennifer

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Capacité d'hydrologie et de climatologie.

Résidence Lou Biau - Hall 4

19 avenue des Thermes Athéna

04 67 48 82 10

✉ dr.lenoirdapoigny@gmail.com

Dr DELOISON Claire

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Qualifiée en médecine thermique.

Capacité de médecine du sport.

Résidence Lou Biau - Hall 4.

19 avenue des Thermes Athéna

04 67 48 82 10

✉ dr-delouison.claire@hotmail.com





Prenez rdv sur www.maiaa.com

Dr DESFOUR Hugues

THERMALISTE RHUMATOLOGUE

Qualifié en médecine thermale.

Résidence du Parc - 14, Avenue Pasteur

04 67 48 50 63 ✉ hugues.desfour@orange.fr

Dr FAOUR Imad

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

DIU Pratique médicale en station thermale.

19, Avenue des Thermes Athéna

04 67 48 50 01 ✉ fimad@wanadoo.fr

Dr GAZANHES-JUAN Sylvie

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Capacité en médecine thermale. Capacité d'hydrologie et de climatologie.

Résidence Le Sévigné Thermal

Passage des Bains

04 67 48 51 88

Dr GOURDON Héléne

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

DIU Pratique médicale en station thermale.

Résidence du Parc - 14, Avenue Pasteur

04 67 48 50 63 ✉ helene.larnac@gmail.com

Dr JIMENEZ Nicolas

THERMALISTE GENERALISTE

Qualifié en médecine thermale.

Résidence Sévigné 1 - 1 avenue Pasteur

04 67 48 00 67

dr.jimenez.nicolas@orange.fr

Prenez rdv sur www.cabinetbalaruc.fr

DR JOURDAN Christophe

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Capacité de Biologie et de Médecine du Sport.

Résidence Le Sévigné Thermal

Passage des Bains

04 67 78 27 65

✉ drjourdan.christophe@gmail.com

Dr LE CAR Fabrice

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Capacité d'hydrologie et de climatologie.

Résidence Isis - 270 avenue des Hespérides

04 67 48 65 95

✉ dr-lecar-balaruc@sfr.fr

Dr LENOIR Philippe

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

DIU Pratique médicale en station thermale -

DU alimentation santé et micronutrition.

Résidence Lou Biau - Hall 4

19, avenue des Thermes Athéna

04 67 48 82 10

✉ dr.lenoirdapoigny@gmail.com

Dr MALKANI Pierre-Marie

Successor du Dr Véronique

TORRES-MARTI

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Qualifié en Médecine thermale.

16, avenue Pasteur

04 67 53 51 73

prise de rdv possible sur doctolib.fr

Dr MARY Jérôme

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

19, Avenue des Thermes Athéna

04 67 48 50 01

✉ jeromemary@free.fr

Dr RIVALLAND-LENTZ Christine

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Qualifiée en médecine thermale.

Résidence du Parc - 18 avenue Pasteur

04 67 43 27 51

DR REZKALLAH Mansour

THERMALISTE GÉNÉRALISTE

Qualifiée en médecine thermale.

Résidence l'Apolloïde 11 Rue Montgolfier

34540 BALARUC-LES-BAINS

04 67 48 75 75 / 07 62 33 04 21

Dès votre arrivée

Vous avez rendez-vous avec le médecin thermal

Les cabinets des médecins thermaux se trouvent à l'extérieur de l'établissement thermal.

Le médecin prescrit le type de soins dont vous avez besoin, en fonction de votre prise en charge.

Vous devez lui remettre le volet le concernant. Il est nécessaire d'être en possession de votre prise en charge et de votre carte vitale.

À l'issue de votre consultation, une fois votre ordonnance de soins thermaux effectuée, rendez-vous à l'accueil des Thermes.

Nous nous attachons à la qualité de votre suivi médical :

Afin d'assurer la meilleure prise en soin possible et que votre séjour se déroule dans les meilleures conditions, nous vous encourageons à indiquer à votre médecin thermal tous problèmes de santé, traitements spécifiques, antécédents médicaux vous concernant.



Vous vous présentez à l'accueil de l'établissement thermal

Vous avez pris rendez-vous sur www.maiia.com ? **Maiia**

Vous vous présentez à l'établissement thermal 5 minutes avant votre rendez-vous muni du sms indiquant votre guichet d'accueil. Votre nom apparaît directement à l'heure de votre rendez-vous.

- Une hôtesse vous accueille pour finaliser votre inscription.
- Vous remettez les pièces vous permettant de compléter votre dossier
- Vous réglez votre cure avant son démarrage.
- À l'issue de votre inscription, votre carte de cure vous est remise avec l'ensemble des soins pour la période de 18 jours planifié, en fonction de votre traitement thermal.
- L'hôtesse vous remet également votre bracelet qui vous permettra d'entrer et de sortir de la zone de soin et d'utiliser le vestiaire automatique.



Vous venez en cure pour la première fois ?

À votre arrivée, vous pourrez participer aux **rencontres primocuristes** qui se déroulent sur la journée du lundi, premier jour de votre cure. Véritable moment d'échange et de convivialité, vous bénéficierez d'explications sur le déroulement des soins, mais aussi d'informations pour bien comprendre votre planning de cure, ou vous orienter dans l'établissement.

Nos équipes se mobilisent et vous prodiguent des conseils pour une cure en toute sérénité.

Les recommandations pour une cure fashion victim

Tenue, accessoires, soyez au top pour vos soins !

La tenue tendance :

Le sac de cure pour le vestiaire (dimensions 56(l)x35(L)x30(h) cm maximum).

L'indispensable **maillot de bain** (idéalement en deux exemplaires pour en changer après le soin d'application de boue). Messieurs, vous avez le choix entre le slip ou le boxer de bain.

Les claquettes, elles sont neuves, antidérapantes, vous les avez choisies spécialement car elles s'accordent avec votre maillot de cure et elles ne seront utilisées pendant votre séjour que dans les thermes !

Le bonnet de bain, c'est l'accessoire de mode qui fait votre différence. Mesdames, un seul mot d'ordre : lâchez-vous ! On adore ! Multicolore, à pompons, assorti à votre tenue...

Messieurs, on est plus classique côté bonnet, mais on mise tout sur le maillot.





Chaque jour, un peignoir et une serviette vous sont fournis à votre arrivée. (Un 2^{ème} peignoir peut-être demandé dans le cas de la double orientation sur présentation du planning de cure).

On évite :

De porter des effets personnels de valeur pour éviter de les perdre pendant les soins.

En terme de maillots, les burkinis et shorts de bain ne sont pas autorisés.

En vente à la boutique !
TOP TENDANCE, reines du shopping
PACK CURISTE SANDALES + BONNET À PARTIR DE 15 €



Votre parcours de soin

À votre arrivée, votre planning de cure vous est remis à partir de la prescription médicale et en fonction des disponibilités au moment de votre inscription.

Nous vous invitons à le consulter précisément chaque jour car les horaires de vos soins peuvent varier d'un jour à l'autre.

Votre planning de soins se lit de gauche à droite

Horaires d'entrée au vestiaire	Horaires des soins	Soins	
7h45	8h00	ILLUTATION BOUE	



Votre cure thermale est de 18 jours.

Chaque jour, vous bénéficiez des soins qui sont prescrits par votre médecin thermal.

Ces soins ne peuvent être modifiés sans qu'il ne soit consulté.

Si pendant votre séjour, une consultation avec votre médecin thermal donne lieu à une modification de vos soins, nous vous invitons à vous rendre à l'espace accueil réservation afin que votre planning de cure soit mis à jour.



Étage	Secteur	Espace attente
3	C	C1





Le petit café

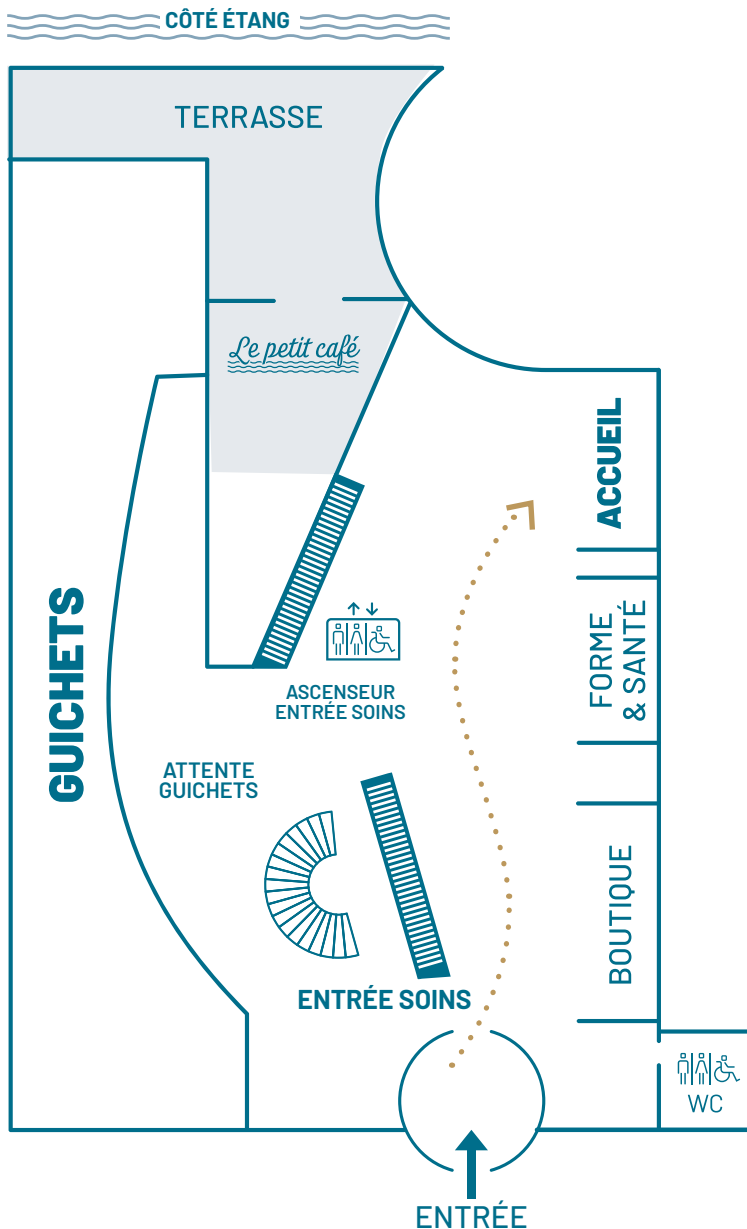
Un petit café avant de commencer ou après vos soins ? Prenez le temps de déguster un café, un thé, un smoothie ou des viennoiseries en contemplant le mont St Clair qui se reflète dans l'étang de Thau.

Tout au long de l'année, profitez des animations (ateliers d'écriture, animations musicales, dégustations et expositions etc.) qui se déroulent au cœur de thermes pour partager un moment en toute convivialité.

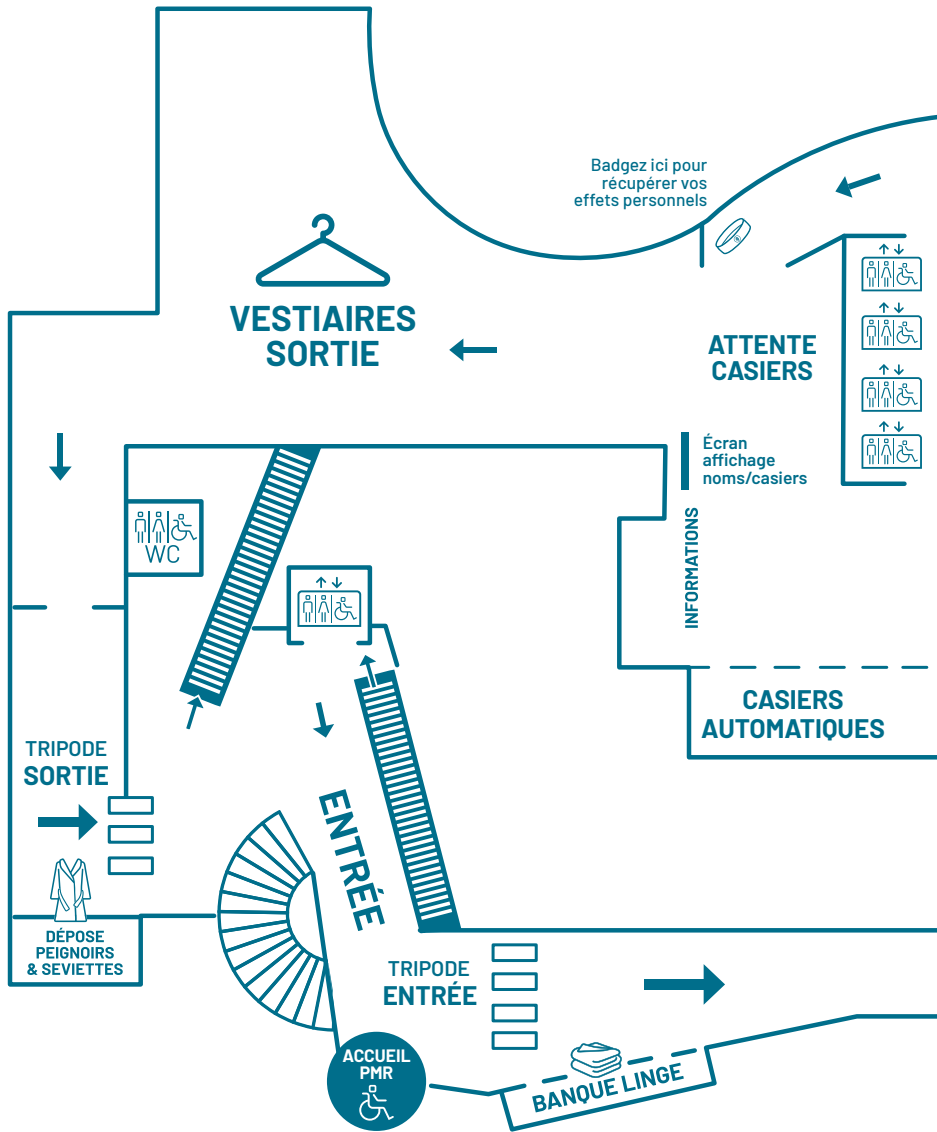
Bien vous orienter dans l'établissement

RDC, Hall d'accueil

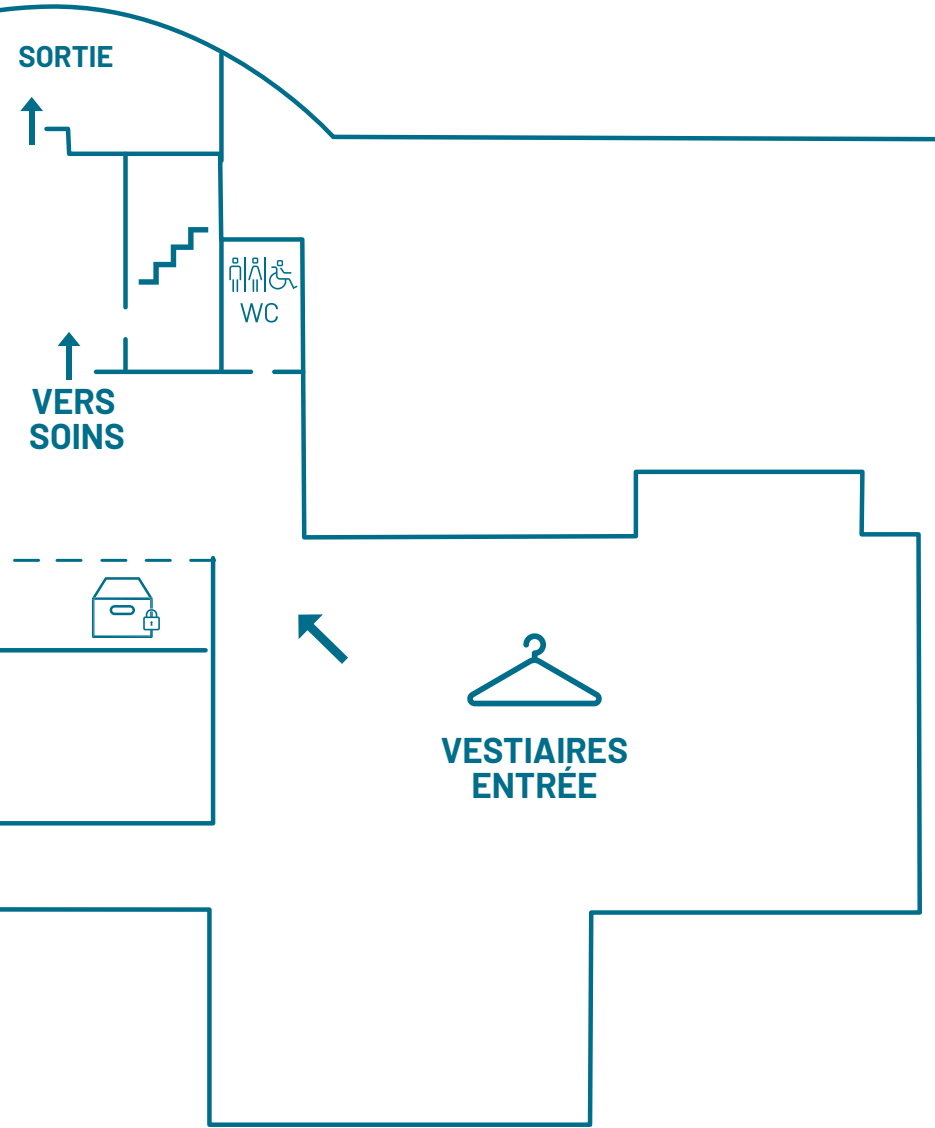
Guichets, café, boutique, espace forme et santé



1^{er} étage Vestiaires



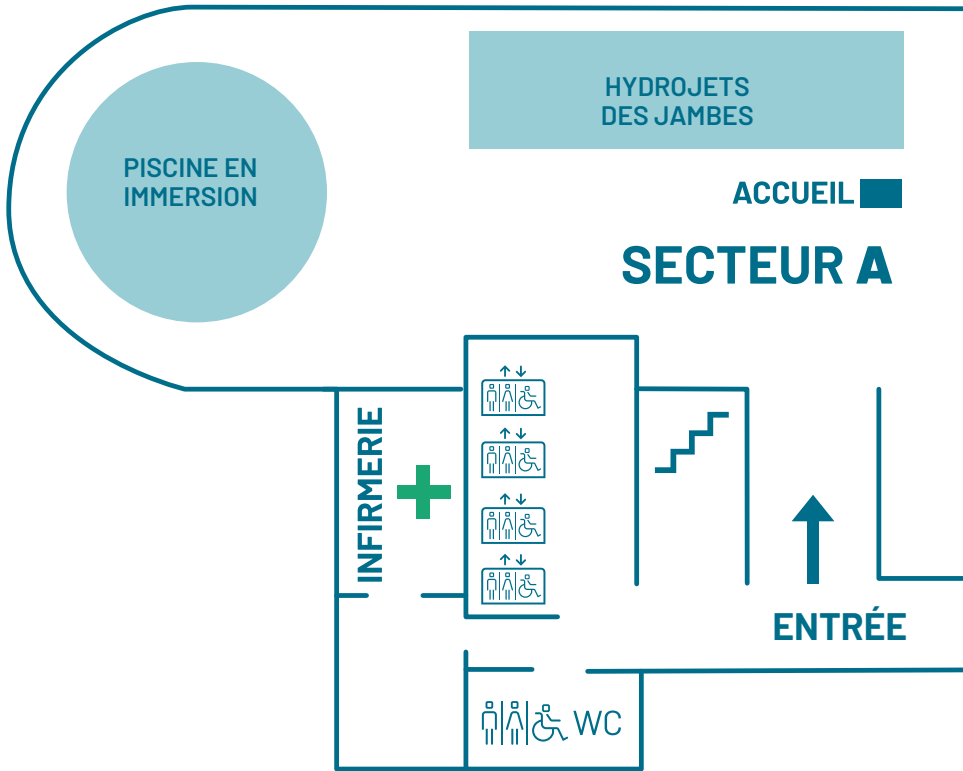
≡≡≡ CÔTÉ ÉTANG ≡≡≡



RDC Bassins - secteurs A et B

RHUMATOLOGIE - PHLÉBOLOGIE

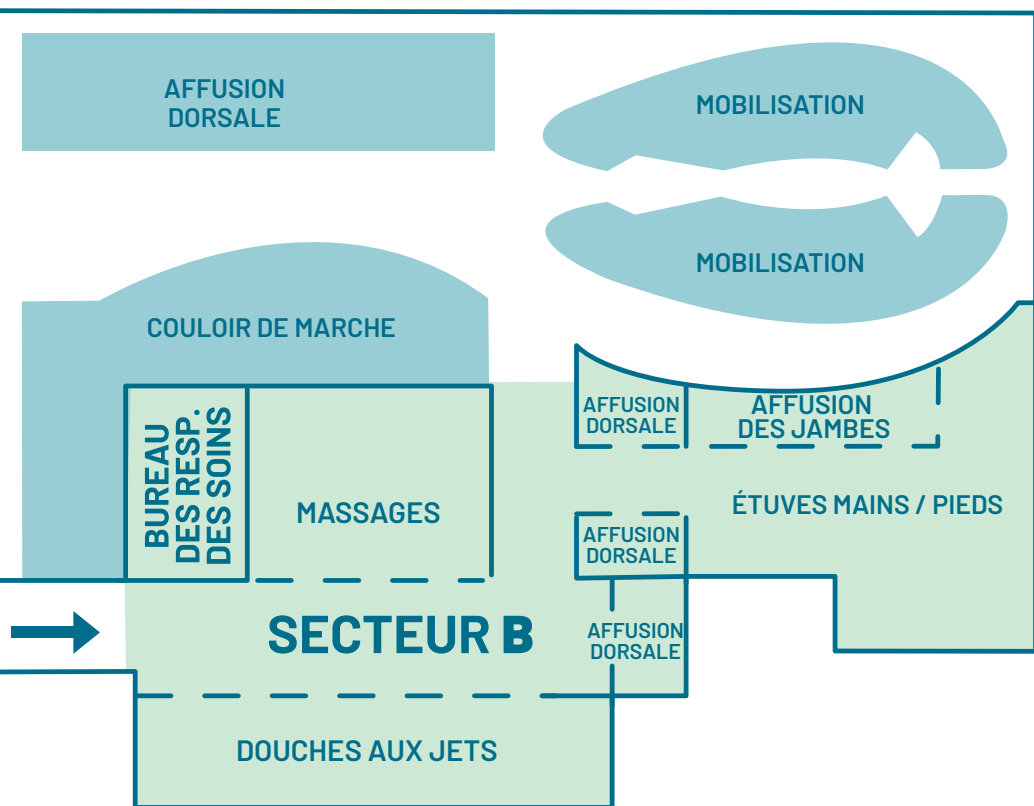
L'entrée aux secteurs A et B se fait par le 1^{er} étage.
Prendre l'ascenseur ou les escalier pour descendre.



SECTEUR A

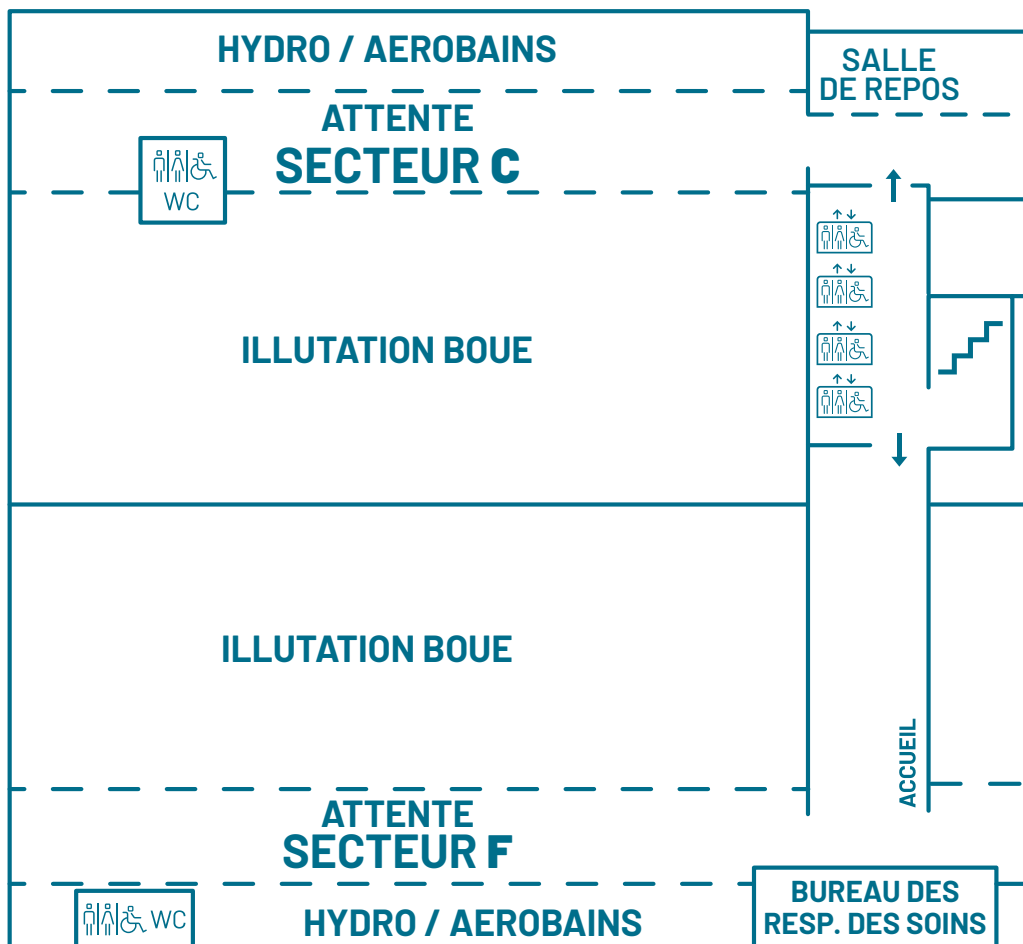
SECTEUR B

~~~~~ CÔTÉ ÉTANG ~~~~~

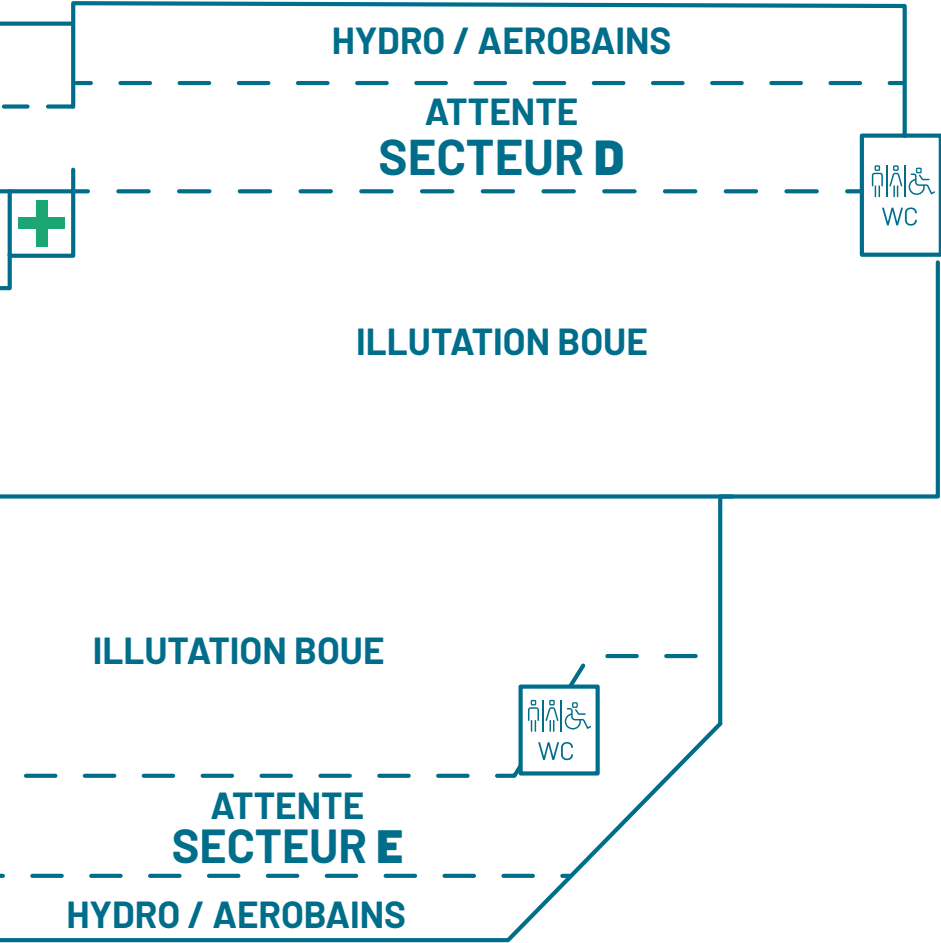


# 3<sup>ème</sup> étage Secteurs C, D, E, F

RHUMATOLOGIE : ILLUTATION BOUE, HYDRO/AERO BAIN



~~~~~ CÔTÉ ÉTANG ~~~~~



4^{ème} étage

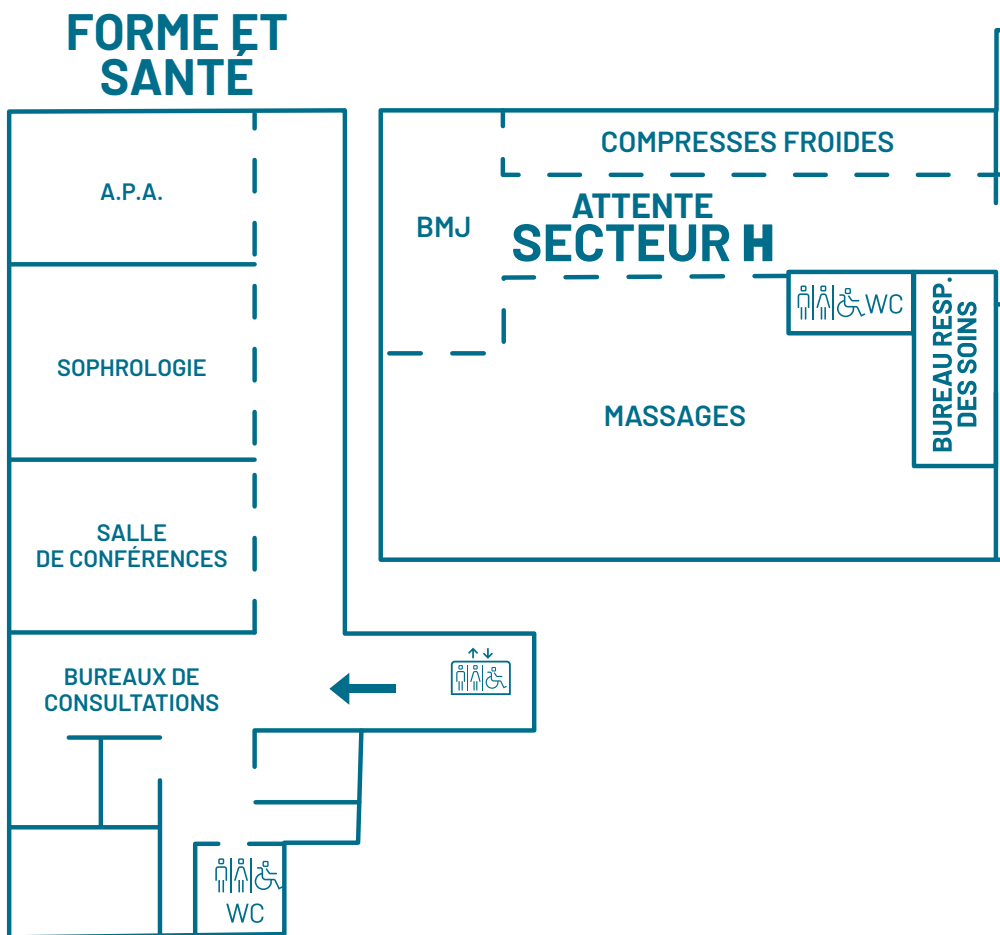
SECTEURS G, H

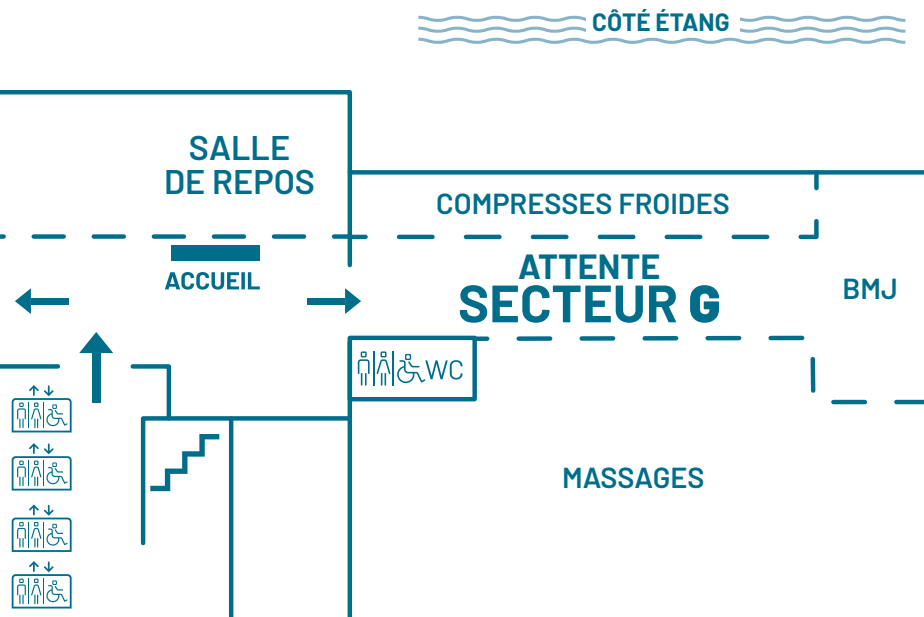
PHLÉBOLOGIE / RHUMATOLOGIE :

COMPRESSES FROIDES, BAIN MASSANT DES JAMBES, MASSAGES

FORME ET SANTÉ

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES, SOPHROLOGIE, HYPNOSE, YOGA DU RIRE, ETC





BMJ : BAIM MASSANT DES JAMBES

Les conseils malins pour vos soins

Entre chaque soin, pensez à sécher votre peau à l'aide de la serviette qui vous est remise avant de mettre votre peignoir pour éviter qu'il soit rapidement mouillé.

Pensez à boire régulièrement pendant vos soins, de l'eau évidemment !

Prenez le temps, lâchez prise...

Prenez un moment pour vous dans la quiétude des salles de repos et profitez de la vue exceptionnelle sur la lagune de Thau.



Hygiène renforcée

Dans un souci constant d'hygiène, l'établissement thermal et les médecins thermaux recommandent aux curistes de :

- Prendre une douche savonnée chaque jour. Une peau propre permet de mieux profiter des bienfaits de l'eau thermale.
- Se laver les mains avec du savon après chaque passage aux toilettes. Une bonne hygiène est le meilleur moyen de limiter les contaminations d'origine humaine



Une cure en toute sécurité

Tout au long de votre présence en soin, nous vous invitons à un lavage régulier et une désinfection des mains. Des bornes de gel hydroalcoolique sont à votre disposition. Nous vous invitons à utiliser les poubelles dédiées pour jeter vos masques.

Le linge est désinfecté au sein de notre blanchisserie au moyen d'un produit virucide, efficace notamment sur la COVID-19 et d'une température de lavage et de séchage recommandées.

L'établissement thermal est doté d'un service d'hygiène et d'un laboratoire qui contrôle quotidiennement les installations. Nos certificats garantissent le haut niveau de qualité sanitaire de nos équipements et pratiques.



Une équipe dédiée à vos soins

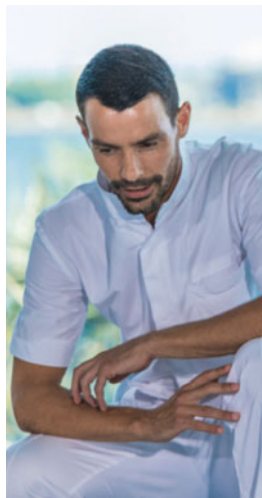
Chaque jour, vos soins sont dispensés indifféremment par un agent thermal homme ou femme formé aux techniques de soins innovantes de Balaruc-les-Bains.

À chaque étage, les responsables de soins et les responsables qualité sont à votre écoute afin de répondre au mieux à vos attentes.

UNE ÉQUIPE PARAMÉDICALE DIPLOMÉE

Des infirmier.e.s sont présent.e.s sur toute l'amplitude horaire des soins. Afin de vous accompagner au mieux tout au long de votre cure, nous vous invitons à leur déclarer tout problème de santé nécessitant une surveillance particulière, toute prescription médicale ainsi que la présence de toute plaie avant le début des soins. Toute plaie doit être recouverte d'un pansement étanche. Vous devez fournir le nécessaire à pansement. Les infirmier.e.s ne délivrent pas de médicaments.

Nos kinésithérapeutes diplômés vous prodiguent les massages de votre cure thermale.



Tout au long du séjour, nos équipes sont à votre écoute pour échanger sur votre expérience et répondre à vos questions.

Sur place, les agents thermaux (tunique blanche), les responsables des soins (tunique bleu) et les responsables qualité des soins (tunique verte) vous accompagnent et vous renseignent au quotidien.



Au-delà des soins, vous avez une question ? Notre service accueil et relation client est consacré à l'écoute et la prise en compte de vos demandes. Nous répondons assidûment à vos emails et courriers grâce à l'adresse suivante : contact.thermes@thermesbalaruc.com



Une cure de sourire

En grande famille thermale, nous plébiscitons au sein de l'établissement une ambiance conviviale, respectueuse où la bonne humeur contribue à l'efficacité des soins et au bien-être tout au long de votre séjour.

Notre charte éthique comprend l'ensemble de nos engagements et en tant que membre de cette famille thermale, nous vous invitons naturellement à la consulter et à la faire vivre avec nous.

Celle-ci est disponible sur demande dans chaque secteur de soin, à l'accueil de l'établissement ou sur notre site internet www.thermesbalaruclesbains.com

À la fin de votre cure

Vous nous quittez déjà ?

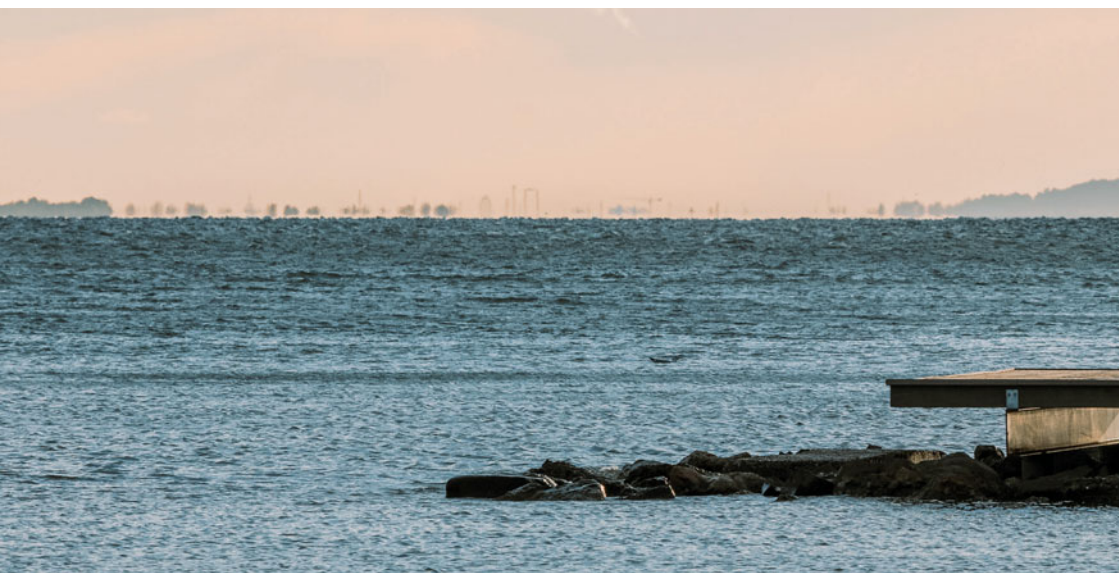
Nous espérons que c'est pour mieux revenir l'année prochaine.

Sachez qu'il est possible et conseillé de réserver dès à présent votre séjour pour l'année suivante auprès de nos conseillers(ères) du service relation client. Cela vous permettra de bénéficier d'avantages et de vous assurer de votre date de cure.

Le dernier jour de votre cure, à la sortie de vos soins, vous remettez votre bracelet au niveau 1, dans les urnes positionnées sur les tripodes de sortie.

Vous recevrez ensuite par courrier ou par mail votre facture de cure.

En cas d'absence, il est nécessaire de la justifier dans les 24H par un certificat médical auprès de votre conseiller(ères) relation client. Un séjour de cure conventionnée sécurité sociale est de 18 jours, du lundi au samedi inclus.



Votre satisfaction est notre priorité

Les enquêtes de satisfaction.

Elle peuvent avoir lieu pendant votre séjour, mais la plus complète vous est adressée par courriel lors de votre 3^{ème} semaine de cure. Cette enquête de satisfaction nous permet de cibler vos attentes et les points sur lesquels nous devons progresser pour améliorer notre service.

Nous vous remercions pour votre participation.

Vos appréciations et félicitations sont transmises et nous encouragent à vous offrir un accueil de qualité.



Devenez un ambassadeur de la cure

Parrainez des curistes et soyez-en récompensés !

Pour tout parrainage d'une cure médicalisée de 18 jours :

- le parrain reçoit 15 points cadeaux sur son compte fidélité !
- le filleul reçoit un chèque cadeau de 10 € à utiliser pendant son séjour.

Ces bons cadeaux sont utilisables sur présentation et décomptés lors de votre achat sur votre compte client (1 point = 1 euro) .

Vous pourrez les utiliser au choix :

- aux thermes (activités santé, mini cures, soins à la carte)
- à O'balia (achat d'accès à la magie de l'eau ou de soins à la magie des mains)
- dans les boutiques Balaruc-les-Bains, sur place pendant la cure thermale.

Les points et chèques cadeaux sont non remboursables, non cumulables avec une autre offre ou un avantage CE, avantage professionnel, programme de fidélité client. Ils ne peuvent pas être utilisés pour le règlement des arrhes ou de la cure thermale médicalisée.

Comment ça marche ?

Lors de sa réservation, le filleul indique qu'il réserve de la part de son curiste parrain en donnant son nom, son prénom et ses coordonnées.

Qui est parrain, marraine ?

Le parrain ou la marraine est un ou une curiste qui a effectué sa cure thermale ou a réservé une cure thermale pour les mois à venir à Balaruc-les-Bains.

Le fait de recommander la cure thermale médicalisée à son entourage lui permet d'accéder à des avantages sous la forme de points cadeaux.

En fin d'année, le nombre de filleuls venus sur recommandation déclenche un nombre de points cadeaux que le curiste parrain pourra utiliser dès le 1^{er} janvier de l'année suivante.

Le compte points cadeaux est disponible sur demande auprès des hôtesses Thermes, O'balia et à la boutique de la marque de soins Balaruc-les-Bains. En fin d'année une synthèse du compte fidélité du curiste lui est transmise par mail ou courrier.

Qui est Filleul ?

Un filleul est un nouveau curiste qui n'a jamais effectué de cure ou qui n'est pas venu depuis au moins 3 ans.

À son arrivée, le curiste filleul reçoit un chèque cadeau de 10 € qu'il pourra utiliser à partir de la date de son arrivée en cure et jusqu'à la fin de l'année en cours.

Le club des amis de Balaruc-les-Bains

Le club des amis de Balaruc, c'est aussi le moyen de vous exprimer et raconter vos expériences de cure.

Tout au long de la saison, des moments consacrés à ces échanges seront favorisés, facilitant la rencontre et le dialogue entre curistes, car vous êtes nos meilleurs ambassadeurs.





LES ACTIVITÉS SANTÉ

Complétez l'effet de votre cure en renouant avec de l'activité physique adaptée, de la relaxation ou de l'hypnothérapie, la naturopathie, et bien plus encore.

Le pack ACTIVITÉS SANTÉ 100 €
5 activités durant votre séjour

*Pour les **curistes** qui souhaitent
prolonger les bienfaits de leur cure
Pour les **accompagnants** qui
souhaitent s'accorder une pause*



Les escales thermales
5 jours / 5 soins par jour
249 €

Renseignements
à l'espace FORME ET SANTÉ,
au 04 67 51 76 01
ou sur mini-cure.fr

Votre séjour avec l'Office de Tourisme Archipel de Thau



Hébergements, bons plans, séjours, activités, excursions, ils sont à votre écoute.

Office de Tourisme

Pavillon Sévigné - 34540 Balaruc-les-Bains

+33 (0)4 67 46 81 46

contact@archipel-thau.com

www.balaruc-les-bains.com

L'Office de Tourisme, situé en cœur de ville au Pavillon Sévigné, vous propose de multiples services :

- Espace Billetterie : activités, sorties bateaux, excursions,découverte : Lagune de Thau, Méditerranée, Canal du Midi, Massif de la Gardiole. Spectacles, produits boutiques...
- Informations sur les incontournables de la région
- Obtenez votre Carte B.I.P., source d'avantages.



CHOISIR SON HÉBERGEMENT

Privilégier un hébergement recensé à l'Office de Tourisme c'est faire le choix de la sécurité et de la qualité, à prix adaptés.

VOTRE GUIDE HÉBERGEMENT

Meublés de tourisme par agences immobilières ou par particuliers, hôtels, résidences de tourisme, campings, villages de vacances, nos conseillers en séjour sont à votre écoute pour vous accompagner dans votre recherche d'hébergement.

UNE GASTRONOMIE LOCALE À DÉCOUVRIR

Pour découvrir le meilleur de la gastronomie locale, Balaruc-les-Bains recèle d'excellents restaurants.

Produits de la mer, coquillages de la lagune de Thau, vins et apéritifs, votre séjour à Balaruc sera un moment d'étonnement gustatif. Régalez-vous !



CARTE BIP SOURCE D'AVANTAGES

Demandez Votre Carte BIP "Source d'Avantages"

Présentez une preuve d'hébergement à Balaruc-les-Bains et profitez de nombreuses réductions auprès de nos partenaires et tentez de gagner un séjour.

Devenez une Balaruc Importante Personne !



Venir à Balaruc-les-Bains

EN TRANSPORT EN COMMUN

En train

Infoligne SNCF : 3635 (0,34 €/minute)

Gare de Sète avec TGV direct Paris-Sète, durée 3 h 45

Taxis et autocars au départ de la gare SNCF de Sète

En bus

BUS DE VILLE Ligne n° 14 et n° 15

Balaruc-les-Bains / Balaruc-le-Vieux centre commercial.

Liaison entre les différents quartiers de Balaruc-les-Bains

BUS DE VILLE Ligne n° 10

Sète / Balaruc-les-Bains / Sète

Fonctionne tous les jours de la semaine

En avion

- Aéroport de Montpellier (29 km) 04 67 20 85 85
- Aéroport de Béziers (48 km) 04 67 80 99 09
- Aéroport de Nîmes (75 km) 04 66 70 49 49

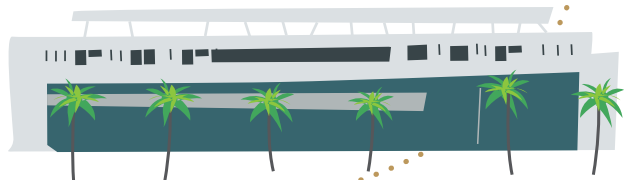
En voiture

Autoroute A9 à 30 minutes de Montpellier

Sortie Sète / Balaruc-les-Bains

Les principaux parkings de proximité et espaces de stationnement à moins de 10 minutes du centre-ville :

- Rue du Stade : 100 places
- Parking Guinguette : 83 places
- Avenue de la Gare : 50 places
- Allée des Sources : 100 places



STATIONNEMENT

ZONE BLEUE • 200 PLACES

Stationnement limité à 1h30. Places gratuites et accessibles

Où ? Plan du port, Avenue du port, Place Lucien Salette, Rue Montgolfier, Rue de la République, Rue des Anciens Thermes, Avenue de Montpellier, Rue du Docteur Bordes.

Quand ? Du lundi au samedi : 9h / 12h et 14h / 19h.

PARKINGS PUBLICS • 280 PLACES

Dans des zones de stationnement limité à 3h, gratuites et à moins de 4 minutes des thermes

Où ? Rue du Mont Saint Clair, Place du Mail

Disque de stationnement obligatoire, en vente à l'Office de Tourisme (1€)

Les Thermes et la station de Balaruc-les-Bains s'engagent dans la mise en place de projets et la promotion de l'activité physique et sportive pour la santé et le bien-être, de toutes et tous, tout au long de la vie. Pour venir en cure, un **parking pour les vélos** est accessible sur le côté de l'établissement thermal.

Sur place, des professionnels vous proposent **la location de vélos et le transport en coursier** pour allier balade et activités quotidiennes.

Le Rézo pouce, le dispositif d'auto-stop au quotidien, est implanté sur le bassin de Thau. Pour tout renseignement merci de vous rapprocher de l'office de tourisme de Balaruc-les-Bains.

Les Thermes sont partenaires des professionnels qui mettent en place des réseaux de déplacements alternatifs au sein de la station. Rendez-vous à l'accueil de l'établissement thermal pour tout renseignement.

MON COURSIER DE QUARTIER : Vélo Taxi - Service de proximité
06.25.35.00.84 franck.g@moncoursierdequartier.com

COVID-19
**Charte
 sanitaire**
 station thermale





-  Piste cyclable
-  Circuit piétonnier
-  Itinéraires piétons en minutes et en mètres
-  Zone bleue de stationnement limité à 1h30
-  10' 800m



Balaruc les Bains

EAU THERMALE

Renseignements / numéros utiles

TÉLÉPHONES

Le service réservation téléphonique est ouvert :

Du lundi au vendredi : 08h30 - 17h30

Téléphone Standard : 04 67 51 76 01

Fax standard : 04 67 51 76 91



LES THERMES DE BALARUC-LES-BAINS • SPLETH

1 rue du Mont Saint Clair - BP 45

34540 BALARUC-LES-BAINS

Site web : www.thermesbalaruclesbains.com

accueil.reservation@thermesbalaruc.com

HÉBERGEMENT • Office de Tourisme

Téléphone 04 67 46 81 46

contact@archipel-thau.com

balaruc-les-bains.com : rubrique “mon hébergement”

Les photos, descriptifs, dates et horaires ne sont pas contractuels et ne sauraient engager la SPLETH, ils sont donnés à titre indicatif uniquement. Les tarifs des soins et prestations mentionnés dans le présent livret sont susceptibles d'évoluer en fonction des évolutions législatives et réglementaires ou d'une évolution de la politique tarifaire de la Direction.

© Crédits photos : Agence Chirrijo, photographe Bastien Seo, 2022 / Irina de Bertier / Emmanuel Morel / Service communication SPLETH, NPS / Archipel de Thau, Adobe Stock. Photos non contractuelles.