

THERMES

Salins les-Bains

Salins
LES BAINS
SEL à vie

SEL'histoire

Salins les-Bains

Ville thermale & touristique



Protégée par ses deux forts : Belin et Saint André, Salins-les-Bains, Petite Cité Comtoise de Caractère se découvre et vous laisse le temps de mieux la contempler. Source de vie, ici l'eau jaillit du sol, gorgée d'un sel bienfaiteur.

Ville fortifiée, Salins-les-bains doit dès le XIII^e siècle sa renommée et son pouvoir au sel qu'elle exploite et dont elle fait commerce, véritable « Or Blanc » de l'époque. Au XVIII^e siècle, la saumure de Salins-les-bains était acheminée jusqu'à la Saline Royale d'Arc et Senans par une canalisation en bois appelée "saumoduc". La Saunerie salinoise est à l'origine de la station thermale créée en 1854.

Deuxième ville de la Comté après Besançon jusqu'à l'époque moderne, ses bâtiments publics et religieux témoignent de ce passé glorieux ■

Des eaux salées rares & riches en oligo-éléments

Il y a 200 millions d'années, la région de Salins-les-bains, comme une partie de la France, était recouverte par la mer. Au fil du temps, le réchauffement progressif du climat fit baisser le niveau des eaux et provoqua leur évaporation. La couche de sel gemme ainsi formée fut alors recouverte par les différentes sédimentations. Le plissement alpin, provoquant l'apparition de nombreuses failles, permit ensuite à l'eau de s'infiltrer dans le sol et de circuler dans ces bancs de sel.

Ces eaux ressurgissent naturellement, enrichies de nombreux et précieux oligo-éléments. Elles sont utilisées depuis la construction du premier établissement thermal, à des fins thérapeutiques. Leurs vertus sont reconnues, et relèvent d'un double mécanisme : physique, en améliorant par osmose la souplesse articulaire (grâce à la concentration en sel), et biochimique, en intervenant sur les troubles douloureux (grâce à la présence de potassium, magnésium et calcium).

Elles conviennent parfaitement aux cures médicales, mais aussi à la remise en forme et à la détente !

EAUX DE SOURCE

Deux sources, dont la qualité est très strictement surveillée, alimentent aujourd'hui les Thermes de Salins-les-Bains :

Le Puits à Muyre

La source du Puits à Muyre jaillit sous l'établissement Thermal, captée à 22 m de profondeur. Son eau (80 g de sel par litre) subvient à l'essentiel des besoins de l'établissement.

Le Puits d'Amont

Ce sondage du XIX^e siècle, à 246 m de profondeur, dont la pompe fonctionne encore aux Salines avec le mécanisme d'époque, fournit les "eaux vierges" chargées à saturation (330 g de sel par litre). Celles-ci sont utilisées dans le cadre de soins spécifiques.



Le Puits d'Amont



Le Puits à Muyre



Une gamme de soins complète

Le personnel qualifié du Centre Thermal de Salins-les-Bains vous accueille dans un établissement moderne et confortable, réunissant toutes les techniques du bien-être et de la santé.



LES BAINS

Laissez-vous séduire et détendre par notre gamme de bains, tous pratiqués en baignoire individuelle.

Le bain dosé

Ce mélange d'eau vierge saturée (330 g de sel par litre d'eau) et d'eau de source (80 g de sel par litre d'eau) est une spécificité des Thermes de Salins-les-bains. Appréciez ses effets antalgiques et décongestionnants.

L'hydrobain

À base d'eau thermale sous pression, l'hydrobain vous masse alternativement le dos puis les jambes, prodiguant un effet sédatif et antalgique.

L'aérobain

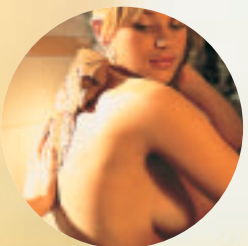
Dans une eau thermale à 36 °C associée à un brassage gazeux, appréciez les effets relaxants de l'aérobain.

Le bain aux huiles essentielles

Associant l'eau thermale et les principes actifs des plantes, le bain aux huiles essentielles relaxe et tonifie.

La douche au jet

En séance de six minutes, appréciez en cabine individuelle la douche au jet, que l'hydrothérapeute adapte à vos besoins. L'eau stimule la circulation sanguine et réalise un massage musculaire puissant.



La douche sous-marine

Action combinée de l'eau thermale et du jet sous-marin en baignoire individuelle, dont on modifie la puissance et la direction, la douche sous-marine permet d'éliminer les toxines et de lutter efficacement contre le stress.

Vaporarium

Les effets du hammam, ce bain de vapeur à l'orientale, sont ici optimisés par l'utilisation des eaux salées naturelles des sources de Salins-les-bains.

Application de boue

Appliquée localement, une boue chaude à 50 °C facilitant l'absorption des oligo-éléments par le corps humain, procure un effet antalgique, décontracturant et relaxant.

Application d'algues amincissantes

Laissez-vous envelopper dans une application d'algues chaudes, qui agit sur la rétention hydrique, les surcharges graisseuses et l'accumulation des toxines.

Le travail en piscine de mobilisation

Ces séances avec un kinésithérapeute, dans une piscine spécialement équipée, permettent de faire travailler de différentes façons l'organisme selon ses besoins. La portance de l'eau salée à 33 °C facilite les mouvements difficiles à réaliser dans l'atmosphère, en leur donnant plus d'amplitude, plus de souplesse, plus de légèreté... et moins de douleurs.



LES MASSAGES

Tous les massages sont dispensés dans notre établissement thermal par notre équipe de kinésithérapeutes.

Le massage sous rampe d'eau salée

Ce traitement anti-douleur et anti-inflammatoire marie les bienfaits du massage et de l'eau salée.

Le massage aux huiles essentielles

Utilisant les principes actifs des plantes à des fins thérapeutiques, il détend et tonifie.

Le palpé roulé

Une technique de massage particulièrement efficace contre la cellulite qui mobilise les tissus et améliore la microcirculation.

Le drainage lymphatique

Idéal pour les jambes lourdes, les œdèmes et la cellulite, il améliore les circulations sanguine et lymphatique.



3 orientations pour une cure utile

Reconnu par la Sécurité Sociale, le thermalisme permet de se soigner, d'atténuer la douleur et d'améliorer la qualité de vie tout en évitant la surconsommation de médicaments.

L'Établissement Thermal de Salins-les-Bains accueille des curistes depuis le XIX^e siècle. Il est agréé pour trois orientations médicales : la rhumatologie, la gynécologie et les troubles de développement de l'enfant.

LA RHUMATOLOGIE (RH1 OU RH2)

Indications thérapeutiques Arthrose vertébrale, coxarthrose, gonarthrose, arthrose digitale. Rhumatismes ab-articulaires, périarthrites, rhumatismes inflammatoires, tendinites. Séquelles de traumatismes ostéoarticulaires et algodystrophies. Ostéoporose et ses conséquences. Fibromyalgie. **Pour ces indications les soins sont choisis parmi** bain dosé, aérobain, douche au jet, douche sous-marine, application de boue. Travail en bassin de mobilisation et massage sous l'eau avec un kinésithérapeute. Vaporarium. Pédiluve-manuluve.

LA GYNÉCOLOGIE

Indications thérapeutiques Douleurs chroniques post-chirurgicales, post-inflammatoires, post-infectieuses. Troubles liés à la ménopause. **Les soins sont choisis parmi** bain dosé, aérobain, irrigation vaginale, douche au jet, douche sous-marine.

LES TROUBLES DU DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT

Indications thérapeutiques Enurésie et retards de croissance. **Les soins sont prescrits parmi** bain dosé, aérobain, douche au jet, douche sous-marine, piscine. La prise en charge psychologique est primordiale.

Parallèlement à ces trois orientations, il existe un certain nombre de formules à vocation médicale.

Les enfants obèses (10 - 17 ans) de Bourgogne et Franche-Comté sont accueillis dans un établissement spécifique, La Beline à Salins-les-Bains (Tél. 03 84 73 08 56).

Des cures à dimension humaine

DES CURES CONVENTIONNÉES

A Salins-les-Bains chaque curiste bénéficie d'un suivi par les médecins de la station. Une cure de trois semaines s'effectue sur prescription médicale. Elle est remboursée par la Sécurité Sociale et les Mutuelles.

A l'opposé de centres thermaux importants, la station thermale de Salins-les-Bains est conviviale, à taille humaine. Ici l'ambiance familiale et les contacts chaleureux font aussi partie de nos prescriptions !

UNE CURE ET UN SÉJOUR AGRÉABLES

Les soins s'effectuent le matin, du lundi au samedi. En complément de ces soins, vous pouvez profiter de l'Espace Relaxation. Des séances d'aquagym douce vous sont par ailleurs proposées, animées par un maître nageur.

Au cours de vos trois semaines de cure, un Accueil Curistes est organisé conjointement par la Municipalité, l'Établissement Thermal, et l'Office de Tourisme. Ce moment de convivialité est un rendez-vous apprécié de tous et vous permet d'organiser votre séjour, vos visites, vos activités avec un maximum d'informations.



SEL'la forme



SEL'la forme

Votre remise en forme à la carte

Besoin de souffler? Fatigue? Mal de dos? Envie de bien être, de minceur ou de moins de stress? Découvrez une gamme de soins et des formules adaptées à votre budget et votre disponibilité.

PRENDRE SOIN DE SON CORPS

Choisissez vos soins thermaux parmi: douche au jet, mobilisation en piscine avec kiné, aérobain, bain dosé, hydrobain, application de boue, douche sous-marine, massage sous l'eau par kiné, application d'algues, bain aux huiles essentielles, palpé-roulé manuel, drainage lymphatique, massage aux huiles essentielles.

Vous faites votre sélection « à la carte » ou dans le cadre de forfaits thermaux incluant l'entrée à l'Espace Relaxation du Centre Thermal. Tous les soins s'effectuent l'après-midi, du lundi au samedi. La durée des forfaits varie d'un après-midi à une semaine. Les massages sont tous effectués par des kinésithérapeutes.

L'ESPACE RELAXATION : BIEN PLUS QU'UNE PISCINE

Accessible à tous, idéal pour se détendre, l'Espace Relaxation comprend :

La piscine ludique d'eau salée

(30 g de sel/litre environ), chauffée à 30 °C. Le bassin est équipé de jets de massage en alternance avec le jacuzzi, situé au bout du bassin.

Un sauna

D'origine nordique, ce bain de chaleur sèche (80 °C environ) provoque une importante sudation et élimine les toxines. Pour en apprécier tous les bienfaits il doit être suivi d'une douche froide. *Interdit moins de 12 ans.*

Un hammam

Ce bain de vapeur humide nous vient du Moyen-Orient, et purifie la peau.

Des transats et des chaises

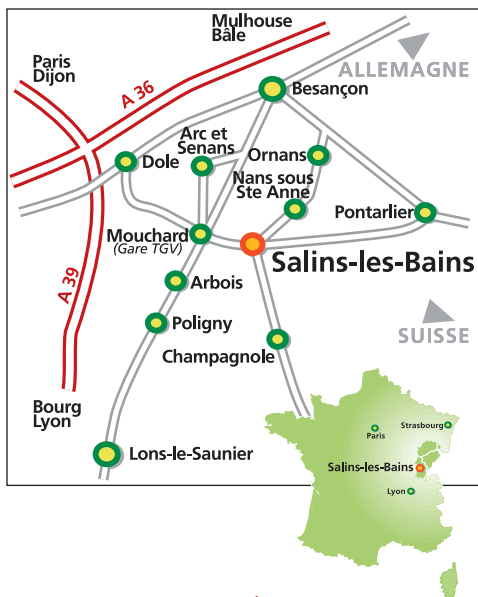
Aux abords directs de la piscine et sur la terrasse extérieure, ils permettent à chacun de se reposer.



L'Espace Relaxation est ouvert aux enfants. *Les enfants de moins de 3 ans sont acceptés le dimanche.*

Offrez un forfait thermal

Notre formule Bon cadeau : une bonne idée pour faire plaisir à un proche!



ACCÈS

Salins-les-Bains se situe à environ 40 km de Besançon et 80 km de Dijon, à 2 h de Lyon et 2 h de Genève.

Autoroute A 36, sortie Besançon ou Dole.

TGV : Gare de Mouchard, à 8 km de Salins-les-Bains, à 2 h de Paris par TGV. Liaison par route assurée.

OFFICE DE TOURISME

L'Office de Tourisme est à votre disposition pour une solution d'hébergement : Hôtels, résidence locative, chambres d'hôtes, meublés, gîtes d'étapes et de séjour, camping.

Place des Salines – 39110 Salins-les-Bains
Tél. 03 84 73 01 34 – fax 03 84 37 92 85
www.salins-les-bains.com – contact@salins-les-bains.com



ÉTABLISSEMENT THERMAL

Place des Alliés – 39110 Salins-les-Bains
Tél. 03 84 73 04 63 – Fax : 03 84 73 09 36
www.thermes-salins.com – info@thermes-salins.com

