



L'ASSURANCE EN PLUS FACILE

Bienfaits et indications médicales

Organisation du séjour

Coût et remboursement...

Mode d'emploi de la cure thermale


Pour y voir clair comme de l'eau de roche !



P.4

1. Profiter d'une cure thermique : un retour aux sources

1.1 Le thermalisme : une pratique très ancienne, et réglementée

 Zoom : thalasso, balnéo, cure thermique : quelles différences ?

1.2 Dermatologie, voies respiratoires, rhumatologie... : les 12 indications thérapeutiques de cure thermique

1.3 En pratique : des soins thermaux variés, adaptés à chaque pathologie

P.7

2. Où et quand partir en cure thermique ?

2.1 Choisir son lieu de cure thermique : tout dépend des vertus minérales de son eau !

2.2 Du bord de mer à la moyenne montagne : petit panorama des régions thermales françaises

2.3 Haute ou basse saison : à quelle période partir en cure ?

P.11

3. Combien coûte une cure thermique et comment est-elle remboursée ?

3.1 Quelle prise en charge des soins thermaux par l'Assurance Maladie et la mutuelle ?

3.2 Côté transport et hébergement : peuvent-ils être couverts par la Sécurité sociale ?

3.3 Check-list des formalités à accomplir pour boucler votre budget cure thermique

3.4 Autres questions fréquentes, pour bien organiser votre cure

P.21

4. Il ne reste plus qu'à vous jeter à l'eau !

4.1 La cure thermique, un traitement naturel, accessible à tous les budgets

4.2 Un accompagnement global pour mieux vivre avec sa maladie et mieux vieillir

4.3 Un moment de repos, bénéfique pour le corps et pour l'esprit

Introduction

Vous envisagez de partir en cure thermique ? Soulager des rhumatismes, traiter une maladie de peau, soigner une maladie chronique, l'anxiété ou se rétablir après un AVC... : les nombreuses sources thermales qui affleurent en France agissent **sur plus d'une centaine de pathologies**. Connues parfois depuis l'Antiquité, ces sources sont aujourd'hui scrutées par l'Académie de médecine, qui valide leurs vertus thérapeutiques. En suivant une cure thermique, vous profitez donc d'un **traitement à la fois naturel et très spécialisé, aux bienfaits prouvés**.

La durée d'une cure thermique — trois semaines — vous offre également **un moment privilégié de coupure avec le quotidien**. Cette période est propice à de nombreuses autres activités, calmes ou plus sportives, en fonction de vos envies. D'autant plus que les établissements thermaux sont généralement situés dans des environnements naturels de toute beauté.

Maladies traitées, type de soins dispensés, destinations thermales, remboursement de l'Assurance Maladie et de la mutuelle, démarches à effectuer... Ce guide pratique recense toutes les informations à connaître avant de partir en cure. Il ne vous restera ensuite plus qu'à préparer votre dossier... et votre valise !

Bonne lecture !

1. Profiter d'une cure thermale : un retour aux sources !

1.1. Le thermalisme en France, une pratique ancienne... et réglementée

La "crénothérapie", c'est-à-dire le traitement par les eaux de source (volet médical du thermalisme), est une pratique thérapeutique millénaire. Les bienfaits des eaux minérales pour soigner certaines affections étaient déjà relevés dans l'Antiquité. Des auteurs romains comme Pline l'Ancien ou Sénèque s'attardent ainsi sur les vertus curatives de ces eaux qui agissent « *par la vertu du soufre, d'autres par celle de l'alun, du sel, du nitre ou encore du bitume ; quelques-unes par l'effet d'un mélange acide ou salé, d'autres encore par leur seule température* »⁽¹⁾. La plupart des villes thermales européennes, comme **Baden-Baden en Allemagne, Bath en Angleterre, Dax ou Aix-les-Bains en France** étaient déjà réputées pour leurs eaux et bains à l'époque romaine.

Si la pratique du thermalisme subsiste pendant les siècles suivants, avec plus ou moins de vigueur selon les époques, **il faut attendre la seconde moitié du XIX^e siècle pour qu'elle connaisse un véritable renouveau**, avec l'essor des « villes d'eaux » ou stations thermales, qui rivalisent d'élégance et d'animation. La création de l'Académie de médecine en 1820 et celle de la Commission des eaux minérales en 1854 entraînent également un suivi plus poussé de la qualité des eaux minérales françaises et de leurs vertus thérapeutiques.

La Sécurité sociale prend en charge les cures thermales depuis 1947, reconnaissant par là même les bienfaits de cette approche pour la santé. **Seuls les établissements disposant d'un agrément de l'Académie nationale de médecine peuvent toutefois proposer des cures thermales.** Cet agrément est donné pour une ou plusieurs orientations thérapeutiques précises (rhumatologie, voies respiratoires, dermatologie, etc.).

ZOOM SUR

THALASSO, BALNÉO, CURE THERMALE : QUELLES DIFFÉRENCES ?

➤ **La cure thermale a une visée curative** et utilise une eau minérale naturelle aux propriétés certifiées. Une cure thermale conventionnée est prescrite par un médecin et respecte une durée précise (18 jours de soins sur trois semaines). Elle peut alors bénéficier d'une prise en charge par l'Assurance Maladie.

➤ **La thalassothérapie** (du grec « thalassa », mer) a essentiellement un objectif préventif ou de détente. Elle est basée sur des soins marins (eau de mer, algues, boue marine...). La thalassothérapie **n'est pas prise en charge par l'Assurance Maladie.**

➤ Enfin, le terme **balnéothérapie** (du latin « balneum », bain) englobe tous les traitements par le bain, qu'il s'agisse de bains d'eau de mer, d'eau douce (minérale ou non), de boue, etc.

1.2 Dermatologie, rhumatologie, voies respiratoires... : les 12 indications thérapeutiques de cure thermale

Les cures thermales conventionnées ciblent une centaine de pathologies, regroupées en **douze orientations thérapeutiques**. Chaque établissement thermal, en fonction des propriétés physico-chimiques de son eau, est spécialisé dans une ou plusieurs orientations.

- **Rhumatologie** : arthrose, rhumatismes, tendinite, lombalgie chronique... La rhumatologie concerne la majorité des curistes français.
- **Voies respiratoires** : asthme, broncho-pneumopathie obstructive (BPCO), sinusite chronique, otite...
- **Phlébologie** : phlébite, varices, lymphœdème...
- **Neurologie** : maladie de Parkinson, sclérose en plaques, récupération après un accident vasculaire cérébral...
- **Dermatologie** : eczéma, psoriasis, traitement des grands brûlés, séquelles de traitements contre le cancer...
- **Maladies cardio-artérielles** : artériopathie oblitérante des membres inférieurs et syndrome de Raynaud.
- **Affections psychosomatiques** : trouble anxieux généralisé, burn-out, addiction aux psychotropes...

BON À SAVOIR

Une cure thermale conventionnée peut se concentrer sur **une seule orientation ou sur deux orientations thérapeutiques à la fois** : une orientation principale et une orientation secondaire (par exemple, rhumatologie et troubles psychosomatiques). Il faudra alors choisir un établissement thermal qui prend en charge les deux types d'affections.

- **Affections urinaires** : cystite, infection du rein, calculs urinaires...
- **Affections digestives et maladies métaboliques** : diabète de type 2, surpoids et obésité, syndrome de l'intestin irritable.
- **Affections des muqueuses bucco-linguales** : aphtose récidivante, bruxisme, lichen plan.
- **Gynécologie** : endométriose et douleurs pelviennes chroniques, ménopause...
- **Troubles du développement chez l'enfant** : énurésie, hyperactivité, anorexie...



(1) Pline l'Ancien, Histoire naturelle, livre XXXI traitant des remèdes tirés des eaux.

(1) Jusqu'à 152 000 € pour les versements réalisés avant les 70 ans de l'assuré, et jusqu'à 30 500 € pour les versements effectués après ses 70 ans.

1.3 Des soins thermaux variés, adaptés à chaque pathologie

L'eau thermale est, bien sûr, au centre du protocole de soins. Prescrits par le médecin thermal en début de cure, ceux-ci dépendent de la pathologie traitée, du type d'eau (eau bicarbonatée, chlorurée, sulfatée, sulfurée ou oligo-métallique) et de ses caractéristiques propres.

L'eau thermale peut ainsi être :

Bue

- › Cure de boisson

Affections digestives et urinaires.

Mise en contact avec les tissus lésés

- › Inhalation et irrigation nasale
- › Gargarisme
- › Douche locale
- › Pulvérisation...

Affections des voies respiratoires, gynécologie, affections cutanées.

Mise en contact avec la peau

- › Douche et bain
- › Bain de boue
- › Compresse d'eau thermale,
- › Cataplasme
- › Sudation en cabine
- › Bain de vapeur...

Appareil locomoteur, affections neurologiques, stress, pathologies vasculaires

Une journée type en cure thermale

LE MATIN

2 à 3 heures de soins thermaux, entrecoupés de moments de repos.

L'APRÈS-MIDI

Repos et loisirs. Vous pouvez choisir l'une des activités proposées par le centre thermal ou décider de votre propre programme : après une courte sieste, balade dans les environs, visite touristique, lecture au calme...

+ 3 consultations médicales

prévues pendant votre cure : lors de votre arrivée pour définir votre programme personnalisé avec le médecin thermal, au milieu et à la fin du séjour pour faire le point.

La durée de la cure, sur trois semaines, est propice à un accompagnement plus global du patient. Les établissements thermaux proposent bien souvent des soins et activités complémentaires :

- › séances d'éducation thérapeutique du patient (ETP) individuelles ou collectives pour aider à mieux vivre avec une maladie chronique ;
- › accompagnement diététique ;
- › activités physiques ou de relaxation ;
- › sophrologie ;
- › massages ;
- › accompagnement psychologique ;
- › ateliers mémoire, équilibre, de maquillage correcteur...

Certains établissements thermaux proposent **des programmes post-cancer multidisciplinaires**, notamment pour les femmes en rémission du cancer du sein.

2. Où et quand partir en cure thermale ?

Les chiffres clés du thermalisme en France

110
établissements thermaux, répartis dans 90 stations thermales

71 %
des stations thermales sont des communes de moins de 5 000 habitants

Près de 470 000
personnes ont suivi une cure conventionnée en 2025

Les cures les plus prescrites en 2025

71 %
Rhumatologie

10 %
Phlébologie

7 %
Voies respiratoires

4 %
Appareil digestif et maladies métaboliques

Source : Conseil national des établissements thermaux (CNETH)

2.1 Choisir son lieu de cure thermale : tout dépend des vertus minérales de son eau !

Le premier patrimoine hydrothermal européen

Les stations thermales sont présentes dans une quarantaine de départements français, en majorité dans trois grandes régions de l'Hexagone : **l'Occitanie, l'Auvergne-Rhône-Alpes et la Nouvelle-Aquitaine**. Avec plus de 400 sources exploitées pour les traitements thermaux et/ou la mise en bouteille et grâce à la grande variété géologique de ses sous-sols et massifs, la France dispose du premier patrimoine hydrothermal européen, une richesse naturelle parfois méconnue !

À chaque eau ses vertus

Les eaux minérales naturelles sont des eaux souterraines, issues de l'infiltration **des eaux de pluie à travers les différentes couches géologiques** — un voyage qui peut durer plusieurs dizaines voire centaines d'années ! Elles remontent à la surface à une certaine température, chargées des minéraux rencontrés en traversant les roches. Chaque eau thermale dispose donc d'une signature minérale unique, liée à son parcours et à son environnement naturel.



On distingue cinq grandes familles d'eaux thermales :

Les eaux bicarbonatées

Naturellement riches en bicarbonate, elles ont des **vertus digestives** (pour les eaux bicarbonatées contenant du sodium) ou **cicatrisantes** (pour les eaux bicarbonatées contenant du calcium). Les sources d'eaux bicarbonatées sont majoritairement situées dans le Massif central.

Les eaux chlorurées

Il s'agit d'eaux avec une forte concentration de chlorure de sodium, c'est-à-dire de sel. Elles sont indiquées dans les troubles du développement chez l'enfant, mais aussi en **rhumatologie et neurologie**. On les retrouve principalement dans les Pyrénées, le Jura et les Alpes.

Les eaux sulfatées

Ce sont des eaux avec une forte teneur en sulfates, aux **propriétés laxatives, diurétiques et détoxifiantes**. Les eaux sulfatées mixtes (contenant du calcium et magnésium) sont aussi utilisées pour certains traitements dermatologiques. Les sources thermales sulfatées jaillissent notamment dans les Pyrénées, les Alpes et les Vosges.

Les eaux sulfurées

Elles contiennent du soufre et sont réputées pour leurs propriétés antibactériennes, en particulier pour **lutter contre les affections des voies respiratoires**. Les stations thermales avec ce type d'eau sont souvent situées dans les Pyrénées.

Les eaux oligo-métalliques

Ce sont des eaux faiblement minéralisées, mais avec des oligo-éléments intéressants pour le **renforcement du système immunitaire et le traitement des carences** ou de certaines pathologies : cuivre, zinc, fer, arsenic, sélénium... On retrouve ce type de source thermique à divers endroits, dans le Bassin aquitain ou le Massif central, par exemple.

Eau de source ou eau minérale?

L'eau de source et l'eau minérale naturelle sont toutes deux des eaux d'origine souterraine, microbiologiquement saines et ne nécessitant, par conséquent, pas de traitement de désinfection (contrairement à l'eau du robinet, par exemple).

Mais l'eau minérale naturelle se distingue de l'eau de source par sa stabilité : sa composition (teneur en minéraux, oligo-éléments ou autres constituants) et sa température d'émergence ne varient pas.

Lors d'une cure thermique, vous profiterez des vertus d'une eau minérale naturelle.

2.2 Du bord de mer à la moyenne montagne : petit panorama des régions thermales françaises

MASSIF CENTRAL

Terre de volcans, l'**Auvergne est elle aussi réputée pour sa tradition thermique ancienne**. Vichy avec son patrimoine Art Déco, La Bourboule, Le-Mont-Dore, classé aux monuments historiques, ou encore Chaudes-Aigues dans le Cantal, où jaillit l'eau thermique la plus chaude de France (jusqu'à 82 °C!)... Les villes d'eau du Massif central vous promettent un grand bol d'air dans un paysage de plateaux, vastes pâturages et forêts.

EST DE LA FRANCE

Avec des stations thermales emblématiques comme **Vittel et Contrexéville** dans les Vosges, l'Est de la France ne manque pas non plus d'atouts pour séduire les curistes en quête de nature et tranquillité. Un peu plus au sud, le Jura est renommé pour ses eaux salées.

SUD-OUEST

Dans les **Pyrénées, les Landes et jusqu'en Charente-Maritime**, le Sud-Ouest regorge de stations thermales, que vous soyez plutôt côte atlantique ou montagne. Ambiance Belle Époque dans un décor naturel grandiose à Luchon, jardin exotique au cœur du Pays basque à Cambo-les-Bains, gastronomie et animation à Dax ou authenticité d'une petite station thermique en montagne... Chacun y trouvera son compte!

ALPES

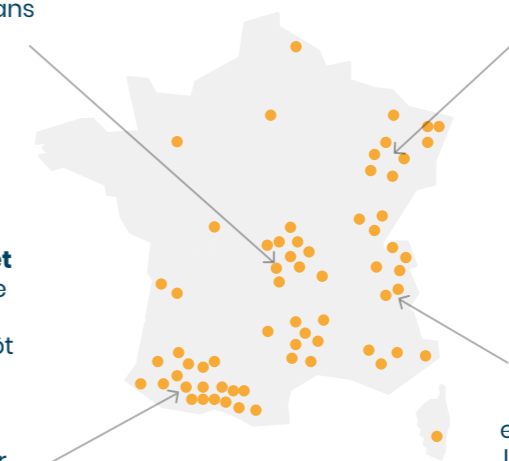
Aix-les-Bains, Évian-les-Bains, Saint-Gervais-les-Bains... Les villes thermales des Alpes portent bien leur nom! Nichées au bord des lacs ou au creux des vallées, elles offrent aux amoureux de la montagne des panoramas splendides sur les sommets et un accès facile aux activités de plein air, quelle que soit la saison (balades et randonnées, raquettes, ski...).

AUTRES DESTINATIONS THERMALES EN FRANCE

Enghien-les-Bains près de Paris, Bagnoles-de-l'Orne en Normandie, Saint-Amand-les-Eaux près de Lille, La Roche-Posay près de Poitiers, Balaruc-les-Bains près de Montpellier ou encore Pietrapola en Corse : on a tendance à l'oublier mais il existe aussi des stations réputées pour leur eau minérale **en dehors des grandes régions montagneuses et thermales!**

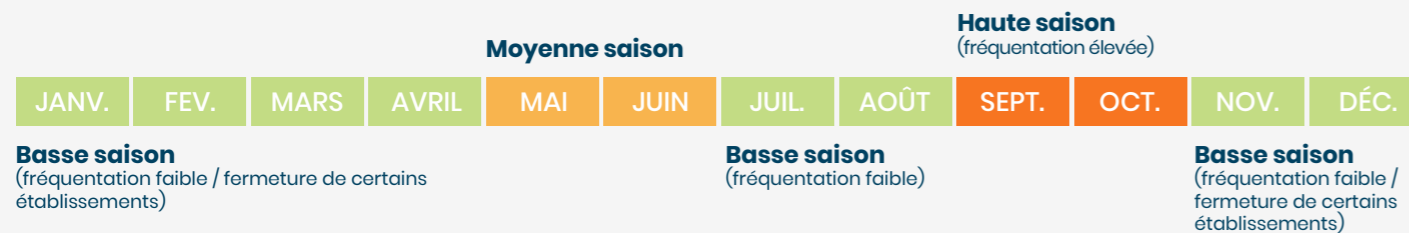
Vous cherchez un établissement thermal?

Lorsqu'une cure vous est prescrite par votre médecin, ce dernier vous indique quels sont les établissements thermaux qui correspondent à vos besoins, en fonction des qualités de leurs eaux. Vous pouvez ensuite éventuellement affiner votre sélection grâce à l'**annuaire du Conseil national des établissements thermaux** (CNETh), qui permet de trouver facilement une cure qui correspond à vos critères (région, pathologie, type et durée de la cure...).



2.3 Haute ou basse saison : à quelle période partir en cure ?

Fréquentation générale des établissements thermaux



Première information à connaître : la majorité des établissements thermaux observent une **période de fermeture en plein hiver, d'une durée plus ou moins longue**. Certains ferment quelques semaines seulement pendant la période des fêtes de fin d'année, d'autres plusieurs mois, de la fin de l'automne jusqu'au printemps. Selon l'établissement choisi, vous aurez donc plus ou moins de flexibilité pour définir vos dates de cure.

D'autres critères sont à prendre en compte pour déterminer les dates de votre séjour :

- **La durée de validité de l'accord de prise en charge de l'Assurance Maladie**, s'il s'agit d'une cure thermique conventionnée. Celui-ci est valable pour l'année civile en cours (avec une prolongation pour les autorisations données en fin d'année).
- **Les recommandations spécifiques liées à votre pathologie**. La période avant l'hiver peut se révéler propice à une cure en rhumatologie ou voies respiratoires, tandis que pour d'autres affections, la période avant l'été sera plus indiquée.

- **La région et son climat**. Rappelez-vous que vous disposerez de plusieurs heures libres chaque jour. Si vous envisagez d'en profiter pour découvrir la région ou vous balader dans la nature, mieux vaut éviter les mois de fortes chaleurs ou la saison froide. D'autant plus que les soins prodigués peuvent entraîner de la fatigue.
- **L'affluence**. Si la haute saison peut signifier un programme d'activités plus varié, la basse saison garantit aux curistes comme au personnel des établissements une atmosphère plus paisible et intime. Les périodes les plus chargées du calendrier étant généralement les mois de septembre et octobre, qui permettent aux curistes de ne pas sacrifier de potentielles vacances estivales en famille. Dans les régions touristiques, pensez également à la fréquentation lors des vacances scolaires, qui peut faire monter le prix des hébergements dans la zone.

3. Combien coûte une cure thermique et comment est-elle remboursée ?

4 conditions doivent être réunies pour que votre cure thermique bénéficie d'une prise en charge par l'Assurance Maladie.

- 1 Elle doit être prescrite par un médecin.
- 2 Elle doit concerner une pathologie figurant parmi les 12 orientations définies par l'Assurance Maladie.
- 3 Elle doit se dérouler dans un établissement thermal agréé ou conventionné.
- 4 Elle doit comprendre 18 jours de traitements effectifs (soit 3 semaines de cure, les dimanches étant généralement laissés libres). Les mini-cures (ou "escales thermales") ne sont pas remboursées par l'Assurance Maladie.

3.1 Quelle prise en charge des soins thermaux par l'Assurance Maladie ?

Les soins thermaux sont remboursés par l'Assurance Maladie sur la base de « tarifs conventionnels », ou encore de **"tarifs forfaitaire de responsabilité" (TFR)**. Les établissements thermaux peuvent toutefois dépasser ces tarifs de base, en facturant des **dépassements d'honoraires ou des compléments tarifaires**, non pris en charge par l'Assurance Maladie.

Coût total d'un soin



La prise en charge d'une cure thermale conventionnée par l'Assurance Maladie : le cas général *

Forfait de surveillance médicale

Il concerne les consultations de suivi délivrées par le médecin thermal pendant la cure (3 minimum).

- Remboursement Sécurité sociale : **70 % du tarif conventionnel de 28 € par consultation**, ou, le cas échéant, de 14 € par consultation concernant une seconde orientation thérapeutique (pour un médecin conventionné)
- Reste à charge : **ticket modérateur de 30 % du tarif conventionnel + éventuels dépassements d'honoraires**

Forfait thermal

Il rassemble les soins remboursables qui sont dispensés pendant toute la durée de votre séjour (allant d'une cinquantaine à une centaine de soins, en fonction des pathologies), selon l'orientation thérapeutique de votre cure. A chacune de ces orientations est attribué un **tarif forfaitaire de responsabilité (TFR)** par l'Assurance Maladie, ainsi qu'un **complément tarifaire encadré**. Au total, le prix du forfait thermal ne peut pas excéder un Prix limite de facturation (PLF) fixé au niveau national.

- Remboursement Sécurité sociale : **65 % du tarif forfaitaire de responsabilité (TFR)** dont le montant dépend des pathologies traitées
- Reste à charge : **35 % de ticket modérateur + complément tarifaire**

Frais d'hospitalisation

Dans certains cas précis (patients en perte d'autonomie ou nécessitant une surveillance médicale constante), la cure thermale prescrite peut nécessiter une hospitalisation. Seules quelques stations thermales, qui disposent d'un hôpital thermal ou qui ont noué un partenariat avec un établissement hospitalier, offrent cette possibilité.

- Remboursement Sécurité sociale : **80 % du tarif conventionnel**, variable selon la pathologie et l'établissement
- Reste à charge : **20 % de ticket modérateur + éventuels dépassements d'honoraires et/ou prestations de confort**

Exceptions

Vous souffrez d'une affection longue durée (ALD) exonérante ? Votre cure est prescrite au titre d'un accident du travail ou d'une maladie professionnelle ? Vous êtes exonéré du ticket modérateur sur votre forfait de surveillance médicale, votre forfait thermal, vos soins médicaux complémentaires et votre hospitalisation éventuelle. Les dépassements d'honoraires et compléments tarifaires restent en revanche à votre charge.

Vous êtes bénéficiaire de la complémentaire santé solidaire ? Vous n'avez pas de dépassements d'honoraires ou de compléments tarifaires à assumer. Vos soins sont remboursés à 100 % par l'Assurance Maladie et la mutuelle.

EXEMPLES

	Tarif forfaitaire de responsabilité (TFR) remboursé à 65 % par l'Assurance Maladie	Complément tarifaire maximum non remboursé par l'Assurance Maladie	Reste à charge total (ticket modérateur + complément tarifaire) couvert par la mutuelle ou complémentaire santé selon ses garanties
Orientation Rhumatologie (codification RH) Forfait 1 de 72 soins	574,51 €	103,47 €	304,51 €
Orientation neurologie (codification NEU) Forfait 1 de 72 soins	603,24 €	108,64 €	319,77 €

+ le cas échéant :

Pratiques médicales complémentaires

Il s'agit d'actes spécifiques, qui ne font pas partie des soins thermaux de base (insufflations, lavage des sinus selon la méthode de Proëtz...).

- Remboursement Sécurité sociale : **70 % du tarif conventionnel, variable selon l'acte**
- Reste à charge : **30 % de ticket modérateur + éventuels dépassements d'honoraires**

BON À SAVOIR

Les indemnités journalières

Vous êtes salarié ? Si vous partez en cure thermale conventionnée en dehors de vos congés payés, vous pouvez bénéficier d'un arrêt de travail et pouvez percevoir des indemnités journalières versées par la Sécurité sociale.

Attention : tous les autres soins non médicaux, les prestations de confort et les activités payantes sont **intégralement à votre charge.**



* Tarifs et plafonds du régime général applicables au 1er avril 2026. Consultez la page Service Public pour disposer des dernières informations. Attention, si vous dépendez d'un régime spécial de la Sécurité sociale (régime agricole, minier, notarial, etc.), les conditions de prise en charge peuvent varier.

3.2 Le transport et l'hébergement : peuvent-ils être couverts par la Sécurité sociale ou la mutuelle ?

Les frais de transport et d'hébergement sont généralement à la charge des curistes. Il vous faudra donc financer votre aller-retour vers votre lieu de cure, et votre logement pendant sa durée : hôtel, location d'un meublé, camping...

Mais des astuces existent pour limiter leur coût !

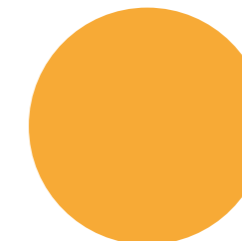
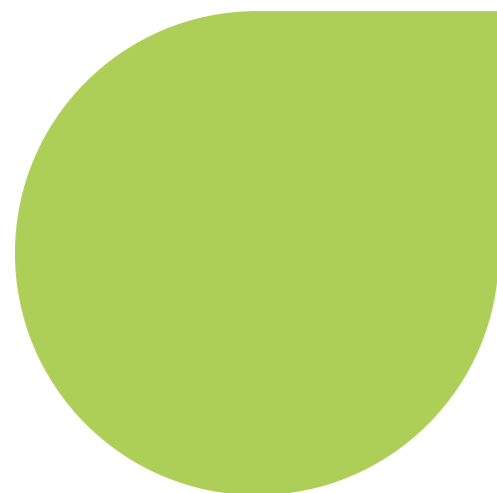
- > **Partir hors saison thermale (et hors vacances scolaires)** pour profiter de tarifs d'hébergement plus avantageux
- > Choisir, dans la mesure du possible, **un établissement thermal près de chez vous** afin de pouvoir rentrer le soir, ou au moins le dimanche
- > **Partir à deux ou à plusieurs**, pour diviser le coût du transport comme du logement
- > **Louer un logement équipé qui vous permettra de cuisiner sur place**, pour éviter d'aller au restaurant tous les jours

Et si l'objectif est, au contraire, de vous faire plaisir, vous trouverez des hébergements de tout standing à proximité des stations thermales.



BON À SAVOIR

Certaines mutuelles ou complémentaires santé participent aux frais de transport et d'hébergement de leurs assurés, sans conditions ! C'est notamment le cas d'**APRIL Tranquillité Santé**, dont le Renfort Senior vous permet de bénéficier de **100 à 350 €** (par année d'adhésion et selon le niveau de garanties souscrit) pour financer ces frais annexes de cure thermale, mais néanmoins indispensables !



Toutefois, si les revenus de votre foyer sont inférieurs à un certain plafond ou si vous suivez une cure liée à un accident du travail ou une maladie professionnelle, vous pouvez bénéficier d'une aide financière (hors frais de repas qui restent à votre charge, quelle que soit votre situation).

Situations éligibles *	Frais de transport *	Frais d'hébergement *
	Dans la limite des dépenses réellement engagées, à prouver sur justificatifs	
Revenus modestes (inférieurs à 14 664,38 € pour une personne seule, ou à 21 996,57 € pour un couple)	Prise en charge à 55 % (sur la base du tarif du billet SNCF aller-retour en 2 ^e classe)	Prise en charge à 65 % (sur la base d'un forfait total fixé à 150,01 euros, soit une prise en charge de 97,50 euros maximum)
Affection longue durée exonérante (ALD) + conditions de ressources	Prise en charge à 100 % (sur la base du tarif du billet SNCF aller-retour en 2 ^e classe)	Prise en charge à 100 % (dans la limite de 150,01 euros au total)
Accident du travail ou maladie professionnelle (sans conditions de ressources)	Prise en charge à 100 %	Prise en charge à 100 % (dans la limite de 150,01 euros au total)
Cure avec hospitalisation (sans conditions de ressources)	Prise en charge à 55 % ou 100 %	Prise en charge à 100 %

* Tarifs et plafonds applicables au 1er avril 2026. Consultez la page Service Public pour disposer des dernières informations. Attention, si vous dépendez d'un régime spécial de la Sécurité sociale (régime agricole, minier, notarial, etc.), les conditions de prise en charge peuvent varier.



APRIL
TRANQUILLITE SANTE

L'ASSURANCE COMPLÉMENTAIRE SANTÉ QUI PREND SOIN DE VOUS !

Les soins de cure thermale ne sont pas systématiquement remboursés par les mutuelles et complémentaires santé, et ne font pas partie du panier de base des contrats responsables...

Mais ils sont compris dans les garanties du Renfort Senior d'APRIL Tranquillité Santé !

VOS SOINS THERMAUX REMBOURSÉS PAR LA SÉCURITÉ SOCIALE SONT COUVERTS À HAUTEUR DE 100 % DE LA BR

ET VOS FRAIS ANNEXES DE CURE (TRANSPORT, LOGEMENT) SONT FINANCÉS JUSQU'À 350 € PAR ANNÉE D'ADHÉSION

Votre Renfort Senior vous offre aussi :

- La prise en charge de **vos vaccins et médicaments non remboursés** par la Sécurité sociale jusqu'à 70 € par année d'adhésion.
- Un forfait supplémentaire de 650 € par oreille pour vos aides auditives**, renouvelable tous les 4 ans

L'assurance complémentaire APRIL Tranquillité Santé prend en charge jusqu'à 120 € par année d'adhésion **les médecines douces non remboursées par la Sécurité sociale**, pour vous permettre de prolonger avec douceur les bienfaits procurés par votre cure !

Ostéopathie, homéopathie, acupuncture, naturopathie, étio-pathie, diététique, chiropractie, microkinésithérapie, podologie, réflexologie, sophrologie, luminothérapie, hypnothérapie



Parmi les nombreuses autres garanties d'APRIL Tranquillité Santé, **déclinées en 6 niveaux de garantie au choix :**

Honoraires médicaux et chirurgicaux

JUSQU'À 300 % BR
(ou 200 % BR si médecins NON DPTAM⁽¹⁾)

Chambre particulière en cas d'hospitalisation

JUSQU'À 85 €
PAR JOUR

Prothèses orthopédiques, petit et gros appareillage médical (hors prothèses auditives)

JUSQU'À 250 % BR

Bonus fidélité dès 2 ans d'adhésion, sur les **prothèses dentaires** "Offre modérée" et "Offre libre" remboursées par la Sécurité sociale

JUSQU'À 300 % BR⁽³⁾

Bonus fidélité dès 2 ans d'adhésion, sur l'équipement optique "Offre libre" classe B

JUSQU'À 600 €
selon la catégorie de l'équipement

Réalisez des économies sur votre budget santé, **grâce à la réduction MULTI-ÉQUIPEMENT d'APRIL !**

En plus de votre complémentaire santé, vous souhaitez renforcer votre protection avec des contrats qui correspondent à vos besoins, tout en maîtrisant votre budget ? Pensez à la prévoyance privée !

- **Sérénité Obsèques APRIL⁽⁵⁾** pour prévoir et financer vos funérailles
- **Assurance accident de la vie APRIL⁽⁵⁾** pour compter sur un complément de revenus en cas d'aléa
- **Tempo Décès APRIL⁽⁵⁾** pour transmettre une rente ou un capital à vos proches après votre disparition

En cas de souscription simultanée d'**APRIL Tranquillité Santé** et d'un ou plus de ces contrats, vous bénéficiez de **10 % de réduction viagère sur chacun d'entre eux !⁽⁶⁾**

En un clic, découvrez en détail toutes les garanties, les niveaux et les avantages d'APRIL Tranquillité Santé



(1) Dispositifs de Pratique Tarifaire Maîtrisée (OPTAM, OPTAM-ACO et tout autre dispositif) ayant pour objet l'encadrement des dépassements d'honoraires des professionnels de santé conventionnés. (2) Tels que définis réglementairement. Les frais de prothèses dentaires exposés dans le cadre du « panier 100% Santé » sont intégralement pris en charge par vos garanties, sous déduction du remboursement du Régime Obligatoire et dans la limite des honoraires de facturations prévues pour ce type d'actes en application du décret n° 2019-21 du 11 janvier 2019. (3) Pour un plafond prothèse de 2500 € par année d'adhésion (avec une prise en charge de 100 % BR au-delà). (4) Tels que définis réglementairement. Les verres et montures faisant l'objet d'une prise en charge renforcée (panier « 100% Santé ») seront intégralement pris en charge par vos garanties, sous déduction du remboursement du Régime Obligatoire et dans la limite du prix de vente fixé pour ce type d'acte. Les verres et montures ne faisant pas l'objet d'une prise en charge renforcée (Offre libre) seront pris en charge sous déduction du remboursement du Régime Obligatoire et dans les limites fixées par le décret n° 2019-21 du 11 janvier 2019. Dans les deux cas la garantie s'applique aux frais exposés pour l'acquisition d'un équipement composé de deux verres et d'une monture par période de deux ans à compter du dernier renouvellement d'un équipement complet, et par période d'un an pour les enfants de moins de 16 ans ou en cas d'évolution de la vue. Un renouvellement anticipé est également possible en application de l'article L165-1 du Code de la Sécurité sociale. (5) Offre réservée pour toute souscription d'un contrat d'un montant minimum de 180 € TTC / an, hors réduction. (6) La réduction s'applique au moment de la prise d'effet du deuxième contrat.

3.3 Check-list des formalités à accomplir pour boucler votre budget cure thermique

✓ Consultation avec votre médecin traitant ou médecin spécialiste

Celui-ci remplit avec vous le questionnaire de prise en charge de la cure thermique (formulaire Cerfa), et vous indique également les établissements thermaux adaptés à votre pathologie. Une fois choisi avec lui, le nom de l'établissement est précisé dans le formulaire.

✓ Envoi du dossier à votre caisse d'Assurance Maladie

C'est à vous de lui transmettre votre demande : elle est constituée du questionnaire de prise en charge rempli par votre médecin et signé par vos soins, ainsi que d'une déclaration de ressources, accompagnée de pièces justificatives.

✓ Prise de contact avec l'établissement thermal

Pour gagner du temps, vous pouvez d'ores et déjà contacter votre établissement de cure, pour connaître ses disponibilités, ses offres et évaluer précisément le coût de votre prochain séjour (soins thermaux, éventuelles prestations de confort, activités payantes, etc.). Vous pouvez éventuellement pré-réserver votre cure thermique sans attendre la réception de l'accord de prise en charge, afin de bloquer les dates auprès de l'établissement.

✓ **Évaluation de la participation de votre mutuelle ou complémentaire santé aux frais de cure** : sur la base du détail tarifaire fourni par votre établissement thermal, n'hésitez pas à le transmettre à votre mutuelle pour qu'elle vous confirme sa part de remboursement, et le montant de votre reste à charge.

✓ Réception de l'accord de prise en charge de l'Assurance Maladie

Son délai de réponse est généralement de 4 à 6 semaines. Tenez-en compte et anticipez !

✓ Réservation de votre cure thermique et de votre hébergement

Une fois vos dates de cure définitivement validées, et à moins de partir en cure à proximité de votre domicile, il vous faut réserver votre hébergement et votre transport.

✓ Prise de rendez-vous avec le médecin thermal

Avant votre arrivée, vous devrez prendre contact avec l'un des médecins thermaux de la station pour planifier votre première consultation avec lui. Vous lui présenterez à cette occasion le volet « Honoraires médicaux » de l'accord envoyé par l'Assurance Maladie, ainsi que vos derniers bilans de santé. L'établissement thermal vous précisera toutes ces informations pratiques en amont.

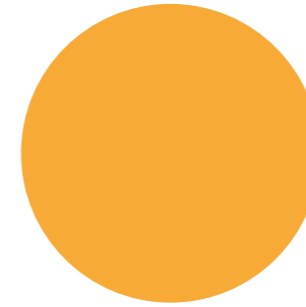
✓ Début de votre cure thermique

Pensez à apporter avec vous le second volet de l'accord de l'Assurance Maladie, intitulé « Forfait thermal ».

✓ Fin de votre cure thermique

La part de vos frais de soins pris en charge par l'Assurance Maladie est réglée directement par tiers payant. Vous vous acquitterez uniquement du paiement du ticket modérateur, du complément tarifaire et des éventuels dépassements d'honoraires : il vous reste ensuite à fournir les justificatifs nécessaires à votre mutuelle afin qu'elle complète le remboursement de la Sécurité sociale.

Attention, si vous n'avez pas l'accord de prise en charge de l'Assurance Maladie avec vous lors de votre arrivée en cure, vous devrez généralement avancer l'ensemble des frais à l'établissement.



3.4 Autres questions fréquentes

Puis-je suivre plusieurs cures thermales dans l'année ?

Seule une cure thermique par an est prise en charge par l'Assurance Maladie, sauf exception (dans le cas des grands brûlés notamment). Rien ne vous empêche toutefois de suivre une cure supplémentaire ou une mini-cure à un autre moment de l'année, mais elle sera à vos frais.

Puis-je choisir ma station thermique ?

Le choix de l'établissement thermal se fait avec votre médecin, lors de la consultation. Vous devrez réserver votre cure dans l'établissement thermal indiqué

dans le questionnaire de prise en charge pour bénéficier de la prise en charge de l'Assurance Maladie.

Puis-je ajouter des soins lors de ma cure thermique ?

Votre programme de soins thérapeutiques sera défini avec le médecin thermal au tout début de votre cure. Vous pouvez programmer sur votre temps libre des activités complémentaires. Certaines peuvent être gratuites, d'autres payantes. Les soins dits « de confort » tels qu'un massage détente ou un accès au spa restent généralement à votre charge.



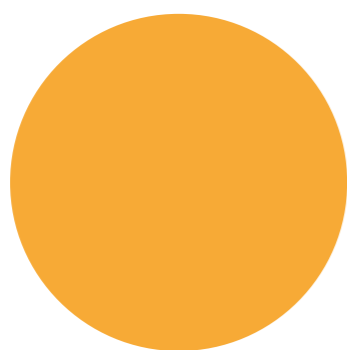


Que dois-je emporter pour ma cure thermique ?

Pensez à prendre avec vous :

- › votre dossier administratif et médical (accord de prise en charge, derniers résultats d'examens, ordonnances et médicaments...);
- › au moins une tenue de bain (maillot de bain, bonnet de bain, sandales en plastique antidérapantes);
- › un petit sac pour y placer gourde et effets personnels nécessaires pendant vos journées de soins;
- › ainsi que des effets personnels adaptés aux activités que vous envisagez de pratiquer (tenue de sport ou de gymnastique, chaussures de marche...).

Les serviettes et peignoirs sont en principe fournis chaque jour par l'établissement thermal. Le plus simple est de le contacter en amont pour connaître la liste des effets mis à disposition ou vendus sur place.



Que se passe-t-il si j'interromps ma cure en cours de route ?

Si vous ne suivez pas les 18 jours de traitements prescrits dans leur totalité, vous ne serez pas remboursé par l'Assurance Maladie. Un remboursement au prorata des jours effectués peut être accordé dans trois cas seulement : un cas de force majeure (un décès familial, par exemple), la fermeture de l'établissement thermal ou une raison médicale empêchant la poursuite de la cure (attestée par un certificat médical).

4. Il ne reste plus qu'à vous jeter à l'eau !

4.1 Un traitement naturel, accessible à tous les budgets

La cure thermique est un remède naturel et, au contraire d'autres traitements, sans effets secondaires. Elle permet d'envisager des pistes pour traiter, soulager et prévenir, sans recourir aux médicaments. Vous profitez des bienfaits d'une eau dont les propriétés ont été validées scientifiquement, tout en bénéficiant d'un encadrement et d'un suivi médical personnalisé et spécialisé dans votre pathologie. Et à rebours des idées reçues, partir en cure thermique ne nécessite pas forcément de casser sa tirelire ! L'Assurance Maladie supporte une grande partie du coût des traitements et votre mutuelle complète souvent cette prise en charge.

4.2 Un accompagnement global pour mieux vivre avec sa maladie et mieux vieillir

La pratique du thermalisme évolue en même temps que la société. De nombreuses stations thermales ambitionnent de devenir des stations de « pleine santé », qui accompagnent des curistes de tout âge sur tous les aspects de leur santé. **En soulageant la douleur et en soignant**, bien sûr, mais aussi **en éduquant à la santé et au bien vieillir**, ainsi qu'en aidant à mieux **identifier les facteurs de risque et d'aggravation d'une pathologie**.

En parallèle de votre cure, vous pourrez donc bénéficier d'un **accompagnement multidisciplinaire pour mieux vivre avec votre maladie**, en faisant du bien à votre corps comme à votre esprit. N'hésitez pas à vous renseigner sur les **ateliers et sessions d'éducation thérapeutique proposés** par

l'établissement autour de vos soins. Une cure thermique est le moment idéal pour prendre de nouvelles (bonnes) habitudes !

4.3 Un moment de repos, bénéfique pour le corps et pour l'esprit

La durée d'une cure conventionnée – 3 semaines – fait de celle-ci un vrai moment de rupture avec le quotidien. Les temps libres, en général les après-midis et les dimanches, permettent de se concocter un **emploi du temps sur mesure, en pensant avant tout à soi**. Profitez de ce moment à part dans l'année pour laisser la place au repos et sonder vos envies profondes. Partir seul ou à plusieurs, faire des activités (culturelles, sportives, ateliers diététiques/culinaires...) et rencontrer de nouvelles personnes ou se ressourcer en solo, tout organiser en amont pour ensuite se laisser porter ou se ménager des moments de liberté et d'improvisation...

Il y a mille et une façons de vivre une cure !

**Vous êtes en train de préparer votre aventure thermique ?
Ou vous en êtes déjà de retour ?**

Partagez votre expérience et vos ressentis avec la communauté Bien dans mon âge !



L'ASSURANCE EN PLUS FACILE

Tel : 04 78 92 88 19*

Du lundi au vendredi
de 9h à 19h
Le samedi de 10h à 14h

* prix d'un appel local depuis la métropole

Vous êtes un assuré APRIL ? Contactez-nous

Par formulaire de contact adressé à votre interlocuteur dédié sur : www.april.fr/contact

Par téléphone auprès du service APRIL qui vous intéresse et dont vous trouverez les coordonnées ici : www.april.fr/edito/comment-contacter-april

Vous êtes un journaliste ?

Vous pouvez joindre Mélanie Sutter,
Directrice adjointe Communication
par email : melanie.sutter@april.com