

Balaruc
LES-BAINS
ARCHIPEL DE THAU
DESTINATION MÉDITERRANÉE



MON *Séjour*



SOMMAIRE



Directeur de la publication :
François Commeinhes
Rédaction et mise en page : Office de
tourisme Archipel de Thau Destination
Méditerranée
Création graphique : Hôtel République
Crédits photos : Unsplash, M. Ricard,
SPLETH Balaruc-les-Bains, E. Morel, I. De
Bertier, NPS / D. Cavailhes, A. Blanc /
Thau en Méditerranée, F. Ambrosino,
N. Durrieu, OT Montpellier, OT Beziers,
H. Leclair, O. Octobre, Ecothau,
N. Chauveau, O. Maynard, Aqua turtle,
Centre nautique Manuréva - OTI Archipel
de Thau, R. Domergue, H. Da Costa,
B.Séon, K.Prosnier.
Illustration Carte : Hôtel République
Tirage : 12 000 exemplaires
Impression : JF Impression
Date de parution : juillet 2024
archipel-thau.com

04

VOTRE OFFICE DE TOURISME

05

LA CARTE BIP

06

BIENVENUE À BALARUC-LES-BAINS

08

BALARUC BIEN-ÊTRE

14

L'ARCHIPEL DE THAU, DESTINATION MÉDITERRANÉE

16

CARTE DE DESTINATION

18

UN PEU PLUS LOIN

20

VOS LOISIRS

26

ENVIE DE BONS PRODUITS

32

VOS ADRESSES BEAUTÉ, SANTÉ, BIEN-ÊTRE

34

DANS MA VALISE

36

DÉPLACEZ-VOUS

38

À VOTRE SERVICE

40

PROFESSIONNELS DE SANTÉ

43

INFORMATIONS PRATIQUES

Votre office de tourisme



**PARTENAIRES DE VOTRE SÉJOUR,
NOS CONSEILLERS VOUS ACCUEILLEN TOUTE
L'ANNÉE ET ACCOMPAGNENT VOS ENVIES.**

Les services de l'office de tourisme

- Accompagnement dans votre recherche d'hébergements engagés dans une démarche qualité :

Trouvez votre hébergement sur notre site Internet www.balaruc-les-bains.com, rubrique "Je trouve mon hébergement".

Guide "Mon hébergement" disponible sur demande à l'Office de tourisme.

- Les z'accueils du lundi :

Tous les lundis matin de 10 h à 12 h.

- Un espace numérique :

Accès Wifi.

Diffusion d'information touristique sur nos écrans.

- Espace boutique :

Souvenirs et produits locaux.

- Un service Qualité :

Conseil et accompagnement, classement et labellisation / suivi satisfaction clientèle.

- Billetterie et activités :

Balades en bateau, excursions en bus, spectacles, activités bien-être à Balaruc et dans l'Archipel de Thau : réservez vos activités à l'Office de tourisme !

Agenda des loisirs disponible en ligne et à

l'Office de Tourisme.

Carte BIP, source d'avantages :

Devenez une Balaruc Importante Personne et profitez de réductions dans les restaurants et commerces de Balaruc et des alentours ! Pour éditer votre carte, rendez-vous à l'office de tourisme.

- Accessibilité :

Notre office de tourisme est labellisé "Tourisme & Handicap".

CONTACTEZ-NOUS !

Office de tourisme Archipel de Thau

Bureau de Balaruc-les-Bains

Pavillon Sévigné

34540 Balaruc-les-Bains

Tel. 33 (0)4 67 46 81 46

Fax 33 (0)4 67 46 81 54

www.balaruc-les-bains.com

contact@archipel-thau.com



Carte BIP

SOURCE D'AVANTAGES

**CONSOMMEZ MALIN
À BALARUC-LES-BAINS !**
DEMANDEZ VOTRE CARTE BIP
(BALARUC IMPORTANTE PERSONNE)
ET BÉNÉFICIEZ DE NOMBREUX
AVANTAGES.

Quels avantages ?

Bien-être, sports, loisirs, culture, services, restauration, gastronomie... La Carte BIP permet de bénéficier d'offres exceptionnelles, consenties par les partenaires de l'Office de Tourisme, pour profiter pleinement de toute la richesse du tissu économique local.

Demandez à l'Office de Tourisme le catalogue des offres et réductions accordées par les commerçants et socio-professionnels partenaires.

Pour la création de la carte, rendez-vous à l'Office de tourisme !

Plus de 80 partenaires

Exemples d'offres : 5 € au casino, 3,50 € l'entrée au JAM.

Comment ça marche ?

- Je me présente à l'accueil de l'Office de Tourisme muni d'une preuve d'hébergement à Balaruc-les-Bains.
- Je récupère ma carte BIP et la présente aux partenaires présents sur le catalogue pour bénéficier de nombreux avantages et réductions.
- Je remplis le coupon qui me permet de participer à la grande tombola pour gagner un des 5 lots en jeu.

Attention : une seule participation par foyer et par an.

Pourquoi devez-vous nous remettre une preuve d'hébergement pour bénéficier des nombreux avantages de la carte BIP ?

Ce dispositif nous permet de vérifier que les hébergeurs balarucois respectent bien la réglementation française en matière de collecte et de reversement de la taxe de séjour. C'est le cas pour la grande majorité d'entre eux mais vous devez nous solliciter au moindre doute.

De plus, vous devez réclamer systématiquement un contrat de location qui vous apportera une protection en cas de désaccord ou de litige. Un service dédié à l'Office de Tourisme peut vous conseiller.

À quoi sert la taxe de séjour ?

La taxe de séjour est instaurée dans toutes les stations thermales et touristiques. Le produit de la taxe de séjour est affecté à des dépenses destinées à améliorer l'offre touristique de la destination (Offre touristique; qualification des hébergeurs; programme d'excursions et d'activités...).

L'astuce de nos conseillers : choisissez un hébergement classé partenaire de l'Office de tourisme et bénéficiez des offres de la carte BIP.



BIENVENUE À Balaruc-les-Bains



DÉCOUVREZ BALARUC, TERRE DE DÉCOUVERTES NATURELLES, TOURISTIQUES, CULTURELLES ET PATRIMONIALES

C'est autour du thermalisme et de ses bienfaits que, dès l'Antiquité, s'est forgée l'histoire de Balaruc-les-Bains. En effet, les romains furent les premiers à utiliser l'eau thermale à des fins thérapeutiques et ces derniers nous ont laissé un riche héritage : vestiges de l'ancienne basilique gallo-romaine, pavages de mosaïques dans l'église, et tout un savoir-faire...

L'eau thermale, le joyau Balarucois

L'eau thermale, dite « l'eau miraculeuse », soignait à l'Antiquité toutes sortes de maux. Aujourd'hui, ses bienfaits sont largement reconnus dans les domaines de la rhumatologie et de la phlébologie. En complément des cures médicalisées et pour un moment de bien-être et de détente intense, des « Escales thermales » ouvertes à tous sans prescription médicale vous sont proposées. Au programme : 5 jours

pour prendre soin de vous et bénéficier de toute l'expertise des Thermes de Balaruc-les-Bains.

Le goût des traditions

Le tambourin, sport traditionnel et étonnant, mélange de tennis et de pelote basque, saura vous surprendre. Praticué par seulement 2 500 licenciés en France, il est profondément ancré sur les terres balarucoises.

Et que dire des célèbres joutes nautiques disputées tout l'été, tout autour de l'Archipel de Thau ! Barque rouge et barque bleue s'y affrontent au rythme des hautbois et du tambour. Véritables chevaliers des temps modernes, les jouteurs perpétuent une tradition séculaire en tentant, du haut de leur barque, de faire tomber leur adversaire dans l'eau, lors de tournois hauts en couleurs.



Une gastronomie aux saveurs intenses

Vins, produits de la mer, coquillages... Le terroir de l'Archipel de Thau offre un panel de saveurs intenses à qui aime le beau, le bon et le gourmand ! Découvrez toutes nos spécialités dans un des nombreux restaurants balarucois.

La lagune de Thau, une richesse inestimable

Deuxième plus grande lagune de France, elle est classée Natura 2000 et abrite de nombreuses espèces protégées. Parmi elles, l'hippocampe moucheté, devenu l'emblème du bassin de Thau.

Cet écosystème protégé est toutefois propice à la baignade. Avec ses plaquettes et son eau peu profonde et sans courant, c'est l'endroit idéal pour passer du bon temps, et s'initier aux activités nautiques.

Le Jardin antique méditerranéen

La diversité des jardins à l'époque romaine jusqu'à nos jours, au travers de sept créations originales. Un parcours dédié à la connaissance des essences végétales méditerranéennes, appelant à la méditation...

Rue des Pioch (avenue de la gare, à côté des serres municipales)

Visite guidée tous les mercredis à 10 h.

Sur réservation : 04 67 46 47 92

jam@agglopole.fr

Un week-end à Balaruc-les-Bains

Envie de découvrir Balaruc ? De flâner le long de la lagune et de déguster un plateau de coquillages au soleil ? Laissez-vous porter...

Jour 1 • On explore !

- Rendez-vous à l'Office de tourisme pour découvrir tous nos bons plans du jour.
- Pour vous ouvrir l'appétit, rien de tel qu'une balade le long de la promenade Brassens, avec sa vue imprenable sur Sète et la lagune de Thau.
- Une halte s'impose dans un des nombreux restaurants qui bordent la lagune ou en cœur de station.
- L'après-midi, direction le centre nautique Manuréva, pour une session voile, kayak ou paddle.

Jour 2 • Entre découverte et patrimoine

- Envie de mieux connaître l'histoire gallo-romaine de Balaruc ? Rendez-vous au Jardin antique méditerranéen.
- Poursuivez votre balade avec une pause gourmande en déjeunant sur le pouce : tielles, huîtres, zézettes, accompagnés d'un verre de Picpoul de Pinet, achetés dans les commerces de la station.
- Pour une après-midi fun, louez un vélo ou un gyropode et empruntez la voie verte à la découverte de la faune et de la flore locale !

Sur les Pas de Brassens et Lolo

Le pêcheur balarucois Laurent Spinosi, dit « Lolo », recevait souvent dans sa cabane au bord de la lagune de Thau son ami Georges Brassens, le chanteur et poète sétois, ainsi que de nombreuses célébrités.

Un hommage est rendu à ces figures balarucoises par le nom que porte la promenade qui longe la lagune de Thau.

Label destination pour tous



Balaruc-les-Bains est labellisée Destination pour tous et s'attache à améliorer l'accessibilité de la station pour le confort des personnes en situation de handicap.

Une rubrique spécifique présente les établissements accessibles sur le site :

www.balaruc-les-bains.com

RUBRIQUE :

"Je prépare mon séjour" / "Tourisme & Handicap"

Balaruc bien-être



L'EAU THERMALE, UNE RESSOURCE NATURELLE, UNIQUE ET BIENFAISANTE

À Balaruc-les-Bains, première station thermale de France, le thermalisme rythme l'histoire de la cité depuis l'Antiquité. Partie il y a 100 000 ans des Causses d'Aumelas et du massif de la Gardiole, sa précieuse eau thermale provient de sources naturelles profondes. En traversant différentes couches rocheuses, elle s'est enrichie année après année en oligo-éléments et sels minéraux essentiels (calcium, magnésium, potassium, manganèse...), rendant ainsi sa composition unique. Captée entre 120 et 404 m de profondeur à une température naturelle comprise entre 37°C et 49°C, elle est l'une des eaux thermales les plus chaudes et les plus minéralisées du Languedoc. Elle est ensuite directement acheminée vers l'établissement thermal, où sa qualité bactériologique est rigoureusement

contrôlée (30000 analyses/an), pour le bien-être et la sécurité des visiteurs. Riche en bicarbonates et en oligoéléments, l'eau thermale de Balaruc-les-Bains possède de nombreuses vertus curatives, qui lui valent d'être utilisée en rhumatologie et phlébologie, mais aussi dans la préparation et la récupération pour les sportifs de haut niveau. Ce mélange d'eaux chaudes et salées issu du milieu marin facilite non seulement la mobilisation articulaire lors des soins, mais possède également des propriétés régénérantes, antalgiques, anti-inflammatoires et protectrices de la barrière cutanée. Les soins à base d'eau thermale sous forme de bain, de douches favorisent la tonicité, la stimulation et le drainage musculaire. Un must pour soulager vos tensions et repartir chez vous du bon pied !

Le soin, un véritable engagement

La mission des professionnels des Thermes de Balaruc-les-Bains, agents thermaux, kinésithérapeutes, infirmières, est d'accompagner les curistes dans leurs parcours de soin, tout au long de leur séjour. Les soignants sont formés pour accueillir et prendre soin de leurs patients, dans une relation bienveillante de soutien et d'écoute. Le professionnalisme des équipes s'exprime également dans le domaine technique, où le soignant utilise son savoir-faire pour effectuer des soins thermaux grâce à l'environnement technologique innovant des thermes. L'éthique du soin et de la prévention est au cœur du projet d'accompagnement des patients et de la démarche qualité des Thermes de Balaruc-les-Bains.

Les Thermes sont certifiés AQUACERT et ISO 9002, garantissant la sécurité des équipements et la qualité du service médical rendu à sa patientèle.



Balaruc les Bains

EAU THERMALE

INFORMATIONS

Les Thermes de Balaruc-les-Bains

1 rue du Mont-Saint-Clair / BP 45

Tél. 04 67 51 76 01

Fax 04 67 51 76 91

www.eaux-thermales-balaruc.com

contact.thermes@thermesbalaruc.com

Rejoignez nous sur facebook et Instagram

- www.facebook.com/thermesbalaruc

- www.instagram.com/thermes_balaruc/





LES CURES THERMALES

Cure médicalisée – Rhumatologie (18 jours)

La cure de Balaruc-les-Bains apporte une solution pour lutter contre toutes les formes de rhumatismes, même les plus variées. Une grande variété de soins : douches au jet et localisés, bains, massages sont dispensés et apportent les bienfaits stimulant, décontractant et relaxant de l'eau thermale de Balaruc-les-Bains.

Le soin de boue thermale ou pélothérapie est dispensé dans un lit de diffusion de boue thermale à 42 °C et son action est anti-inflammatoire, antalgique et myorelaxante.

Breveté, ce soin a été récompensé au congrès de l'ESPA (European Spas Association), en 2015, dans la catégorie « innovative thermale water spa ».

Cure médicalisée – Phlébologie (18 jours)

L'eau thermale de Balaruc-les-Bains possède des propriétés phlébotoniques et décongestives.

Des soins spécifiques : douches, aérobain local, massages et compresses sont dispensés aux Thermes de Balaruc-les-Bains. Les Thermes sont équipés du plus long couloir de marche d'Europe (70 m) qui associe un massage circulatoire naturel des chevilles, de la voûte plantaire et des jambes, associé à l'action musculaire drainante de la marche à contre-courant.

Agir contre les douleurs chroniques

Les Thermes de Balaruc-les-Bains déploient en 2024 un programme intitulé « AGIR contre les Douleurs Chroniques » (syndromes douloureux dus à une fibromyalgie, un Covid long, ...) dont l'objectif global est de proposer aux curistes concernés une expérience de cure thermale intégrée à un programme initiatique visant à agir activement contre les douleurs chroniques, en combinant les bienfaits de l'eau thermale avec des leviers d'action spécifiques.

1. Comprendre pour Agir

- Conférences éducatives : expliquer les mécanismes de la douleur pour une meilleure compréhension.
- Groupes de parole en début et fin de cure : partage d'expériences et soutien mutuel pour identifier et progresser sur le chemin de la guérison.

2. Prévenir pour Agir

- Activité physique adaptée : encouragement à pratiquer un sport adapté pour maintenir la santé et retrouver de la mobilité.
- Tout au long de l'année : Stretching, Atelier dos, Atelier posture, Gym douce, Marche nordique.

3. Lâcher Prise pour Agir

- Séances de relaxation progressive, de sophrologie, de rituel bien-être ou de yoga du rire : approches visant à se reconnecter et à détendre le corps et l'esprit pour favoriser le bien-être global et améliorer la qualité du sommeil.
- Séances de modelage bien-être à l'eau thermale, au sein de l'institut la parenthèse O'balia. Des modelages ciblés sur certaines zones du corps pour un moment pour soi de profond repos et lâcher prise.

4. Prendre un Nouveau Départ et Agir

- Activités déclic telles que les consultations d'hypnothérapie, la marche en pleine conscience ou des consultations de naturopathie pour initier une modification de son hygiène de vie, se libérer des empreintes négatives et initier un nouveau chapitre après la douleur, en confiance.

Ce programme s'étale sur toute la durée de la cure thermale, permettant une approche progressive et personnalisée pour chaque participant. L'objectif est de composer à l'avance, en coordination avec son médecin thermal, un programme personnalisé, adapté, correspondant à ses besoins précis.

Avec cet accompagnement holistique, qui prend en compte le bien-être physique, émotionnel et mental pour favoriser un véritable changement, l'établissement thermal entend apporter à ses patients des clés pour améliorer leur qualité de vie malgré les douleurs chroniques.

« Pendant son séjour en cure, chaque curiste a la possibilité de s'engager librement dans le programme AGIR contre les douleurs chroniques.

Pour renforcer l'impact de cette démarche, l'établissement propose des sessions de groupe, spécialement conçues pour les personnes atteintes de syndromes douloureux et les patientes en cure post-cancer du sein. Ces sessions offrent une dynamique de groupe propice aux échanges bénéfiques, favorisant ainsi le partage d'expériences. »

**Balaruc
les Bains**
EAU THERMALE



Groupe et paroles et d'échanges encourageants

Au sein de ces groupes, la parole se libère, permettant à chacun de partager son vécu, ses défis et ses succès. Ces moments d'échanges créent une atmosphère de compréhension mutuelle, favorisant un soutien entre pairs. Que ce soit pour aborder les aspects physiques, émotionnels ou sociaux de la douleur chronique, ces sessions de groupe offrent un espace d'écoute bienveillante et d'entraide.

Les participants à ces sessions bénéficient non seulement de l'expertise de professionnels de la santé, mais aussi du pouvoir transformateur de la communauté. L'objectif est de construire ensemble un environnement où chacun peut trouver du réconfort, de l'inspiration et des ressources pour mieux vivre avec la douleur chronique.

Session spécifiques 2024

SYNDROMES DOULOUREUX :

Lundi 11 mars, lundi 1er avril, lundi 22 avril,
lundi 8 juillet, lundi 29 juillet, lundi 19 août.

POST CANCER DU SEIN :

Lundi 4 mars, lundi 25 mars, lundi 15 avril,
lundi 1er juillet, lundi 22 juillet, lundi 12 août.

LES ESCALES THERMALES

5 JOURS POUR PRENDRE SOIN DE VOUS • OUVERT À TOUS

Vous souhaitez expérimenter les bienfaits de l'eau thermale ? Accordez-vous une escale de 5 jours de soins à Balaruc-les-Bains pour soulager vos douleurs chroniques et vous offrir une pause relaxante.

Escale « Hydro relaxante »

Une expérience naturelle, reminéralisante et 100 % délassante.

À la découverte des vertus de l'eau thermale de Balaruc-les-Bains, accordez-vous un concentré de soin thermal dédié à la relaxation musculaire, articulaire et retrouvez des jambes légères.

Programme de soins :

- 1 illutation de boue thermale
- 1 hydro-aérobain
- 1 bain en piscine thermale
- 1 application de compresses
- 1 couloir de marche

Escale « Bienfaits du dos »

Une expérience thermale profonde, qui soulage et redynamise.

Laissez de côté vos maux de dos grâce à des soins efficaces et naturels concentrés sur les tensions dorsales et lombaires.

Programme de soins :

- 1 illutation de boue thermale
- 1 hydro-aérobain
- 1 bain en piscine thermale
- 1 douche dorsale
- 1 hydrojets en piscine

Escale « Jambes légères »

Un concentré de cure triple action : amélioration de la circulation veineuse, action drainante et effet jambes légères.

Accordez-vous les soins naturels ciblés, calmants, drainants et stimulants pour un effet légèreté et bien-être garantis.

Programme de soins :

- 1 couloir de marche
 - 1 hydrojets des jambes
 - 1 douche de pulvérisation des membres
 - 1 bain massant des jambes
 - 1 application de compresses
- un gel jambes légères Balaruc-les-Bains est offert

L'OFFRE

- 5 jours de soins consécutifs
- 5 soins par jour
- 249 € la semaine
- 1h 30 de soins par jour

Une oasis de bien-être nichée au coeur de l'établissement thermal

Au 4^e étage des Thermes, dans un espace flambant neuf, ce nouvel institut offre une vue imprenable sur la paisible lagune de Thau, propose une carte de soins diversifiée, allant de l'esthétique aux soins complets pour le visage et le corps. L'institut est animé par les équipes du Spa Thermal O'balia, réputées pour leur excellence.

Ouvert à tous, curistes ou non, l'institut propose les soins emblématiques qui ont fait la renommée du Spa O'balia, notamment le Soin Signature ELOMA, élaboré avec un cocktail de différentes techniques de massages, ainsi que des soins nouveaux, innovants, tels que le modelage au gel d'eau thermale aux vertus thérapeutiques ciblées.



LA PARENTHÈSE OBALIA
INSTITUT



Les 3 raisons de choisir votre escale

Pour découvrir les soins naturels
à l'eau thermale



Pour dénouer vos tensions
et vous relaxer



Pour prendre du temps pour vous

BALARUC COSMETIQUE : SOINS À L'EAU THERMALE

Prolongez les bienfaits de votre séjour en rapportant dans vos valises les soins cosmétiques pour le visage et le corps formulés à base d'eau thermale ! Ces soins aux textures et senteurs gourmandes conçus et fabriqués à Balaruc-les-Bains apporteront éclat, confort et fraîcheur à votre peau, et donneront à vos rituels beauté un parfum de vacances.

Retrouvez cette gamme de soin complète :

- Dans les bureaux d'accueil de l'Office de tourisme.
- Aux thermes de Balaruc-les-Bains
- Et en ligne sur le site :

www.eaux-thermales-balaruc.com

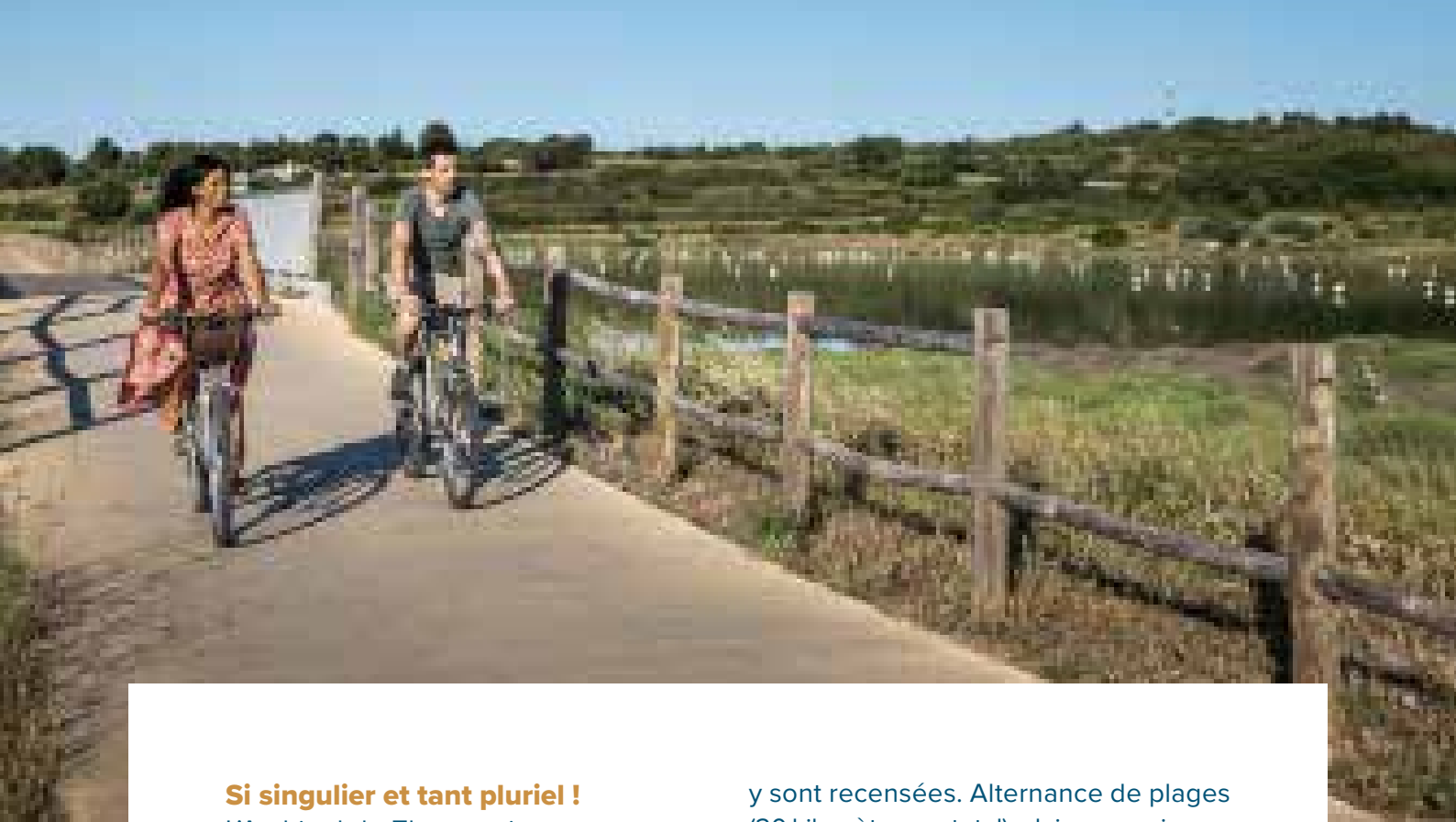
Offre privilège

Profitez d'être à Balaruc-les-Bains, en séjour ou en résidence permanente, pour bénéficier d'une remise de 10 % sur tous les soins, au sein de la boutique des Thermes.



L'Archipel de Thau

UNE DESTINATION QUI VOUS ATTACHE
ET QUI VOUS MÈNE PAR LE BOUT DU CŒUR



Si singulier et tant pluriel !

L'Archipel de Thau conjugue, avec une volupté toute méditerranéenne, les plaisirs terrestres et maritimes. Suivre le littoral et sillonner ses 14 communes sont une véritable expérience sensorielle. Il y a le goût de l'iode, l'accent qui chante, la caresse du soleil, le charme des vieilles pierres, les couleurs qui inspirent, la mer sans cesse recommencée et bien plus encore.

Une fabuleuse biodiversité

Avec plus de neuf zones classées Natura 2000, le territoire, qui s'étend des collines de la Moure au massif de la Gardiole, jouit d'une biodiversité exceptionnelle. Plusieurs centaines d'espèces remarquables

y sont recensées. Alternance de plages (20 kilomètres au total), plaines, garrigues, bois, vignobles, zones humides et forêts, cette partition naturelle invite à la délicatesse.

Une grande bouffée de sensations

On peut flâner sur les sentiers ou circuits de randonnée, pédaler sur les pistes cyclables, voguer sur le canal du Midi et du Rhône à Sète, embarquer sur un voilier ou encore s'envoler en ULM.

Éloge de la lenteur ou goût de la vitesse ? La diversité des activités nautiques et de plein air permet de moduler les sensations au rythme des envies.

*Plus qu'une destination,
l'Archipel de Thau est une rencontre.
Avec un supplément d'âme.*



En gastronomie aussi, l'aventure est savoureuse

Réputée pour ses huîtres, la lagune de Thau dont les rives sont émaillées de mas conchylicoles, déploie un large éventail culinaire. Ode à la Méditerranée, coquillages, poissons, tielles épousent avec délice l'or des vignes. Picpoul de Pinet, Noilly Prat de Marseillan ou muscats de Frontignan et Mireval, ces nectars, nourris de soleil, savent caresser les palais.

L'eau santé & bien être à Balaruc-les-Bains

Le bien-être bouillonne également dans les eaux chaudes de Balaruc-les-Bains. La première station thermale de France accueille les curistes dans un immense vaisseau de verre et d'acier, édifié sur les rives de la lagune.



Une histoire gravée dans la pierre

Les mosaïques du musée gallo-romain de Loupian éclairent le passé antique de la région, tout comme les essences méditerranéennes du jardin antique de Balaruc-les-Bains. Quant au Moyen Âge, il se raconte dans la poésie minérale des abbayes de Valmagne (Villeveyrac) et de Saint-Félix-de-Montceau (Gigean) ainsi que dans les fortifications des villages circulaires de Balaruc-le-Vieux, Poussan, Loupian, Gigean ou Montbazin.



L'exaltation artistique

Au pays de Brassens, Paul Valéry et Jean Vilar, la culture n'est pas en reste. Véritable muse, Sète regorge d'ateliers d'artistes, de musées et de festivals. Musique, cinéma, poésie, photographie, peinture, comédie... la création jaillit sous toutes ses formes, y compris dans la rue et sur les murs.

Le goût du bonheur

Les éclats de rire dans les halles, les bateaux de pêche qui tanguent le long des quais, les pêcheurs qui s'invectivent, les boulistes qui galèjent... Ici, le spectacle est permanent. Comme un rêve éveillé, avec de vrais héros. Ceux tous vêtus de blancs qui joutent dans le canal, ceux à bord des chalutiers qui larguent les amarres à 3 heures du matin, et tant d'autres.

Archipel DE THAU

DESTINATION
MÉDITERRANÉE



CAUSSE
D'AUMELAS
MONTAGNE DE LA MOURE

LAC DE LOLIVET

Villeveyrac

Abbaye de Valmagne

Parc départemental de Bessilles

Musée Parc des Dinosaurès

Montmeze

PICPOUL DE PINET

Loupian

Villa gallo-romaine

Mèze

Château de Girard

Ancienne voie romaine
A9

LAGUNE DE THAU

Les Amoutous

Le Mourre Blanc

Port conchylicole

Parcs à huîtres

Parcs à huîtres

Parcs à huîtres

Port conchylicole

Port conchylicole

Marseillean

Salins

CANAL DU MIDI

ÉTANG DE BAGNAS

Les Onglous

Réserve Naturelle du Bagnas

MARAIS DU PETIT BAGNAS

Marseillean Plage

Agde

Cap d'Agde

← PÉZENAS

← BÉZIERS PERPIGNAN

← AÉROPORT BÉZIERS

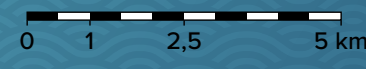
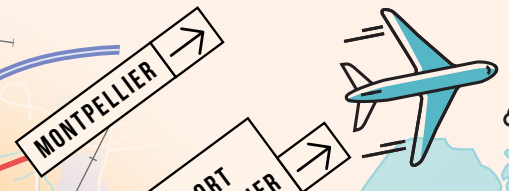
L'HERAULT
D13

CÔTES DE THAU

NATURA 2000

























Route du Lido





GOLFE DU LION

-  Zones bâties
-  Forêts/Espaces naturels
-  Vignes/vergers
-  Marais salants

	Office de Tourisme		Parc de loisirs
	Vignoble		Plage
	Panorama		Port
	Espace naturel		Aviron/Kayak
	Produits du terroir		Kitesurf
	Musée/Théâtre		Voile et planche
	Thermalisme/Bien être		Plongée
	Monument patrimonial		Sentier de randonnée
	Site archéologique		Activité équestre
	Jardin remarquable		Piste cyclable
	Fort/Château		Voie verte
	Gare SNCF		Piste VTT / VTC

Un peu plus loin

DANS LE DÉPARTEMENT



Agde et Pézenas

Evadez-vous à l'infini entre plage et vignobles, Canal du Midi, espaces naturels protégés et cités historiques autour du Cap d'Agde, de Pézenas, de Portiragnes, de Vias et dans les villages du Pays d'Art et d'Histoire.

Nautisme, gastronomie et vins, patrimoine, métiers d'art, brocante et un grand choix de activités pour tous... Cap d'Agde Méditerranée a tant à offrir !

Rendez-vous sur www.capdagde.com, Facebook, Instagram, Twitter et dans nos bureaux d'information.

Montpellier

Le centre historique de Montpellier, ses flâneries dans l'Écusson, l'emblématique place de la comédie, la faculté de médecine, la place royale du Peyrou, le musée Fabre, le carré Sainte Anne et tant d'autres...

La nature, avec le site naturel protégé du Méjean à Lattes, la Méditerranée à 11 km du centre de Montpellier avec la majestueuse Cathédrale de Maguelone entre vignes et étangs.

Béziers et son Canal du Midi

Cet ouvrage, le plus spectaculaire du Canal du Midi, est le site le plus visité de l'Hérault. L'Octuple (8 écluses, 9 bassins en enfilade) permet de franchir un dénivelé de 21,50 m. Comme dans toutes les écluses du Canal du Midi, les bassins y sont ovales : cette forme permet aux murs de pierre de mieux résister à la pression de l'eau qui s'y déverse. Baptisé "l'escalier de Neptune" par son créateur, le biterrois Pierre-Paul Riquet, l'escalier d'eau est un cadeau de l'enfant du pays à sa ville natale.

www.beziers-in-mediterranee.com



SAFARI 4X4
EXCURSION EN VÉLO ÉLECTRIQUE





**CAMARGUE
AUTREMENT**

RECOMMANDÉ PAR
RECOMMANDEUR D'ETAT



RÉSERVATION AU 04 30 08 52 91

1745 Route de l'Espiguettes - Le Grau du Roi
www.camargue-autrement.com



Saint-Guilhem-le-Désert

L'un des Plus Beaux Villages de France : Saint-Guilhem-le-Désert, au cœur du Grand Site de France Gorges de l'Hérault.

Découvrez sa célèbre abbaye classée au Patrimoine Mondial de l'Unesco, ses ruelles pittoresques à la rencontre d'artisans locaux qui vous accueillent dans de petites échoppes pleines de charme.

À l'aller ou au retour, faites une halte au pont du Diable, autre monument emblématique de la vallée de l'Hérault.

BON À SAVOIR

En saison, depuis le site du pont du Diable, des navettes gratuites desservent les villages de Saint-Guilhem-le-Désert et Saint-Jean-de-Fos ainsi que la grotte de Clamouse.

Camarque autrement – Safari 4X4

Prenez "la route des sens" à bord d'un véhicule 4X4. À travers les marais et les rizières, observez et surprenez un flamant rose, un ragondin, les taureaux et les chevaux.

- > De mars à fin octobre
 - > Accueils individuels et groupes
- www.camargue-autrement.com



Vos loisirs



NOS EXCURSIONS INCONTOURNABLES AU DÉPART DE BALARUC-LES-BAINS

L'Office de tourisme vous propose, tout au long de l'année, des sorties pour découvrir les villages typiques et les lieux incontournables de l'Archipel de Thau, des randonnées dans le massif de la Gardiole, des sorties en bateau sur la lagune de Thau, des croisières en péniche sur le Canal du Midi et bien d'autres activités.

Renseignements et inscriptions à l'Office de tourisme

EXCURSIONS GUIDÉES EN MINIBUS

Pour découvrir notre région

O Thau Bus

Explorez notre collection complète de sorties et d'activités passionnantes proposées par O'ThauBus. Plongez dans un monde d'aventures variées, de découvertes culturelles et de paysages enchanteurs : Le Perthus - Collioure, soirée Camarguaise, Sète By Night...

Pour découvrir les incontournables de l'Hérault

Buscapade Languedoc

Partez avec Yves à la découverte des sites emblématiques du département : Abbaye de Valmagne, St Guilhem le Désert, Pézenas, la Cathédrale de Maguelonne, Lac du Salagou, Olargues..

› Excursions à la demi-journée en semaine et à la journée le dimanche.

Pour découvrir l'Archipel de Thau

Sète Grand Tour

› Visite typique de Sète : anecdotes locales, quartiers insolites...
› Visite de la pointe courte et du marché de Sète le mercredi.
› Visite de Bouzigues et ses mas conchylicoles avec dégustation.

SORTIES BATEAUX

Pour découvrir la lagune de Thau

Bateau découverte Bleu marin

Découverte des parcs à coquillages par un conchyliculteur et dégustation de coquillages au départ de Bouzigues.
› D'avril à fin octobre.

L'Évasion de Thau

Embarquez à bord d'un bateau haut de gamme et respectueux de l'environnement à la découverte de l'étang de Thau, à travers plusieurs sorties à thèmes. Dégustation de spécialités selon la thématique.

Pour découvrir Sète, ses canaux et la mer Méditerranée

Sète croisières

› Traversée de la lagune de Thau et des canaux de Sète en bateau.
› Visite du centre ville de Sète en petit train.

L'Ecothau

Navette bateau entre Sète et Balaruc les Bains. Plusieurs excursions à thèmes pour découvrir la lagune de Thau : "Coucher de Soleil", "Visite de la Pointe Courte", "Circuit de la lagune de Thau", restauration sur l'eau...

Pour découvrir le Canal du Midi

Les Bateaux du Soleil

Une journée de croisière sur le Canal du Midi.
Le dimanche, d'avril à fin octobre.

NOS ACTIVITÉS LOISIRS

Le Centre Nautique Manuréva

Le Centre Nautique Manuréva est le site idéal pour la pratique des sports nautiques, pour tous les âges, tous les niveaux et toutes les envies nautiques.

Le Centre Nautique Manuréva, c'est :

- Une école de voile labellisée "École Française de Voile".
- Une offre complète et diversifiée de stages, activités et supports nautiques
- Des moniteurs qualifiés et expérimentés.
- Un centre labellisé "Tourisme & Handicap".

Partagez des moments inoubliables, sur un magnifique plan d'eau abrité, avec nos moniteurs qualifiés.

En bordure de lagune, le centre Manuréva vous attend avec sa flottille moderne, pour la découverte et la pratique des sports nautiques à tout âge.

- **Location de matériel** (planche à voile, paddle, caravelle, kayak de mer, catamaran) et **cours particuliers** (planche à voile, wingfoil, windfoil, catamaran)
- **De multiples formules de stages** pour répondre à vos différentes envies de grand large :
 - Saison estivale, vacances de printemps et d'automne : stages pour vous initier ou vous perfectionner aux sports nautiques sur différents types de bateaux.
 - Animation paddle kayak : pour vous essayer à cette activité nautique accessible à tous.

• Balade nautique sur la Lagune

Découvrez le slow tourisme à bord du bateau "Le Baroulaire" la navigation sur la lagune de Thau. Vous pouvez, selon vos envies, vous laisser porter ou participer aux manœuvres du voilier. Aucune expérience est nécessaire, juste l'envie d'aller sur l'eau.

Laissez-vous guider par un encadrement diplômé.

Centre Nautique Manuréva

Espace sportif du Petit Bois / Avenue de la Gare / 04 67 48 55 63

centrenautiquemanureva@mairie-balaruc-les-bains.fr

centrenautique-balaruc.com



Espace Forme et Santé

Que vous soyez curiste ou non, profitez de votre séjour à Balaruc-les-Bains pour redevenir acteur de votre santé en renouant avec des activités adaptées animées par des professionnels qualifiés et sélectionnés par votre établissement thermal.

Redécouvrez, selon vos envies et à votre rythme, les activités santé qui vous renforceront et vous redonneront confiance : réveil musculaire, stretching, atelier renforcement du dos, atelier posture, marche nordique adaptée, atelier sommeil, atelier anti-inflammatoire, relaxation progressive, yoga adapté, marche pleine conscience, sophrologie, hypnothérapie, yoga du rire, naturopathie.

À partir de 2025, vous pourrez intégrer un programme personnalisé porté par le dispositif Maison Sport-Santé au sein de l'établissement thermal, qui comprendra un bilan, une prescription adaptée en collaboration avec votre médecin thermal et vous mettra au cœur d'une démarche globale et d'un accompagnement santé à poursuivre chez vous.

Espace Forme et Santé de l'établissement thermal

04 67 51 76 82

cure.svb@thermesbalaruc.com



NOS AUTRES BONS PLANS LOISIRS

CROISIÈRE SPORT ET DÉTENTE

Voile évasion

29 avenue du Serpentin – 06 07 29 76 19
voilevasion34@gmail.com

DANCING RÉTRO

Le nostalgia

3 rue des Trimarans ZA de la Gare
04 67 80 24 21 / 06 27 35 38 08

O Palma

864 RD 613 / Route de Mèze 34560
Poussan – 06 63 38 49 43

EXCURSIONS GUIDÉES EN AUTOCAR

Littoral voyages

BP13 ZA Les Verbières
34770 Gigean – 04 67 78 78 75
lv@littoral-voyages.fr
www.littoral-voyages.fr



Bateau de promenade
BLEU MARIN



Infos : 06 03 31 44 90
Au départ de Bouzigues,
partez à la découverte
de la conchyliculture
et de ses parcs
de production.

ÉTABLISSEMENT DE JEUX

Le Casino Circus

125 machines à sous et 24 postes de roulette anglaise électronique.
Salle des jeux traditionnels avec Roulette anglaise, Black Jack, Rampo.
› Ouvert toute l'année 7/7 de 10 h à 3 h 15 pour les machines à sous et de 20 h 30 à 3 h pour les jeux traditionnels.
› Entrée sur présentation d'une pièce d'identité valide

PRODUCTEURS LOCAUX

Moulin de la Dentelle

34 rue Sautaroch
34560 Villeveyrac
07 89 61 78 92
www.moulindeลาดentelle.com
Moulin Artisanal – Huilerie – Boutique produits dérivés à base d'huile d'olives de la propriété

Sanchez Guy Expédition

Port de Loupian le Bourbou
34140 Loupian
04 11 91 64 24
www.guysanchez-huitres.fr
Visites Guidées « Dans les coulisses de l'Ostréiculture » – méthode d'élevage – découverte gustative.

LOCATION DE BATEAUX ÉLECTRIQUES, JETS, PADDLE GÉANT, VÉLO SUR L'EAU

Aquaturtle

Avenue du Port (face au camping municipal Pech d'Ay)
07 67 02 64 63
aqua34turtle@gmail.com



LOCATION DE VÉLOS

Galexia bien-être

Village club Belambra – 06 19 98 75 88
www.galexiabienetre-deferlantes.fr

Thau aventure

06 23 75 14 09
thau.aventure@orange.fr

LOISIRS DÉCOUVERTE

Camargue autrement

7 CC Port Royal – 30240 Le-Grau-du-Roi
04 30 08 52 91
contact@camargue-autrement.com
www.camargue-autrement.com

MINI-GOLF - PETITE RESTAURATION GLACIER

Mini-Golf de l'Étang de Thau

Au cœur du parcours de santé, dans un cadre calme et agréable en bordure de la lagune de Thau, venez découvrir notre mini-golf et notre espace restauration. Horaires variables selon la saison.
Rue du Camping 34540 Balaruc-le-Vieux
04 67 78 91 67
minigolf.etangdethau@orange.fr
www.wix.com/
minigolfdeletangdethau/ffmq



LOISIRS CULTURELS

Le centre culturel "Le Piano-Tiroir"

Balaruc-les-Bains dispose d'un centre culturel "Le Piano-Tiroir". Cet espace permet de développer encore un peu plus une offre culturelle régulière à destination de tous.

L'objectif central du "Piano-Tiroir" est de promouvoir un certain regard sur des spectacles, d'engendrer des rencontres entre publics et artistes et de transmettre à la population du territoire cette ouverture culturelle, cet accès le plus large possible à la création, notamment grâce au travail d'éducation artistique et culturelle mené.

De septembre à juin, laissez vous surprendre par une programmation culturelle de qualité : théâtre, musique, spectacles jeune public, conférences, expositions...

Ne loupez pas également les "Dimanches Cinéma" : projections de films récemment sortis en salle.

Pour cette saison culturelle, la Ville de Balaruc-les-Bains propose une carte abonnement spectacles à tarif attractif.
 > Programmation et billetterie disponible auprès de l'OTI Archipel de Thau.

Informations : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30.
 15 avenue de la Pinède – 34540 Balaruc-les-Bains – 04 67 18 42 34
<https://www.lepiano-tiroir.com/>



La médiathèque

> Abonnements vacanciers/ curistes pour 3 mois à 6 € 50.
 Médiathèque accessible aux personnes à mobilité réduite.
 Résidence Sévigné Thermal, Entrée Parc Charles de Gaulle.
 Tel. : 04 67 43 23 45
<https://mediatheques.agglopoie.fr/balaruc-les-bains>

Jardin antique méditerranéen

Conçu selon les différents archétypes de l'Antiquité, ce jardin est dédié à la connaissance des essences végétales méditerranéennes et à leurs usages au travers de sept créations originales.
 Rue du Pioch – Balaruc-les-Bains
 04 67 46 47 92
 > Bon à savoir : grâce au pass Musées & Jardin, découvrez le Jardin antique méditerranéen, le musée ethnographique de l'étang de Thau ainsi que le musée gallo-romain Villa-Loupian pour un tarif de 9 €.



ATELIERS D'ARTISTES

Angèle Pizzo Couronne Artiste peintre

6 Rue des Amandiers
 06 20 74 33 68
 > Sur rendez-vous.

L'atelier d'Alfred

Impasse Berlioz
 06 52 30 65 34
 > Entrée libre

LIEUX D'EXPOSITIONS

Pavillon Sévigné

> Entrée libre.

Centre culturel "Le Piano-Tiroir"

Jardin Antique Méditerranéen

> Visite libre ou guidée

BIEN-ÊTRE

Qi gong, chiball, pilates

Renseignements et inscriptions : Office de Tourisme.
archipel-thau.com.



LOISIRS ET ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

Pétanque la Boule d'Or

Concours, Place du Mail
06 61 99 74 31

Boule Lyonnaise, Boule d'Azur

Initiation gratuite les mardis et vendredis matin.
Concours de juin à septembre
Square Bordes
06 16 75 77 93

Tennis

Location de courts.
Cours de tennis à partir de 7 ans. Mini-tennis pour les 5-6 ans.
Service de réservation et de paiement en ligne pour la location de courts (ballejaune.com) ou à partir d'une borne tactile située au club.
Tennis club Balarucois
Rue du Stade
06 27 08 41 78

Salle de musculation Cardio training

04 67 80 92 02
Cours collectifs
› Ouverte aux curistes et aux conjoints de curistes.
› Tarif : 30 € + 10 € d'adhésion les 3 semaines.

Rando Thau: marche pédestre

› Sur inscription
06 51 73 81 65

Espaces sportifs de plein air

(réf. plan : F6)
Espaces sportifs de plein air
City stade, skate parc en accès libre, Terrains de beach, avenue de la Gare (réf. plan : F5).

Sport tambourin

Avenue de la Gare
06 03 43 35 33

Billard

Club de billard français, ouvert aux touristes et curistes !
06 88 73 32 11
12 bis avenue de la Cadole
Salle Omnisport.

Cyclisme

Sorties cyclo VTT.
Rendez-vous : parking Espace Sportif du Petit Bois
Av. de la Gare (réf. Plan : F6)
06 21 95 13 07
› Programme des circuits sur www.amicale-balarucoise-cyclo-vtt.kalisport.com

L'âge d'or : jeux de carte (belote, tarot, rami) de société (scrabble)

A l'entrée du parc Charles de Gaule
06 56 87 86 60

Loto et peinture : Maison du peuple
5 € les 3 semaines





Pour les plus jeunes

- **Randoland**

Venez découvrir les mille et une richesses de Balaruc en famille de façon ludique à travers des énigmes sur l'histoire de la station. Balade d'environ 4 km, énigmes pour les petits à partir de 4 ans.

Livret Randoland sur demande à l'Office de Tourisme.
balaruc-les-bains.com/brochures-balaruc-les-bains.html

- **Accueil de loisirs « le petit bois »**

Pour les 2-12 ans.

Activités ludiques et de découverte.

› Accueil à la journée ou la demi-journée.

› Inscription : Service Enfance Espace Louise-Michel – Rue des écoles / 04 67 80 71 50.

- **Sport anim'vacances**

Pour les 9-14 ans.

Activités de beach, sports collectifs, athlétisme, défi sportif, activités nature et nautiques...

Un programme d'activités différent chaque semaine.

› Inscription : Service Municipal des Sports

04 67 80 92 24 /

sportsbalaruc@mairie-balaruc-les-bains.fr

Programme à consulter sur :

www.balaruc-les-bains.com

- **Aires de jeux**

Square Bordes, square de la Plage, parc Charles-de-Gaulle.

› Accès libre. Espaces sous la surveillance des parents.

ENVIE DE bons produits



LE MEILLEUR DE LA GASTRONOMIE MÉDITERRANÉENNE

Entre lagune, mer Méditerranée et garrigue, l'Archipel de Thau offre une multitude de saveurs à qui aime le bon, le beau et le gourmand.

Huîtres, moules, fromages, huile d'olive, miel et bien d'autres produits sauront ravir vos papilles ! Le tout accompagné des vins de nos domaines viticoles, et votre séjour sera un véritable éveil aux sens !

Pour vous faire découvrir le meilleur de la gastronomie locale, Balaruc-les-Bains regorge d'excellents restaurants : cuisine gastronomique, traditionnelle ou méditerranéenne, fruits et produits de la mer (huîtres, moules, anguilles à la balarucoise, encornets et moules farcies, poissons...), mais aussi brasserie, pizzeria, crêperie, snack, cafétéria...

À base de produits de la mer et de l'étang, la gastronomie balarucoise représente un véritable feu d'artifice culinaire.

Régalez-vous !

NOS RESTAURANTS

RESTAURANT GRILLADES - BROCHETTES

Chez Domi

1 avenue du Bassin-de-Thau
04 67 48 90 81

RESTAURANT GASTRONOMIQUE

Le Saint Clair

2 avenue du Port
04 67 48 48 91

RESTAURANT "MAITRE RESTAURATEUR"

L'arôme

22 avenue du Port
04 99 13 63 96

RESTAURANTS CUISINE TRADITIONNELLE FRANÇAISE

Chez Dédé

6 avenue de Montpellier
04 67 43 03 28




**CHEZ DOMI
BROCHETTES
DU BELVÉDÈRE**

1 avenue du bassin de Thau
Vue panoramique, Le Belvédère
Balaruc-les-Bains

GRILLADES
AMBIANCE FAMILIALE

Réservation conseillée

04 67 48 90 81



Chez Solo

1 rue des Catamarans
06 08 27 28 47
www.chezsolo-pizza.com

L'escale

Avenue Pasteur prolongé
04 67 48 57 00

Le Martinez

2 rue Maurice-Clavel
04 67 48 50 22

Les Terrasses du Parc

Rue du Lamparo
04 30 17 30 00

Mamacita

C'est bon parce que c'est maison !
Formule déjeuner à partir de 12 h.
40 avenue Raoul-Bonnecaze
09 53 69 20 89
www.mamacitacafe.fr

O'bistrot du marché

Poissons du marché
Viandes de Lozère
4 avenue Pasteur
06 21 63 56 12

CUISINE MÉDITERRANÉENNE FAIT MAISON

Le Virage sud

40 avenue Raoul -Bonnecaze
04 67 78 05 13

Les Trucs à Mamy


47 avenue du Port
04 67 43 29 06



*Poissons du marché
Viandes de Lozère*

06.21.63.56.12
04.67.51.00.89

Ouvert tous les jours du mercredi au dimanche, fermé lundi et mardi.
4 avenue Pasteur • résidence Sévigné 5 • Balaruc-les-Bains



L'Escale
RESTAURANT - TERRASSE

04 67 41 57 11

LE RESTAURANT L'ESCALE - TERRASSE
34540 BALARUC-LES-BAINS



Mamacita
Cuisine Méditerranéenne

40 AV. RAOUL BONNECAZE,
34540 BALARUC-LES-BAINS
09 53 69 20 89



RESTAURANT SANCTA MARIA

EN FACE DE LA POSTE,
PL. NOTRE DAME DES EAUX
34540 BALARUC-LES-BAINS
04 99 02 97 29
sancta-maria.fr



RESTAURANTS - PIZZERIAS

Sancta Maria 1187

Cuisine traditionnelle du Sud, authentiques, pizzas, vente à emporter, terrasse extérieure au calme.

2 rue du Pioch – 04 99 02 97 29

sanctamaria@orange.fr

www.sanctamaria.fr

Le Petit Napoli

20 rue Maurice Clavel

04 99 02 33 76

Pizza drive

2 rue de la Paix

04 67 80 25 34

lpizzas@bbox.fr



SNACK - PETITE RESTAURATION

C'L'Endroit

Place des Gémeaux

Avenue des Thermes-Athéna

06 99 28 39 07

BAR - CRÊPERIE- LOTO

Le Biniou

2 avenue Pasteur

04 67 43 34 11

BAR - BRASSERIE

Le Moka

Place Henri-Barbusse

06 13 32 40 60

KGS

42 rue Maurice-Clavel – Place du Mail

04 99 02 54 12

brasserie.kgs@orange.fr

BAR - BRASSERIE - SALADERIE

Café des Bains

12 Avenue des Thermes-Romains

06 13 32 40 60

EPICERIE FINE ITALIENNE, TRAITEUR, TAPAS

Il Barone

45 avenue du Port

07 72 36 91 77



CONFISERIE

La Cure Gourmande, le savoir-faire balarucois

Biscuits, confiseries, chocolaterie : à la recherche des saveurs perdues, du goût et des traditions.

L'idée première de cette biscuiterie était de retrouver, au-delà de la qualité gustative, les émotions affectives liées aux produits traditionnels d'antan. La Cure Gourmande fabrique dans ses ateliers les délices qui réjouissent les petits et grands gourmands depuis 1989. Des produits authentiques présentés dans un univers chaleureux et accueillant. Les équipes de La Cure Gourmande sont portées par la passion de ces gourmandises et le plaisir de les partager avec les visiteurs. N'attendez donc plus, rendez-vous à la Cure Gourmande !

La Cure Gourmande

Place de l'ancienne gare (Fabrique et boutique)

www.la-cure-gourmande.fr

GLACIER - CRÊPES - GAUFRES BULLES

Glacier Bubble Waffle

53 avenue du Port

06 24 33 15 36

L'Everest

Square de la plage

Promenade des Bains



SALON DE THÉ - PÂTISSERIE

Simplici'thé

Place des Gémeaux

Rue de la Paix

06 72 99 73 90

EPICERIE - DROGUERIE

LES COMMERCE
ALIMENTAIRES

BOUCHERIE - CHARCUTERIE - TRAITEUR

Thierry Rizzo – Les II arcades

3 avenue des Thermes-Romains
04 67 48 51 59

BOULANGERIES - PÂTISSERIES

Le Four Campagnard

28 avenue du port
04 67 18 73 34

Chez Isabelle et Sylvain

1 avenue du Port – 04 67 48 51 36

Fleur d'anis

20 avenue de Montpellier
07 55 24 66 30

BOUCHERIE - CHARCUTERIE
Thierry RIZZO

Traiteur



PLATS CUISINÉS - SALADES - RÔTISSERIE

04 67 48 51 59

3 Rue des Thermes Romains - Balaruc-les-Bains



à 100m
à gauche



L'atelier de la tielle Dassé

Traiteur – Tiellerie
Route de Sète, Plan de la gare,
Balaruc les bains
04 67 36 20 97
www.tielledasse-balaruc.fr

CAVISTES ET PRODUITS REGIONAUX

Un concentré de saveurs et de senteurs

Ce sont des siècles d'une viticulture passionnée autour d'un cépage unique, le Muscat Blanc à petits grains, qui ont fait éclore une des premières Appellation d'Origine Contrôlée française.

100 % nature, vins doux naturels ou muscats secs, ils accompagnent avec bonheur les produits du terroir et les spécialités locales dans les nombreux restaurants de la station. Retrouvez-les chez nos cavistes !

Cellier des cigales

1 avenue de Montpellier
5 avenue des Thermes-Romains
04 67 48 92 75

La Cave d'Olivier

2 route de Sète
04 67 36 45 84 • 06 26 18 64 98
www.cave-vin-olivier.fr

Le Vigneron

33 avenue du Port
04 67 48 58 66

COQUILLAGES - POISSONS TRAITEUR DE LA MER

L'Atelier de la mer

Rue de la pompe vieille
Les Halles de Balaruc
06 12 31 21 75

POISSONNERIE - COQUILLAGES DÉGUSTATION

Le Pescadou

16 rue Maurice-Clavel
06 38 68 49 23

TRAITEUR - TIELLERIE

L'Atelier de la tielle, maison Dassé

Route de Sète – Plan de la Gare
04 67 36 20 97
www.tielledasse-balaruc.fr
› Ouvert du mardi au samedi en continu
et dimanche jusqu'à 14 h.

Tielles et compagnie

27 avenue du Port
04 99 02 94 61

PRODUITS DU TERROIR

Le Local

Halles de Balaruc (à côté de la place
Henri-Barbusse).
Zézettes de Sète, bières artisanales...
www.facebook.com/lelocalbalaruc

CHARCUTERIE - FROMAGE

Chez Sylvette

Rue de la Paix
Halles municipales
06 60 84 60 71

lcdo.balaruc@gmail.com • www.cave-vin-olivier.fr

La cave d'Olivier

Vins
Spiritueux
Bières
Épicerie fine

2 route de Sète • Balaruc-les-Bains
06 26 18 64 98 • 04 67 36 45 84

CAVE À VINS ET MUSCAT - ÉPICERIE FINE

Le P'tit Panier

Le Sévigné V
4 avenue Pasteur
04 67 18 94 83





LES MARCHÉS

HALLES MUNICIPALES

Ouvertes tous les jours pendant la saison thermale, les amateurs de produits frais et régionaux trouveront leurs bonheurs aux halles municipales, place Henri-Barbusse et rue de la Paix.

MARCHÉ ALIMENTAIRE

Venez flâner sur les marchés de plein air

Dans une ambiance colorée, où le verbe haut guide vos pas et les senteurs flattent l'odorat, venez flâner au beau milieu du marché de Balaruc-les-Bains

Les marchés de plein air se déroulent toute l'année, dans le parc Charles de Gaulle. Vous y trouverez, dans une ambiance à nulle autre pareille, produits alimentaires régionaux, fleurs et camelots.

Tous les mardis et vendredis matin.



LES AUTRES RENDEZ-VOUS

Marché artisanal

Deux fois par mois, d'avril à juin et de septembre à novembre dans le parc Sévigné.

En été, tous les vendredis au bord de l'étang, promenade des Bains.

VOS ADRESSES beauté, santé, bien-être



ENERGÉTICIENNE

Fabienne Bigorre

4 rue du Labech
06 71 65 52 96
www.couleurequilibre.fr

DIÉTÉTIQUE – PRODUITS BIO

Le Germe de vie®

8 avenue de Montpellier
04 67 48 16 94
contact@germedevie.fr
www.germedevie.fr

BIEN-ÊTRE – SPA

Espace de bien-être / Spa

SPA Hôtel IBIS Sète Balaruc-les-Bains
3 avenue de la Pinède
04 67 80 28 00

INSTITUTS DE BEAUTÉ

Body Times – Bellas Vibras

Rond-point de la Gare
06 15 63 28 88
www.institut-beaute-balaruc.fr

La Rose des sens

3 square du Docteur-Bordes
04 67 74 89 18
www.larosedessens.fr

Belle à Souhait

28 bis avenue de Montpellier
09 88 40 14 67

NATUROPATHE – SOPHROLOGUE

Caroline Perrin

35 avenue de Montpellier
07 83 67 75 54



**JEAN-PHILIPPE
COIFFURE MIXTE**



**SALON DE COIFFURE
CADRE FEUTRÉ ET CONVIVAL
COLORATION SANS AMMONIAQUE
GALERIE ATHÉNA 8 RUE MAURICE CLAVEL
BALARUC LES BAINS
04 67 74 08 46**

SALONS DE COIFFURE

Art Coiff Esthel

Méditerranée Thermal
40 avenue Raoul-Bonnetcaze
04 67 18 76 00
artcoiffesthel@gmail.com

Jean Philippe coiffure

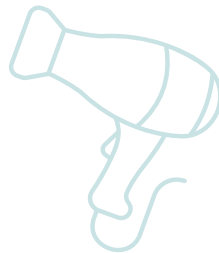
Galerie Athéna
8 rue Maurice-Clavel
04 67 74 08 46
> Ouvert du mardi au samedi de 8 h 30
à 19 h sans interruption

Le Salon

4 avenue de Montpellier
09 81 63 39 27

L'Art dans l'âme

21 avenue du Port
04 67 48 73 26



BIEN-ÊTRE POUR VOS ANIMAUX

SALON DE TOILETTAGE ACCESSOIRES CANINS

Au bonheur d'Irko

40 avenue Raoul-Bonnetcaze
04 67 18 90 72

GARDIENNAGE D'ANIMAUX PET SITTER

Présences Essentielles

06 45 39 08 40



Dans ma valise



BLB COSMÉTIQUE

Profitez de votre séjour à Balaruc pour découvrir la gamme dermo-cosmétique «Balaruc-les-Bains» à base d'eau thermale. En vente sur trois sites :

- › Thermes de Balaruc-les-Bains
- › Office de tourisme
- › et sur www.balaruc-cosmetique.com



LIBRAIRIE

La Librairie Nomade

8 rue Maurice-Clavel
06 26 25 36 13

BIJOUTERIE – RÉPARATION – FABRICATION

La Perle d'or

4 ter route de Montpellier
04 67 43 42 16

BIJOUX – MAILLOTS DE BAIN

Amandine boutique

32, avenue Maurice-Clavel
04 67 48 86 27

BIJOUX – MINÉRAUX

Couleurs Soleil

16 rue Maurice-Clavel / 04 67 80 39 72
www.couleurs-soleil-bijoux.fr

CHAUSSURES – ACCESSOIRES ET MAROQUINNERIE

Les Copinades

21 avenue du Port / 04 67 53 16 32
lescopinades@free.fr

DROGUERIE – QUINCAILLERIE ET ARTICLES DE PÊCHE

Le Petit bazar

2 avenue de Montpellier
04 67 48 94 77

MAILLOTS – PRÊT À PORTER FEMME / ENFANTS

Des Habits et Moi

8 rue Maurice-Clavel – Galerie Athéna
09 51 33 29 35
deshabillezmoilingerie@hotmail.fr



PRÊT À PORTER FEMME / HOMME

Elle & lui

9 avenue de Montpellier
06 99 20 01 26

PRÊT-À-PORTER – MAILLOTS DE BAIN

D'un monde à l'autre

16 rue Maurice-Clavel
04 67 18 27 21

PRÊT À PORTER

La Boutique

3 avenue de Montpellier
04 67 48 52 66

CRÉATION ARTICLES PERSONNALISÉS ET IDÉES CADEAUX

Tifanie Design

07 82 89 25 66
jouve_34@hotmail.fr

IDEES CADEAUX – SOUVENIRS

Couleurs sucrées

16 rue Maurice Clavel
06 60 79 14 95

Le shopping made in Balaruc !

L'Association des commerçants et artisans de Balaruc-les-Bains vous propos de découvrir nos commerces et nos artisans locaux.

En flânant dans les rues de notre ville vous découvrirez de nombreuses boutiques pour satisfaire vos envies, gâter vos proches, découvrir les spécialités du terroir...

L'association ACB organise tout au long de l'année des manifestations : des braderies, Miss Curiste, le marché de Noël...

acb.balaruc@gmail.com

Déplacez-vous

Transport en commun, pistes cyclables, voies vertes, parkings gratuits dans toute la ville : tous les conseils transport pour un séjour facile.

ÉCOMOBILITÉ

BUS

Sète Agglopôle Mobilité

• **Lignes n° 14 et 15** : Balaruc-les-Bains / Balaruc-le-Vieux (centre commercial)
Liaison entre les différents quartiers de Balaruc-les-Bains

› Du lundi au samedi, toute l'année.

• **Ligne n° 10** : Sète / Balaruc-les-Bains / Sète

› Tous les jours, toute l'année.

› Fiches horaires et titres de transport disponibles auprès de l'Office de tourisme (carnet 10 trajets : 10 € ; carte semaine : 13 €, carte 3 semaines : 23 €). Tickets à l'unité en vente dans les bus : 1,30 € en CB / 1,60€ en espèces.

• **Service interurbain de bus Sète**

Agglopôle Mobilité

Tel. 04 67 53 01 01

www.mobilite.thau-agglo.fr

NAVETTE BATEAU ECOTHAU

Bateau-navette Balaruc-les-Bains/Sète

Traversez en toute quiétude, sans circulation, la lagune de Thau dans la bonne humeur et la détente.

Naviguez dans un cadre idyllique qui vous permettra de découvrir Sète, la pointe courte et ses canaux. Sur demande arrêt



possible à la gare ou terminus au Mas Coulet.

› Infos et réservations au 07 71 71 03 52 www.lecothau.com (vélo et trottinette sont acceptés à bord.)

DÉPLACEMENTS DOUX

De nombreuses pistes cyclables et voies vertes facilitent le déplacement en deux-roues ou à pied, sur toute la presqu'île balarucoise. Des parkings réservés aux vélos et des attaches-vélos sont implantés dans tout le cœur de ville pour un stationnement des 2-roues en toute sécurité.

Pour vous balader en toute sérénité autour de la lagune de Thau, des voies dédiées vous permettent découvrir l'Archipel de Thau autrement.

LOCATION DE VÉLOS

Thau Aventure

06 23 75 14 09

thau.aventure@orange.fr

LOCATION DE VÉLOS – BALADE EN VÉLO

Galexia bien-être

Village club Belambra

06 19 98 75 88

www.galexiabienetre-deferlantes.fr

VÉLOS TAXI

Vélo taxi Yanis

Transport personnalisé, visite insolite, découvrir une autre façon de se déplacer.
07 68 24 67 28

yanis.bouhmidi34110@gmail.com

› Du lundi au vendredi de 9h à 18h.

› Le samedi de 9h à 16h.



TAXIS

Taxi Balaruc

Transports médicalisés assis, transports curistes et assistance
06 64 78 64 36

BLB taxi 34

Transport toute distance 7 jours / 7.
Transport médicalisé adapté. Véhicule climatisé.

07 81 35 18 87

TAXI BALARUC

06 64 78 64 36

Service 7 jours sur 7
véhicule climatisé
toute distance





LOCATIONS DE VÉHICULES COURTE DURÉE

Renault Mobilize

ZI Les eaux blanches
34200 Sète / 04 67 51 60 61

MOBILIZE
BEYOND AUTOMOTIVE

Louez comme vous le souhaitez

CAR RENTAL

Location de véhicules courte durée à partir de 20€/jour*

2 Agences à votre service

SÈTE	MÈZE
ZI Les Eaux blanches 34200 Sète 04 67 51 60 61	Route de Montpellier 34140 Mèze 04 67 43 43 97

*voir conditions en agence share.mobilize.fr

TRANSPORT ADAPTÉ GIHP

Véhicule adapté pour les personnes à mobilité réduite

› Réservation : du lundi au vendredi, de 9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 16 h 30.

04 67 53 33 34

06 26 68 43 90

mobilite.thau@gihp-occitanielr.org

Les transports doivent être programmés au moins deux jours avant.

STATIONNEMENT

Comment et où stationner à Balaruc ?

PARKINGS PUBLICS DE PROXIMITÉ

De nombreux espaces de stationnement à moins de 10 minutes à pied du cœur de ville et des thermes facilitent votre séjour à Balaruc.

ZONES DE STATIONNEMENT RÉGLEMENTÉ

2 zones de stationnement gratuit réglementé sont implantées dans le cœur de ville.

› Disque de stationnement obligatoire. (Vente de disque à l'Office de Tourisme : 1 €. Tout autre disque réglementaire est également valable).

• Zone bleue

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

› Le temps de stationnement dans le périmètre concerné est limité à 1h 30 maximum.

• Zones de stationnement à durée limitée 3 heures

Parking public de la rue du Mont-Saint-Clair et de la place du Mail.



AIRE DE CAMPING-CARS

Aire de Camping-Cars des Bains

• 126 grands emplacements individuels et ombragés, tous équipés de prises électriques.

• De nombreux services sont disponibles : aire de vidange et de remplissage d'eau, laverie (en supplément), barbecue collectif, terrain de pétanque, aire de jeux enfants.

› L'accès à l'aire est géré par un automate d'accueil 24 h/24, le tarif inclus le stationnement & l'accès à tous les services.

› Un forfait 21 jours pour les curistes. 49 avenue de Montpellier.

• Réservation :

- <https://app.qipeo.com>

- www.campingcar-balaruc.com

Stationnement des camping-cars

Un tarif d'1/2 journée est également disponible pour les camping-caristes de passage.

En dehors de cette aire, sur le quartier des Bains (presqu'île), le stationnement est strictement interdit aux camping-cars.

Les camping-caristes peuvent aussi séjourner dans un des trois campings de la station.

› Réservation nécessaire et au plus tôt.



À votre service

DES COMMERCES ET SERVICES POUR FACILITER VOTRE SÉJOUR

ASSURANCE SPÉCIALISÉE POUR LES CURISTES ET HÉBERGEURS

Assurasud Thermassur
190 avenue Clémenceau BP226
40105 Dax Cedex
05 58 58 50 60
www.thermassur.com

Groupe Gritchen assurances
02 48 65 93 65 / 07 80 30 18 94
<http://souscription.safebooking.com/thermes>

COUTURE – RETOUCHES – CADEAUX

Comptoir d'antan
31 rue de la Paix
06 27 63 87 86

Coutures Retouches Balaruc
Giordano Anne-Laure
Route de Sète, rond-point de la Gare
07 70 26 65 45

RETOUCHES ET CRÉATIONS ZÉRO DÉCHETS

L'atelier GreenKLis
3 avenue de Montpellier
06 72 39 32 24



DÉPANNAGE INFORMATIQUE ET TÉLÉPHONIQUE À DOMICILE

Doc Thau PC 34
06 69 55 09 98
docthou34@gmail.com
www.docthoupc34.wix.com/docthoupc34

GARAGE AUTOMOBILE

Garage LDE
4 rue des Négafols
09 83 33 34 71 – 06 63 26 89 08

PRESSE – LOTO – CARTERIE – LIBRAIRIE

La Presse des Bains
2 avenue des Thermes-Romains
06 75 75 61 11

BAR – TABAC – PMU

Le Mistral
1 avenue du Bassin de Thau
04 67 48 70 81

AIDE À LA PERSONNE – LOCATION LINGE MÉNAGE – CONCIERGERIE

Mille et une mains
595 avenue des Hespérides
06 47 38 98 53
milleetunemains@outlook.fr

LAVERIE – PRESSING – LOCATION LINGE

Pressing Océ Propre
40 avenue Raoul-Bonnecaze
Le Méditerranée Thermal
04 67 43 33 74



RÉNOVATION IMMOBILIÈRE DÉPANNAGE ET INTERVENTION RAPIDE

Florian Muller
Peinture, cuisine, plomberie...
06 35 21 69 21



JE RESPECTE MON ENVIRONNEMENT, je préserve ma presqu'île



Aidez-nous à garder notre ville propre

Les mégots, c'est mieux à la poubelle que sous la semelle. Des corbeilles sont installées dans les espaces publics.

Je trie mes déchets !

Sur la presqu'île, des points d'apport volontaires sont installés pour vous permettre de recycler facilement verres et autres déchets non alimentaires.

Toilettes publiques

Parc Sévigné, parc Charles-de-Gaulle, promenade des Bains, espace sportif du Petit Bois, rue du stade.

Le petit +

À l'Office de tourisme, on collecte les piles usagées. N'hésitez pas à nous apporter les vôtres !

Mon toutou aussi peut être écolo !

Des distributeurs de sacs à déjections canines sont installés sur les candélabres d'éclairage public du centre-ville de Balaruc-les-Bains, ainsi qu'à l'Office de Tourisme.

Canisettes : Square Bordes, Parc Charles-de-Gaulle.

Pour des déplacements éco-responsables

- À pied, en transports communs ou à vélo, c'est plus rigolo !
- Je pense au covoiturage, moment de partage et de convivialité, c'est vraiment une bonne idée !
- Je roule à l'électrique ! Une borne de recharge est disponible parking Place du Mail.

Les professionnels DE SANTÉ



BON À SAVOIR

La liste des médecins thermalistes est consultable dans le Livret du Curiste. Le médecin thermal est l'interlocuteur privilégié de votre cure.

MÉDECINE GÉNÉRALE

Dr ARSAC Pierre

4 rue des Chênes- Verts
04 67 43 34 72

Dr ATTAL Alain

Rés. des Bains, Passage des Bains
04 67 48 92 67 / 06 15 05 95 25

Dr GROMOFF Serge

13 avenue du Port
Tél. cab : 04 67 48 54 00

Dr MILHAUD Brigitte

19 av. Pasteur / Rés. Les Thermes II
06 08 70 92 37
Dom. : 04 67 18 74 77
Fax Cab. : 04 67 43 25 63

Dr NURI Renaud / Dr JENNEPIN

Sabine / Dr ATHANASSIOU

Joris / Dr PAUL Elodie

Maison médicale, rue des Sophoras.
Secrétariat : 04 67 28 05 77 /
06 89 52 30 43

OSTHÉOPATHIE

TOSELLO Lauriane

Rue Pompe-Vieille
07 67 93 62 21

MARTIN Émilie

28 bis avenue de Montpellier
09 80 83 72 39

MASSEURS KINÉSITHÉRAPEUTES

CITERICI Sandrine

11 rue des écoles
06 68 20 60 51

COMBES Olivier

14 rue Maurice-Clavel
04 67 43 91 23

DUBOIS Florence

30 Rés. des Bains, passage-des-Bains
04 67 43 35 07

DUPUIS Jean-François

PLAZA Christel

PLATON Mihaita Ana

Rés. Lou Biau, Bât 8,
11 av. Thermes Athéna
04 67 43 06 28
kinesis@wanadoo.fr

Numéros d'urgence

- Pompiers Urgence : 18 (depuis un poste fixe) 112 (depuis un portable)
- SAMU – Centre : 15
- Centre anti-poisons Tél. : 04 91 75 25 25
- Centre Hospitalier du bassin de Thau (Sète) Tél. : 04 67 46 57 57
- Polyclinique Sainte Thérèse (Sète) Tél. : 04 67 46 36 00
- Médecins de garde (dimanches soirs et jours fériés) :
- Maison médicale de Sète et du bassin de Thau gardes médicales aux horaires suivants : semaine : de 20 h à 24 h samedi : de 14 h à 24 h dimanche et jours fériés : 8 h à 24 h.
- Centre Hospitalier de Sète et du bassin de Thau Boulevard Camille Blanc – Sète. Tél. : 04 67 46 55 86

FORMIGIER Thibault

PLATE Pauline

Maison médicale, rue des Sophoras
Mme Plate : 06 73 30 19 04
M. Formigier : 06 73 30 19 04

LOUKAKIS Antoine

Rés du Parc, 18 av. Pasteur
04 67 43 26 83

VIEIRA Sandra

Chemin du Mas-du-Padre
7 lot Clos de Léonetis
06 52 14 26 65
kinesis@wanadoo.fr

INFIRMIERS (D.E. AGRÉÉS S.S.)

AMIEL Nathalie

1255 route de la Rêche / 14 rue
Maurice-Clavel
06 13 59 46 92

Centre de Soins Infirmiers

› Uniquement sur RDV.

Rés. Lou Biau – Bât. 6 –RDC – Avenue
des Thermes Athéna

- **SIMONCINI Chrystel** : 06 10 56 10 16
- **DUBUC Amandine** : 06 61 47 75 96
- **PERUSSEAU Joris** : 06 21 10 58 48

Infirmières associées

• BLONDEL Catherine

06 77 08 68 91

• JUGE Audrey

06 11 54 63 64

20 avenue Pasteur

CAYUELA Jérémy

DOUSSET Jérôme

Maison médicale, 4 rue des Sophoras.
04 67 49 39 56

jimmy34770@gmail.com

ROUDIER Flore

1390 route de la Rêche
06 08 86 02 48

Infirmiers associés

• DIAZ Laurent

06 52 24 63 69

• MONTES Georges

19 rue des Palombes

04 67 48 32 45

MOURGUES Claude et Corinne

4 rue des Sophoras / Maison de Santé
06 62 75 98 64

23 chemin du Mas d'Angle

04 67 48 78 44

CORNIER Armelle

22 av. Pasteur – Rés. du Parc
06 81 60 79 95



PESCE Pierre

6, Square Aqueduc Romain
04 67 53 40 46 / 06 09 09 31 67

Infirmiers associés

• **RAYNAUD Richard**

06 12 21 19 56

• **SEBAN Olivier**

06 22 39 53 27

6 ter rue des Lauriers

Infirmiers associés

• **VELAY Jérôme**

06 34 65 56 80

• **VELAY Séverine**

06 10 80 69 33

• **VELAY Sandy**

06 10 80 69 68

CHIRURGIENS DENTISTES

ALONSO / GUILHEM Stéphane

10 rue de la République
06 95 52 60 20 / 07 44 78 92 09

TRIVES Ana-Cristina DALBORGO Christian BLANC Jean-Philippe LACROIX Mathias

Maison Médicale - 4 rue des Sophoras
04 67 48 58 53

DIÉTÉTICIENNE NUTRITIONNISTE

FERRERES Laury

Maison médicale rue des Sophoras
06 18 56 18 82
laury.dietetique@gmail.com

LABORATOIRE D'ANALYSES DE BIOLOGIE MÉDICALE

BIOMED 34 – GILLES Frédéric

Docteur en pharmacie, biologiste
12 avenue du Port
04 67 48 93 63
Fax : 04 67 48 06 94
laboratoire.gilles@wanadoo.fr

ORTHOPHONISTE

MONTRON Bénédicte

28 bis av de Montpellier
04 67 18 09 67

ORTHOPTISTE

SEVESTRE Clotilde

Maison médicale, 4 rue des Sophoras
04 99 02 50 74
orthoptiste34@yahoo.fr

PÉDICURES – PODOLOGUES

BAUDON Charles

RIVIÈRE Hugues

Rés. Lou Biau, Bât 7,
13 bis av Thermes Athéna
04 67 48 94 60 / 06 68 07 68 51

HERRADA Axel

18 Av. Pasteur / Rés. du Parc
04 34 45 56 24 / 06 13 60 57 42

MOURGUES Benjamin

Maison médicale rue des Sophoras
06 89 58 65 71

PHARMACIES

Pharmacie de la Colline

4 rue des Sophoras
Tél. : 04 67 48 57 57
Fax : 04 67 43 15 25

Pharmacie des Thermes

(Gros)
17, avenue du Port
04 67 48 50 03
Fax : 04 67 48 50 88
pharmaciegrosbalaruc@gmail.com

Ricciardi

Rés. Le Sphinx
40 rue Maurice-Clavel
04 67 48 73 86
Fax : 04 67 43 34 91
pharmaciericciardi@wanadoo.fr

PSYCHOTHÉRAPEUTE

ARSAC-JOUBERT M-Pierre

Psychothérapie pour adolescents
et adultes.
4 rue des Chênes-Verts
04 67 48 75 43 / 06 34 77 49 25

LEMEUR Laurent

Maison médicale, rue des Sophoras

06 17 59 28 64

PSYCHOLOGUE CLINICIEN

DUMAS- CONGRAS Sandrine

300 Chemin de la Bergerie
06 75 96 75 49

MÉDECIN VASCULAIRE

MANZANILLA Adriel

Maison médicale, rue des Sophoras
04 67 28 05 77

SAGE-FEMME

BERGE MOUSSE Mélodie

Maison médicale, rue des Sophoras
Rdv sur doctolib

EHPAD – CONVALESCENCE – RETRAITE

Le Grand Chai

Maison de retraite
13/15 avenue des Bains
34540 Balaruc-le-Vieux
04 99 02 21 10

AMBULANCE

Ambulance Balaruc Assistance

4 impasse des Négafols
04 67 48 61 73

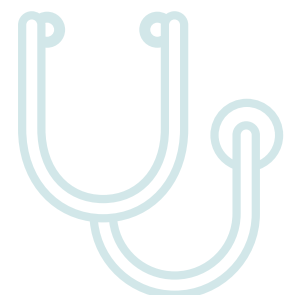
VÉTÉINAIRE

STROOT Christiane

Rond-Point de la Gare / Route de Sète
04 67 36 01 15
Fax : 04 67 36 18 62

Joland / Ichim

Clinique vétérinaire
57 rue Marcel-Pagnol Balaruc-le-Vieux
04 67 18 82 82
Fax : 04 67 18 70 81
clinic.veto.balaruc@wanadoo.fr



Informations pratiques



WEBCAM

Une webcam installée sur le toit des thermes, filme en permanence la lagune de Thau pour bénéficier d'une vue spectaculaire, de chez vous, toute l'année: www.balaruc-les-bains.com

NUMÉROS UTILES

Police Municipale (objets trouvés)

Hôtel de Ville
› Horaires d'ouverture de l'Hôtel de Ville (avenue de Montpellier) : du lundi au vendredi, 8 h 30 à 12 h et 13 h 30 à 17 h 30.
04 67 46 81 00 / 06 83 81 67 34 (7j/7).

Gendarmerie Nationale

Route de Montpellier / Balaruc-les-Bains
Tél. : 04 67 78 72 66 ou le 17 (112 pour téléphone portable) bta.balaruc-les-bains@gendarmerie.interieur.gouv.fr

Compagnie générale des eaux

0 811 900 500

EDF – GDF

0 800 123 333

ÉTABLISSEMENTS BANCAIRES (DISTRIBUTEURS AUTOMATIQUES)

BNP Paribas

Avenue de Montpellier
Tél. : 0 802 35 64 10
Fax : 04 67 80 72 25

Caisse d'Épargne Languedoc

Roussillon Plan de la Gare / Route de Sète
Tél. : 0821 01 51 52
Fax : 04 67 48 06 54

Crédit Agricole du Midi

3 bis av. des Thermes Romains
Tél. : 04 67 17 55 91
Fax : 04 67 80 75 70

Banque Postale

Avenue du Port
Tél. : 04 67 18 43 30 ou 3639
› Horaires d'ouverture de La Poste :
le lundi : 9 h à 12 h et 14 h 30 à 17 h
du mardi au vendredi : 9 h à 12 h et 14 h à 17 h, le samedi : 9 h à 11 h 30

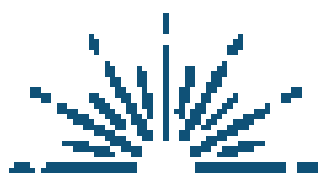
Fréquences radios FM

RADIOS ÉMETTANT DEPUIS LA RÉGION DE BALARUC

- R.T.S. FM : 106,5
- NRJ : 106,1
- Radio One : 103
- RFM : 94,5
- SKYROCK : 100,2

RADIOS COUVRANT LA ZONE DE BALARUC-LES-BAINS

- Radio Aviva : 88,0
- Chérie FM : 95,4
- Radio Clapas : 93,5
- Radio Classique : 107,3
- Europe 1 : 87,7
- Europe 2 : 95,8
- France Culture : 97,8
- France Bleue Hérault : 102
- France Info : 105,4
- France Inter : 89,4
- France Musique : 92,9 ; 102,7
- Fun Radio : 91,8
- RMC : 104,5
- Radio Nova : 92,4
- RCF Maguelone Hérault : 98,5
- Nostalgie : 100,7
- Rire et Chansons : 89,9
- RTL : 106,8
- RTL 2 : 96,1
- Sud Radio : 104,9



DÉCOUVREZ

les multiples facettes de notre Archipel

