



Nouveautés & Tendances - newsletter n°1

Les Salons des Thermalies, qui se dérouleront du 18 au 21 janvier 2018 au Carrousel du Louvre à Paris et du 2 au 4 mars à La Sucrière à Lyon, sont une vitrine du bien-être, qui captent l'air du temps et révèlent chaque année les dernières tendances en matière de bien-être par l'eau. Depuis 36 ans, les Thermalies sont devenus une véritable référence en matière de thalassothérapie, thermalisme, spa et occupent une place majeure sur un marché porteur.

Les mini cures thermales... à votre santé !

Parce qu'il n'est pas toujours aisé de prendre du temps pour soi, les mini cures thermales, conjuguent les vertus de l'eau thermale au soins actifs de la cure traditionnelle et ceci concentrés en 6, 9 ou 12 jours. C'est une alternative pour les personnes qui ne disposent pas de trois semaines pour effectuer la cure thermale classique. Les stations thermales proposent des courts séjour « santé », réalisés sous le suivi médical et comprenant les soins thermaux spécifiques aux pathologies. Pour cette nouvelle saison, les centres thermaux proposent un éventail de mini cures, une véritable tendance pour soigner le corps et l'esprit.

Zoom sur les nouveautés 2018 :

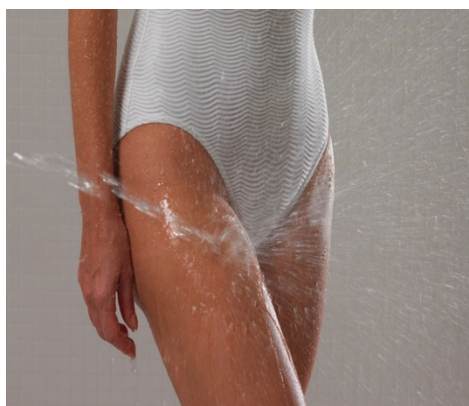
SOIGNER LES BRULURES DOMESTIQUES AUX GRANDES THERMES LA BOURBOULE



Barbecue, four, fer à repasser, casseroles... les situations à risques de brûlures domestiques sont très nombreuses. En France chaque année, près de 335 000 personnes, dont plus de 110 000 enfants âgés de 0 à 5 ans, se brûlent avec un objet du quotidien. Forts de leur expérience dans l'accueil d'adultes et d'enfants cadre d'une cure thermale dermatologie, **les Grands Thermes de La Bourboule** proposent le séjour santé **Séquelles de Brûlures Domestiques**. Ce programme de 6 ou 12 jours s'adresse aux personnes souffrant de brûlures domestiques localisées n'ayant pas nécessité d'hospitalisation et pour lesquelles la peau a cicatrisé. Cette nouvelle cure vise à atténuer, voire

effacer les traces de l'accident. Au menu : cure de boisson, 3 soins quotidiens de la cure thermale dermatologie prescrits par le médecin thermal en début de séjour (douche filiforme, douche thermale générale au jet, pulvérisation externe, bain simple, bain local...) et un massage kiné quotidien. Pour les adultes, ce programme peut être complété par de soins de bien-être comme hammam, jacuzzi ou lit sensoriel, avec une séance par semaine.

UNE ALTERNATIVE AUX PETITS BOBOS GYNECO A CHALLES-LES-EAUX



La mycose vaginale est une affection bien connue des femmes puisque 75 % d'entre elles en souffrent un jour dans leur vie. Généralement facile à repérer et à guérir, elle n'en reste pas moins handicapante lorsqu'elle devient récurrente. Quand les traitements, souvent à répétition, ne suffisent plus, la Chaîne Thermale du Soleil propose une alternative naturelle avec sa nouvelle **mini cure Mycose vaginale** de 6 ou 12 jours à **Challes-les-Bains**. Le programme prévoit quatre soins quotidiens en gynécologie comme bain thermal, irrigation vaginale, pulvérisation vulvaire et cervico vaginal ou douche au jet, une compresse d'eau thermale par jour, deux séances de

yoga, un lit hydromassant et une consultation phytothérapie.

LA CHASSE AUX METAUX LOURDS A ENGHIEEN-LES-BAINS



Les métaux lourds sont aussi difficiles à percevoir dans l'environnement (présence dans l'eau, l'air, l'alimentation et de nombreux produits de consommation courante), qu'à détecter une fois installés dans nos cellules. Une fois dans notre organisme, les métaux lourds bloquent les enzymes qui nous protègent des radicaux libres. Or ceux-ci, en excès, affectent notre santé de mille manières : maladies cardio-vasculaires, dégénérescence articulaire, inflammations... Pour détoxifier l'organisme, les **Thermes d'Enghien-les-Bains** proposent une nouvelle **mini cure Détox Métaux Lourds**. Le programme de six jours prévoit :

trois soins thermaux quotidiens comme nettoyage complet de l'arbre respiratoire (des fosses nasales aux poumons), six séances de cryothérapie corps entier pour booster le métabolisme et faciliter l'élimination des toxines et 28 jours de cure de compléments alimentaires à base d'extrait pur de *Laminaria Japonica*, qui a la particularité de bloquer les métaux lourds et les substances radioactives.

PREVENIR ET GUERIR LA TENDINITE A DIGNE-LES-BAINS



Très sensibilisée aux pathologies des sportifs, du fait de son environnement favorisant la pratique de sports de pleine nature et en particulier le trail, la station thermale **Digne-les-Bains** a imaginé pour la nouvelle saison, une mini cure de 6 jours **Pré & Post tendinite**. Elle s'adresse à tous les sportifs qui souhaitent de prévenir la survenue d'une tendinite chronique ainsi qu'à ceux qui ont besoin d'accélérer la rééducation du tendon. Ce nouveau programme renforce les tendons grâce à l'action cicatrisante du soufre contenu dans

l'eau thermale de Digne-les-Bains. Au menu : quatre soins quotidiens de la cure thermale rhumatologie prescrits par le médecin thermal selon le stade de la pathologie (application de

la boue thermale, bain en baignoire avec aérobains, mobilisation en piscine, massage sous l'eau par kiné...), l'accès quotidien aux équipements du club sport des Thermes de Digne-les-Bains avec coach sportif et l'accès quotidien au sauna. A noter que cette mini-cure ne s'adresse pas aux personnes en crise de tendinite aiguë car la chaleur des soins thermaux est contre-indiquée pendant la poussée inflammatoire.

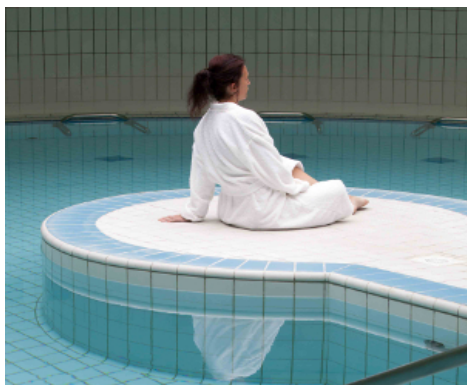
SOIGNER LA NEURALGIE PUDENDALE A LAMALOU-LES-BAINS



Des sensations de brûlures intenses entre les cuisses, de décharges électriques fulgurantes, de pincements profonds, d'étau, de torsions, de picotements, de tiraillements... Ces symptômes constituent le quotidien des personnes atteintes de névralgie pudendale. Ces douleurs sont particulièrement fortes lorsque la personne est assise. Causée par la compression d'un nerf, cette maladie très invalidante peut être soulagée par une cure thermale. En complément des soins de la cure thermale en gynécologie, les **Thermes Lamalou-les-Bains** proposent une *mini-cure spécifique Névralgie Pudendale* qui prévoit :

une conférence médicale pour mieux comprendre la maladie, un groupe de paroles, un atelier de gestion de la douleur et de la fatigue, une séance de sophrologie en bain de boue, un atelier de relaxation profonde taoïste, un atelier Art Thérapie et deux ateliers d'activités physiques adaptés.

MINI CURE SANTE POUR LES AIDANTS



Augmentation de la charge de travail, perte de vie sociale, difficultés face au poids psychologique de l'aide, baisse de la qualité de vie... la pathologie d'un proche affecte non seulement la vie du malade mais également celle de ses proches. Conjoint, parent ou enfant, l'aidant familial se retrouve bien souvent dans une situation intenable menant tôt ou tard à l'épuisement physique et psychologique. Pour enrayer cette spirale et redonner un second souffle à l'aidant, les **Thermes de Nérès-les-Bains**, qui soignent les pathologies tels que la maladie de parkinson ou encore la sclérose en plaques, proposent un séjour

prévention santé *Aide aux aidants*. Le programme de cette mini cure de six jours propose les soins sur mesure, qui permettent d'évacuer la fatigue physique et psychologique. Selon les derniers chiffres 6 Français sur 10 déclarent être ou avoir été confrontés à la dépendance d'un proche. Dans les aspects les plus difficiles à vivre, 84% des aidants citent l'impact psychologique et 75% l'impact sur la vie quotidienne et famille.

RETROUVER LA SOUPLESSE DES MAINS A AIX-LES-BAINS



Assouplissement, détente et diminution des douleurs sont les mots-clés de ce nouveau programme de six jours Bien-être et assouplissement des mains, proposée par le groupe Valvital à Aix-les-Bains. Adapté et ciblés, la mini cure permet de démultiplier les bienfaits des eaux thermales. Au menu : six manudouches (étuves locales), trois modelages sous eau (dos, mains et membres supérieurs), trois baignoires à jets, six enveloppements des mains à la paraffine, six modelages des mains. Les soins thermaux sont complétés par un cours d'automassage des mains et un cours de mobilité des mains. Dans le cadre de la mini cure, les curistes bénéficient d'un accès à l'espace Aqua-détente tous les jours de soins.

MINI CURE POUR DES JOLIES GAMBETTES A LA LECHERE



Jambes lourdes, oedèmes, varices, fourmillements... les symptômes traduisant une pathologie veineuse sont nombreux et, en plus d'être douloureux, particulièrement gênants. La nouvelle mini cure de 3 jours **Remise en jambe** est une véritable formule express pour repartir du bon pied. Le protocole de la cure prévoit 12 soins thermaux pour réamorcer la pompe veineuse, s'oxygéner et se remuscler (trois couloirs de marche, trois douches Kneipp, trois thalafomes et trois douches au jet) et des activités physiques avec une séance de marche nordique et des exercices musculaires en plein air encadrés par un coach sportif. Pour optimiser le bien fait des soins thermaux, le restaurant bistronomique de l'hôtel Radiana propose un menu spécifique « jambes légères ».

THERMALIES 2018

Carrousel du Louvre – Paris

Du jeudi 18 au dimanche 21 janvier 2018

La Sucrière – Lyon

Du vendredi 2 au dimanche 4 mars 2018

Plus d'infos sur : www.thermalies.com

Contacts Presse : GBCOM - Grazyna Bilinska : 06 64 43 98 25/gbilinska@gbcom.fr