



LES THERMALIES EN BREF...

30^{ème} édition du Salon Les Thermalies

Du jeudi 19 au dimanche 22 janvier 2011

Carrousel du Louvre

99 rue de Rivoli – 75001 Paris

Du jeudi au samedi de 10h à 19h et le dimanche de 10h à 18h

Plus d'infos sur : www.thermalies.com

NOUVEAUTES & TENDANCES

Véritable vitrine du bien-être, les Thermalies captent l'air du temps et révèlent chaque année les dernières tendances en matière de bien-être par l'eau. La 30^{ème} édition reste fidèle à cette mission.

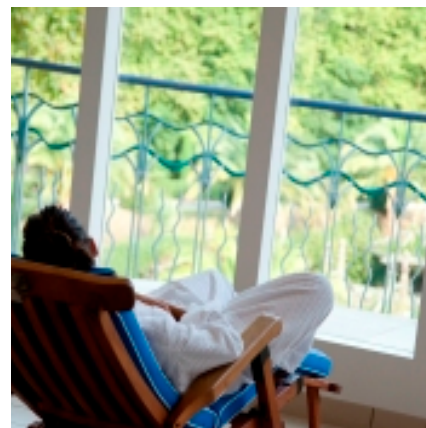
L'EAU THERMALE, ALLIEE DE LA SANTE

Depuis la nuit des temps, quelque soit le pays d'origine et les croyances, l'eau est source de purification pour le corps et l'esprit. Les actions bénéfiques de l'eau ne sont plus à démontrer. Utilisé à des fins thérapeutiques, le thermalisme est considéré comme « *la médecine que la terre nous a donné* ». On recense plus de 1 200 sources d'eaux thermales en France. Leur composition chimique particulière leur confère des vertus thérapeutiques reconnues par l'Académie de Médecine. Aujourd'hui, les centres thermaux proposent un large éventail de cures préventives ou curatives.

Zoom sur les nouveautés 2012...

CURE POST CANCER DU SEIN : RETROUVER L'HARMONIE DU CORPS ET DE L'ESPRIT

Leader mondial du thermalisme, LA CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL propose une cure d'accompagnement et de réhabilitation post-thérapeutique pour les femmes en rémission complète du cancer du sein. Pour 2012, les centres thermaux de Gréoux-les-Bains et Camboles-Bains ont programmé une « mini-cure **Post Cancer du Sein** ». Ce programme spécifique de 12 jours aide les femmes à retrouver plus facilement leur vie sociale, familiale et professionnelle et à réduire le risque de récurrence. Suivi nutritionnel, soins thermaux, exercices physiques et renforcement de l'estime de soi sont les points forts de la cure. Ce programme prévoit : un séjour en pension complète avec des menus équilibrés « Santé Nature » signés Michel Guérard, des consultations diététiques avec un atelier cuisine, un programme



d'entraînement physique avec des séances de renforcement musculaire, des séances « Economie du geste » pour fluidifier et adapter les mouvements, des rencontres avec un psychologue pour prendre en compte la détresse émotionnelle engendrée par le diagnostic et le traitement du cancer du sein, des soins en institut de beauté pour se réapproprier leur féminité. Quant aux soins thermaux, toujours réalisés en fonction de la prescription du médecin, les centres proposent entre autres : des bains d'eau thermale aux effets sédatifs, antalgiques et décontractants, des massages drainants sous eau pour assouplir une reconstruction mammaire et affiner la cicatrice, des drainages lymphatiques pour soulager et diminuer le lymphoedème des membres supérieurs, une douche sous immersion et la rééducation en piscine thermale, encadrée par un kinésithérapeute, pour augmenter la mobilité des articulations et la force musculaire.

PRÉSERVER LA SANTÉ DU DOS ET COMBATTRE LE STRESS



En plein cœur du Massif Central, la **STATION THERMALE DE BOURBON LANCY**, est une charmante cité médiévale spécialisée dans le traitement des maladies cardio-artérielles et de la rhumatologie. Profitant de son climat doux et des vertus antalgiques de ses eaux, le centre thermal de Bourbon Lancy propose un nouveau programme « **Mal de Dos et Anti-Stress** ». Cette mini cure de 6 jours permet de bénéficier des vertus déstressantes des eaux thermales pour améliorer l'assouplissement musculaire et la mobilité articulaire. Ce programme prévoit quatre soins par jour : douche à jet, modelage sous affusion d'eau thermale ou douche sous

immersion en piscine, bain bouillonnant et piscine de mobilisation.

Situé entre Chambéry et Grenoble, le **VILLAGE THERMAL D'ALLEVARD** propose un nouveau protocole pour **combattre le stress**. Ce programme sur 6 jours, après une évaluation du niveau de stress et de la condition physique, propose 5 soirées avec un ensemble de soins thermaux alliant bains, application de boue, douche piscine, hammam, étuves, inhalations froides, sauna à infrarouge, musicothérapie, magnétothérapie, luminothérapie... A cet éventail de soins s'ajoutent 5 sessions de Mindfulness (méditation en pleine conscience), des ateliers de "cohérence cardiaque" et "alimentation et stress" ainsi que des séances d'énergétique chinoise.

L'EAU THERMALE, ATOUT MINCEUR

En plein cœur de la Savoie, au pied du Domaine des 3 Vallées, à proximité du Parc National de la Vanoise, la **STATION THERMALE DE BRIDE-LES-BAINS** est réputée pour le traitement de l'amaigrissement. L'équipe thérapeutique du Grand Spa des Alpes lance en mars 2012 une nouvelle cure « **Contrat maigrir à Brides** ». Ce nouveau programme se décline en 4 étapes :



- 10 jours avant la cure, un entretien téléphonique avec une diététicienne permet d'adapter le programme du séjour au profil du patient.

6 jours de soins thermaux aux vertus circulatoires et une cure de boissons aux effets anorexigènes auxquels s'ajoute l'activité physique qui constitue l'un des points forts du séjour.

- 15 jours après la cure, un rendez-vous téléphonique avec la diététicienne est destiné à mieux intégrer dans la vie quotidienne une nouvelle alimentation et une activité physique.

- Pendant 5 mois, le suivi, par mail, d'une diététicienne permet de guider, conseiller et stimuler le patient dans ce nouvel équilibre de vie.

Toujours pour ceux qui veulent perdre quelques kilos et retrouver de bons réflexes alimentaires, **LES THERMES DE CAPVERN-LES-BAINS** proposent « **La Semaine Thermale Minceur** » alliant des soins thermaux, un suivi diététique avec un atelier cuisine à des activités sportives et de détente. Cette cure de 6 jours se compose de 6 cures de boisson, 6 douches générales et locales et 6 douches pénétrantes. Elle peut être complétée par l'option *Semaine Objectif Equilibre* (avec accès au centre thermoludique Edenvik, atelier cuisine, 2 séances aquagym et 2 séances de gym) ou l'option *Semaine Objectif Silhouette* (avec accès au centre thermoludique Edenvik, atelier cuisine, 3 séances Cellu M6, 3 coaching gym, un modelage et un modelage "harmonie" et un modelage « jambes légères »).

UN NOUVEAU PROGRAMME POUR TRAITER LA FIBROMYALGIE



Reconnue en 2007 comme un syndrome à part entière, la fibromyalgie se caractérise par un ensemble de symptômes douloureux associés à une grande fatigue, des troubles du sommeil, des migraines et de l'anxiété. Pour apporter une réponse spécifique à cette affection qui touche plus de 2% de la population française dont une majorité de femmes, **LES GRANDS THERMES DE BAGNÈRES-DE-BIGORRE** et **LES THERMES DE BARÈGES-BARZUN** ont créé **FIBRO'THERM®**. Ce programme se déroule dans le cadre d'une cure de 18 jours en « Rhumatologie » et/ou « Affections Psychosomatiques ». Construit autour d'activités pluridisciplinaires, il inclut des soins thermaux spécifiques à la fibromyalgie (baignoire d'hydrothérapie propre au traitement de la fibromyalgie, protocoles et durées des massages adaptés...) et apprend aux patients à mieux gérer leur douleur au quotidien. Le FIBRO'THERM® comprend: des entretiens individuels avec une psychologue clinicienne pour une prise de conscience des mécanismes de la douleur, des ateliers groupes de parole, des séances de relaxation en piscine thermale, de sophrologie et de réadaptation à l'effort pour permettre aux curistes de reprendre sans crainte une activité physique douce.

ACTUALITÉ DES CENTRES...

Spécialiste du traitement du lymphoedème depuis de nombreuses années, **LA STATION THERMALE DE LUZ SAINT SAUVEUR**, dans les Hautes-Pyrénées, est actuellement la plus avancée dans le développement du programme **Lympho'Thermes**. Après avoir reçu le Prix de l'Innovation thermale pour ce programme, les Thermes de Luz Saint Sauveur seront les premiers en France à proposer une mesure de l'évolution du lymphoedème par imagerie numérique 3D.



ACTU SALON :

NOCES DE PERLE POUR LES THERMALIES

Noces de perle pour les Thermalies qui fêtent leur 30ème anniversaire. Il ne pouvait pas y avoir de plus beau bijou pour le « salon de l'eau et du bien-être » que la perle symbole lié à l'eau et à la femme. Selon la légende, la perle naît par l'effet de l'éclair ou par la chute d'une goutte de rosée dans la coquille. Le Salon célèbre l'âge de la maturité dans un monceau de perles. En effet, du 19 au 22 janvier, les visiteurs seront invités à retirer chacun une perle dans une gigantesque bulle transparente remplie de 30.000 perles. Mais seules 30 d'entre elles seront de vraies perles !

Contact Presse:

CMC

Catherine Magnien/Grazyna Bilinska

Tél. 01 56 81 31 21

cmagnien@cmcrp.fr/gbilinska@cmcrp.fr