



# LES THERMALIES

LE SALON DE L'EAU & DU BIEN-ÊTRE

23-26 janvier 2020 • PARIS  
CARROUSEL DU LOUVRE

14-16 février 2020 • LYON  
LA SUCRIERE



## Nouveautés & Tendances 2020 - newsletter N°5

*Les Salons des Thermalies, qui se dérouleront du 23 au 26 janvier 2020 au Carrousel du Louvre à Paris et du 14 au 16 février à La Sucrière à Lyon, sont des vitrines de la santé et du bien-être, qui captent l'air du temps et révèlent chaque année les dernières tendances. Depuis 38 ans, les Thermalies sont devenus une véritable référence en matière de thalassothérapie, thermalisme, spa et occupent une place majeure sur un marché porteur.*

## LES CURES AU FEMININ MASCULIN

Que ce soit pour les femmes ou les hommes les centres thermaux s'intéressent désormais à des maux jusqu'alors souvent tabous ou du moins dont on ne parlait peu: ménopause, endométriose pour les femmes, appareil urinaire et métabolisme pour les hommes. Bien évidemment, sont toujours au programme les cures détente pour les hommes et les cures pré et post natales pour les femmes.

## DES CURES POUR L'EPANOUISSEMENT DES FEMMES

### CHAINE THERMALE DU SOLEIL : MENOPAUSE, UN NOUVEAU DEPART



La ménopause est un nouveau départ dans la vie d'une femme, mais il s'accompagne parfois de certains désagréments. Cette cure est destinée à soulager les symptômes liés aux dérèglements hormonaux liés à la ménopause. Elle aide à mieux vivre cette

période de la vie, apprendre à prendre soin de soi, pour plus de sérénité et de bien-être. En 6 jours la **cure ménopause** de **Luxeuil-Les-Bains** améliore le confort intime (bains avec Irrigation vaginale, cataplasmes de boue thermique abdominaux...). Les objectifs de la cure sont multiples. Prendre en charge les troubles musculosquelettiques et rétablir l'équilibre neurovégétatif (bouffées de chaleur) avec des cataplasmes abdominaux à base de boue thermique et une consultation d'ostéopathie. Traiter les troubles du sommeil et le stress (relaxation profonde aux pierres chaudes...). Remodeler la silhouette (pressothérapie, retour veineux et drainage lymphatique) (6 jours-27 soins).

## ALLIANCE PORNIC : YOGA HORMONAL



Face à un déséquilibre dans son « écosystème » hormonal, en lien avec la ménopause, les cycles menstruels, la fertilité, la thyroïde... la **cure Yoga Hormonal d'Alliance Pornic** aide à combattre les symptômes physiques ou émotionnels du quotidien. Au cœur de cette cure, une série d'ateliers de Yoga hormonal, une méthode stimulant naturellement la production des

hormones pour endiguer les maux, se reconnecter à son corps et cultiver sa vitalité. Atelier Cycle de vie, yoga hormonal, diététique, soins de thalasso, soins spa et soins Capital Santé (séances de Détox infrarouge, consultation diététique avec Oligoscan) ponctuent cette cure (6 jours-30 soins)

## CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL: CURE ENDOMETRIOSE A CHALLES-LES-EAUX



L'endométriose, maladie chronique, encore mal connue, toucherait environ 15 à 20% des femmes en âge de procréer selon l'ISERM(\*). Un chiffre en régulière augmentation. La Chaîne Thermale du Soleil propose un programme spécifique pour aider à soulager les effets de l'endométriose, sans médicament. Les Thermes de **Challes-Les-Eaux** ont conçu un **programme endométriose** de 18 jours, La cure est encadrée par une équipe de professionnelles qui propose une prise en charge pluridisciplinaire de cette pathologie particulièrement douloureuse et très évolutive. Gynécologue, sage-femme, sophrologue, ostéopathe, diététicienne travaillent en équipe pour apporter une solution globale et personnalisée à chaque patiente: Atelier féminité animé par une sage-femme, séance d'ostéopathie, séance d'Hypnose Ericksonienne,

séances de yoga et sophrologie collectifs, consultation de phytothérapie... (calendrier 2020 sur demande)

Les Thermes de Challes-Les-Eaux proposent également un programme adapté pour **les aidants** des femmes atteintes d'Endométriose.

## **CURES TENDRESSE POUR MAMANS EPANOUIES**

Jeunes ou futures mamans, attendre un enfant et le mettre au monde sont des moments bouleversants tant au niveau physique que psychologique. Les centres de thermalisme et de thalasso proposent un éventail de cures spécialement conçues pour elles, dont deux nouvelles cures .

(\* ) Institut National de la santé et de la recherche médicale

### THERMES CHEVALLEY ,AIX-LES-BAINS: HALTE JEUNE MAMAN



Les Thermes ont conçu une nouvelle mini-cure "**Halte Jeune Maman**" dès le 5ème mois après l'accouchement. Pendant 3 demi-journées les mamans reçoivent des soins bien-être (modelages suédois, silhouette...), thermaux (enveloppement des jambes dans des compresses d'eau thermale à 23°, hydromassage en piscine...) et participent à des ateliers (kiné, yoga du son, pilates du périnée...).

### THERMES DE LUCHON: FUTURE ET JEUNE MAMAN

Les **Thermes de Luchon** proposent de nouveaux soins pour la future ou la jeune maman et le bébé: massage femme enceinte, cours collectif d'apprentissage au massage parent/bébé, séance de bio résonance Zviolyne pour la future maman ou la maman. Les Thermes offrent également deux nouveaux séjours de 6 jours pour les mamans dès 3 mois après l'accouchement. **Séjour Tonus et Vitalité** : gommage bambou, enveloppement détox, massage shiatsu... **Séjour Détente et Ressourcement** enveloppement et massage californien de tout le corps, massage à la bougie, reflexologie plantaire... *(toutes ces cures nécessitent un accord médical préalable)*

## CURES SANTE ET DETENTE AU MASCULIN

### CHAINE THERMALE DU SOLEIL: AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRE



On estime à 20% la proportion d'hommes souffrant de problème de prostate. Avec ses eaux thermales mésothermales bicarbonatées, sulfatées, sodiques, riches en fluorure et en silicates, **La Preste-les-Bains** est experte dans le traitement des Affections de l'Appareil Urinaire et du Métabolisme. L'eau thermale de La Preste est scientifiquement reconnue pour nettoyer les voies urinaires de leurs bactéries et empêcher une adhérence ultérieure. Aux vertus de l'eau thermale s'ajoutent des ateliers pour influencer sur deux

problèmes qui favorisent l'HPB et les prostatites : perte de poids et reprise d'une activité physique. Réveils nocturnes à répétition, difficultés à vider sa vessie, jet urinaire faible, problème d'éjaculation, etc. sont souvent signes, chez l'homme, d'un dysfonctionnement de la prostate. La Chaîne Thermale du Soleil pionnière dans la cure des affections urinaires, a créé, en collaboration avec le Pr François Desgrandchamps, chef du service d'urologie

de l'Hôpital Saint Louis de Paris : **un programme Complémentaire prostate**, pour renforcer les effets de la cure Appareil Urinaire conventionnée de 18 jours. Cette cure propose 10 soins et un programme d'information et d'échanges (conférence et séance de sophrologie, 4 cours d'activité physique, bilan nutritionnel initial, consultation/atelier Kiné-Bilan...). il existe également une **Mini Cure Prostatique** de 6 jours.

### **CHAINE THERMALE DU SOLEIL APPAREIL URINAIRE & METABOLISME**



Simple orientation sur 18 jours cette cure, avec 72 séances de soins ciblés, avec ou sans massage sous l'eau thermale, est spécialement recommandée pour les Infections récidivantes. Un programme multifactoriel qui permet, grâce aux soins thermaux, de soigner efficacement les problèmes urinaires et métaboliques en acquérant une meilleure hygiène de vie et prévenir les récurrences.

## **BIEN-ETRE AU MASCULIN**

Parmi les différents soins et cures proposées aux hommes par les centres de thermalisme et de thalasso trois nouvelles cures complètent la recherche de bien-être au masculin.

### **THALASSO PREVITAL: CURE HOMME**

Offrir à l'organisme le plein de vitalité et profiter pleinement des bienfaits du milieu marin normand, la nouvelle cure élaborée par Prévital pour **les Hommes** se compose de 9 soins sur 3 jours: gommage aquatique, modelage sous affusion, bain hydromassant, massage suédois, application de boue, soin visage Thalgo Men...

### **THALASSA SEA& SPA : MA PAUSE SEA& MEN**

Une escale sur mesure pour les hommes, avec un programme pensé et adapté à ses attentes: un soin essentiel de thalasso, un modelage et un soin au choix en fonction des attentes de chacun (1 à 3 jours- 3 soins jour)

## **RELAIS THALASSO : LE COACHING SANTE DU MANAGER**



Irritabilité, tensions, fatigue... qui entraînent un manque de discernement. **Relais Thalasso Benodet** propose aux managers, avec le **programme Respiration**, d'apprendre à gérer leur bien-être pour être en forme. Une parenthèse de 3 jours pour une prise de conscience et renouer avec les bons réflexes. Un programme personnalisé ponctué de rendez-vous avec des experts, de temps de pause, de soins, de partage, et d'activités physiques. Conférence diététique énergétique,

sophrologie, respiration méditative, marche active... sont quelques uns des rendez-vous qui composent ce séjour.

### **THERMALIES 2020 Carrousel du Louvre – Paris**

Du jeudi 23 au dimanche 26 janvier 2020

### **La Sucrière – Lyon**

Du vendredi 14 au dimanche 16 février 2020

*Plus d'infos sur : [www.thermalies.com](http://www.thermalies.com)*

### **Contact Presse**

#### **GBCOM**

Grazyna Bilinska : 06 64 43 98 25/[gbilinska@gbcom.fr](mailto:gbilinska@gbcom.fr)