



# LES THERMALIES

LE SALON DE L'EAU & DU BIEN-ÊTRE

21-24 janvier 2021 • PARIS  
CARROUSEL DU LOUVRE

26-28 février 2021 • LYON  
LA SUCRIERE



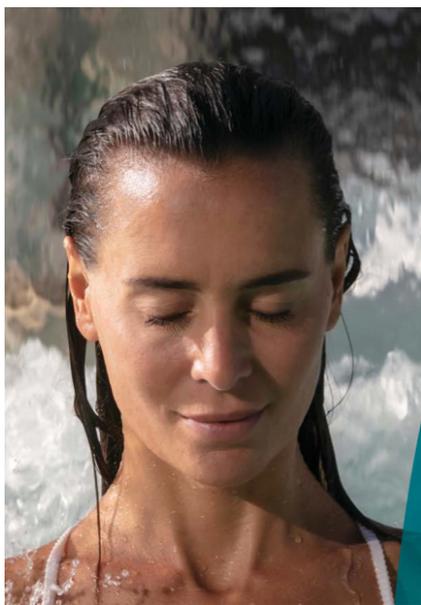
## Salon des Thermalies 2021-Newsletter N°3

*Les Salons des Thermalies, qui se dérouleront du 21 au 26 janvier 2021 au Carrousel du Louvre à Paris et du 26 au 28 Février 2021 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 39 ans, les Thermalies sont devenus une véritable référence en matière de thalassothérapie, thermalisme, spa.*

## LES BIENFAITS DE L'EAU POUR COMBATTRE LE STRESS

Un quotidien oppressant, la morosité ambiante, le stress lié à la crise sanitaire... autant d'éléments néfastes pour l'organisme et dont il est urgent de se libérer. Les centres de thalassothérapie et de thermalisme mettent à profit les bienfaits de l'eau pour retrouver son équilibre.

### Nouveauté Thalazur: Escale Immunité Marine



Thalazur, qui fêtera ses 20 ans 2021, propose une nouvelle escale de 3 jours, 3 nuits Escale Immunité Marine afin de booster l'immunité naturelle. La thalassothérapie recharge l'organisme et lui apporte bien-être et vitalité. Elle permet également de maintenir de nombreuses fonctions vitales : un bon capital osseux, favoriser l'équilibre nerveux et neutraliser les toxines que le corps fabrique. C'est pourquoi Thalazur propose une nouvelle escale, l'Escale Immunité Marine, 3 jours, 3 nuits, 9 soins qui font la part belle à la thalassothérapie (enveloppements, bains, douches à jet..). Pour réduire le stress et renforcer l'immunité, Thalazur booste ses soins en magnésium marin grâce à sa gamme de Thalasso Thérapies Minérales. Indispensable au bon fonctionnement du système nerveux, ce minéral agit plusieurs niveaux : cérébral

(troubles du sommeil...), musculaire (crampes..), cardiaque (palpitations...). Cette Escale prévoit des protocoles de soins évolutifs sur 3 jours : détoxifier, reminéraliser, relaxer

*Escale Immunité Marine, 3 jours 9 soins*

## **Thalasso Serge Blanco : Pause Corps & Âme**



La Thalasso Serge Blanco, qui fêtera son 30ème anniversaire en 2021, propose pour retrouver en peu de temps un bien-être absolu et durable le Séjour Harmonie Corps & Esprit Pause Corps & Ame. Un retour aux sources, à la sagesse Asiatique pour cette pause basée sur l'écoute empathique. Axé sur les organes vitaux, ce programme de soins permet d'accomplir un nettoyage physique, émotionnel, psychique...Un renouvellement global

de l'être basé sur une régénérescence énergétique. Au programme, pendant 4 jours, 12 soins thalasso & Evasion comprenant 3 soins revitalisants, 2 soins relaxants, 5 soins spécifiques. Deux rendez-vous avec un Praticien Psycho corporel son prévus à l'arrivée et au départ.

*Harmonie Corps & Esprit, Pause Corps & Ame : 4 jours, 12 soins*

## **Le Miramar La Cigale Hotel Thalasso & Spa: Re-Pause et Vous**

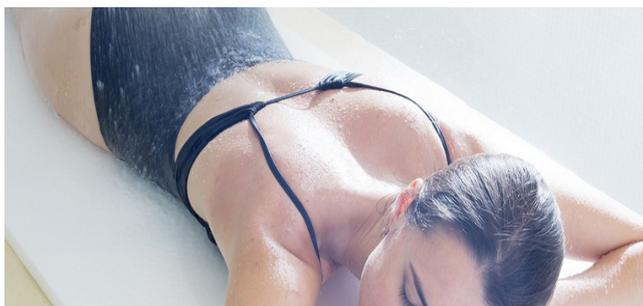


Le Miramar La Cigale, qui pour la première fois restera ouvert toute l'année, propose une nouvelle cure (Re) Pause et Vous. Une cure revisitée dans un format plus dynamique, plus contemporain, Le Miramar La Cigale a imaginé un court séjour qui marie cocooning et santé: dynamique, contemporain qui correspond parfaitement aux agendas surbookés. Un condensé du Must de la

Thalasso en 3 jours et 3 nuits. Pendant ces quelques jours : 2 bains hydromassants Eau des Lagons, 1 Gommage Aquatique, 1 Beauty Flash Visage et Yeux, 1 Enveloppement reminéralisant à la crème d'algues, 1 Douche Dynamisante, 1 Iyashi Dome; 1 Massage personnalisé 30', 1 Lit hydromassant.

*Cure de 3 jours et 3 nuits*

## Chaîne Thermale du Soleil: retrouver le sommeil



La médecine Thermale est au rendez-vous pour aider les personnes que la crise sanitaire angoisse et déstabilise. 74 % des Français font part de troubles du sommeil selon une enquête Coconel, menée par un consortium de chercheurs. La Chaîne Thermale du Soleil propose des cures et programmes pour aider naturellement et

durablement à retrouver un équilibre physique et émotionnel et une vie plus sereine.

**La Cure Sommeil au Naturel à Bourbon-L'Archambault (6 jours).** Un programme de 24 soins d'hydrothérapie : 3 Soins Quotidiens, prescrits sur-mesure par le médecin thermal, 6 Activités complémentaires spécifiques (Séance de Sophrologie aquatique - Séances de Relaxation Profonde sur lit hydromassant ...-).

A partir de 395 € pour 6 jours (pas de prise en charge par l'Assurance Maladie) Existe également en Programme Complémentaire d'une Cure Conventionnée à Amélie-les-Bains, Barbotan-les-Thermes, Jonzac, Le Boulou et Molitg-les-Bains

**La cure spécifique Anti-Stress à Barbotan-les Thermes (6 jours).** Un programme de 29 soins et activités en Rhumatologie et/ou Phlébologie comprenant 3 soins quotidiens sur-mesure, prescrits par le médecin thermal et 6 activités complémentaires ciblées (réflexologie plantaire, relaxation...).

A partir de 395€ pour 6 jours ( pas de prise en charge par l'Assurance Maladie).

**Le Programme Anti-Stress & Sommeil à Eugénie-Les-Bains (18 jours).** Le programme répond à 2 objectifs : se réapproprier son corps et reprendre une activité physique régulière et douce.

Programme en complément d'une cure conventionnée 140€ ( pas de prise en charge par l'Assurance Maladie)

## La Léchère-Les-Bains : Nouvel Atelier "Stress et douleur"

La Léchère-Les-Bains propose un nouvel atelier de gestion mentale "Stress et Douleurs". Le stress ne se définit pas seulement par des réactions émotionnelles, mais aussi par des réactions physiques douloureuses. Gérer son stress permet de mieux gérer les douleurs liées à de nombreuses pathologies chroniques. Maîtriser son stress est un booster d'immunité. Au programme : cohérence cardiaque, marche afghane, méditation, nutrition, qi gong... Tous

les outils proposés sont simples, efficaces, facilement intégrables dans l'emploi du temps d'une personne active. Cet atelier pourra être suivi en complément d'une cure thermale de 3 semaines ou précéder des soins au Spa.

## **Thermes de Neris-Les-Bains : Healthy Relax**



Spécialiste du traitement du stress et de l'anxiété, les Thermes de Neris-Les-Bains proposent avec leur nouveau séjour Healthy Relax (6 jours) de réduire le stress grâce à l'alimentation et l'activité physique. Outre 4 soins de balnéothérapie mettant à profit les propriétés sédatives, antalgiques, équilibrantes et relaxantes de l'eau thermale de Nérís-les-Bains, le séjour Healthy Relax comprend des ateliers mêlant alimentation «anti-stress» et activité physique douce.

En fin de séjour, un atelier culinaire permettant de mettre en pratique les conseils de la semaine clôture la session.

### **THERMALIES 2021**

#### **Carrousel du Louvre – Paris**

Du jeudi 21 au dimanche 24 janvier 2021

#### **La Sucrière – Lyon**

Du vendredi 26 au dimanche 28 février 2021

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

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