



LES THERMALIES

LE SALON DE L'EAU & DU BIEN-ÊTRE

19-22 janvier 2023 • PARIS
CARROUSEL DU LOUVRE



Salon des Thermalies 2023- Newsletter N°9

Rendez-vous incontournable en matière de santé et bien-être par l'eau, Les Thermalies dévoilent les nouveautés et dernières tendances dans le secteur de thalassothérapie, thermalisme, spa, balnéothérapie, santé et bien-être. Les Thermalies Paris reçoivent 25.000 visiteurs, qui viennent découvrir les nouveautés présentées par près de 250 exposants.

MINCIR DE PLAISIR

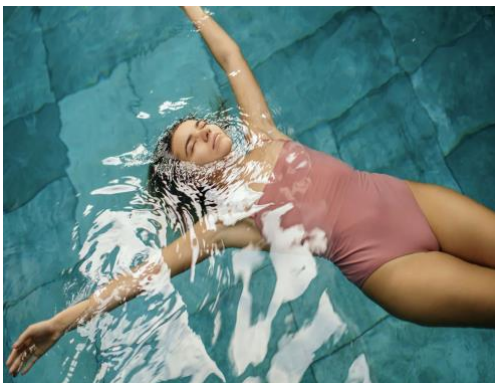
Selon les dernières études, le surpoids et l'obésité en France se sont stabilisés. Il n'en demeure pas moins que les niveaux restent élevés. Le surpoids est souvent la conséquence d'un apport alimentaire trop important et d'une dépense énergétique insuffisante. Maigrir est un objectif très difficile à atteindre. D'où l'intérêt de se faire aider par des professionnels de santé. C'est pourquoi une prise en charge globale de l'amaigrissement en cure de thalassothérapie ou thermale est une solution particulièrement intéressante. En 2023 les centres thermaux et les instituts de thalassothérapie mettent sous le feu des projecteurs des nouvelles cures minceur.

HARO SUR LES KILOS EN THALASSOTHERAPIE

Au total, près d'un Français sur deux (47%) est soit en surpoids, soit en situation d'obésité. Cette dernière est un peu plus marquée chez les femmes (17,4%) que chez les hommes (16,7%), mais ces derniers sont davantage sujets au surpoids (36,9%, contre 23,9% des femmes)*.

*Résultats publiés en juin 2021 par La Ligue contre l'obésité

Thalasso Concarneau : mincir en pleine conscience



Perdre du poids, galber sa silhouette, retrouver un équilibre alimentaire sain et son tonus. Les techniciennes de beauté, coachs sportifs et diététicienne accompagnent des curistes pas à pas dans des objectifs personnalisés. Entre autres des exercices avec les aliments, des méditations guidées, des explorations de la sensation de faim ou de la notion d'estime de soi. Ainsi, on apprend à manger en pleine conscience, on retrouve une relation saine et joyeuse avec la nourriture et notre corps, sans jugement de valeur, en réduisant durablement le stress alimentaire. On acquiert quelques principes simples à suivre ensuite chez soi pour mieux lutter contre le surpoids ! Un programme thalasso exclusif pour mincir différemment et durablement .6 jours /16 soins/ 4 ateliers

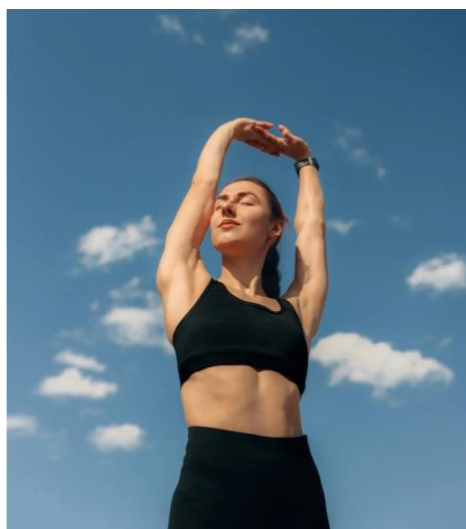
Emeria Dinard : Une parenthèse Cap minceur



Envie d'amorcer une perte de poids ? Avec ce nouveau programme proposé par Emeria Dinard Thalasso & Spa, l'objectif est d'aider les curistes à s'orienter vers une alimentation minceur durable, pour renouer avec leur corps et se sentir bien sur tous les plans. Le programme de 6 jours est imaginé autour de 4 piliers. Faire le point avec un bilan d'impédancemétrie et d'oligocheck avec la diététicienne du centre. Se détendre et faire le plein de vitamines et d'oligo-éléments avec des soins thalasso (3 enveloppements fucus, 1 bain de mer, 1 hydrojambes, 2 hydrorelax). Drainer avec deux séances corps CelluM6 LPG endermologies, une réflexologie plantaire, douches à jet silhouette, drainages marins silhouette et deux pressothérapies. Éliminer et sculpter la silhouette grâce aux séances dynamiques en bassin d'eau de mer chaude. Le séjour *Ma Parenthèse cap minceur* est

proposé en pension complète diététique.

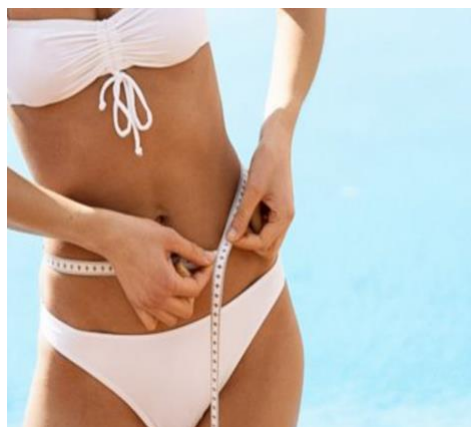
Roz Marine Perros-Guirec : Sculpter son corps avec la bienveillance



Bienveillance et professionnalisme sont deux mots d'ordre du programme *Beauté et Fermeté* proposé par le nouveau centre Roz Marine Thalasso Resort (ouverture début 2023). Cette immersion iodée de 6 jours offre en complément d'un accompagnement sportif adapté, de soins d'hydrothérapie, des massages et des soins drainants. Un programme complet pour sculpter son corps avec la bienveillance de la nutrithérapeute qui accompagne les participants. Au menu : 5 bains hydromassants aux algues ou aux huiles essentielles, 1 gommage, 2 enveloppements drainants au choix, 3 douches à jets, 1 soin Celluli-3D de chez Thalion, 3 massages sculptant (30min), 2 séances de pressothérapie, 2 séances de cryothérapie, 3 séances de lyashi dôme, 4 cours collectifs en bassin d'eau de mer (aquabike et aqua training). Ce programme est accompagné d'une consultation avec la nutrithérapeute pour apprendre comment bien adapter son

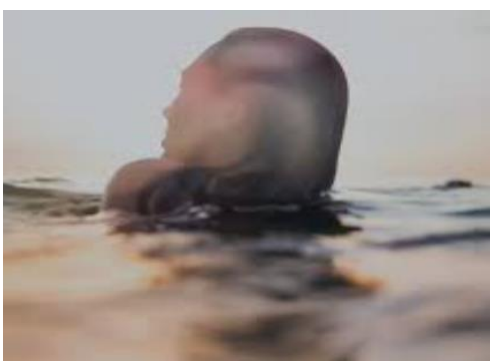
alimentation et optimiser sa pratique sportive pour gagner en tonicité ainsi qu'un bilan sur les objectifs et 2 séances de 30 min avec un coach sportif. Au total 22 soins individuels, 4 cours collectifs, 2h15 de coaching sportif personnalisé et une consultation avec des experts.

Spa Marin du Val André : Focus sur la silhouette



Le Spa Marin du Val André propose une formule dynamique de 6 jours pour retrouver une jolie silhouette, redécouvrir le plaisir de la table et acquérir les bons réflexes nutritionnelles pour redynamiser son corps. Le programme des soins prévoit : 8 soins beauté & bien-être (gommage corps, soin minceur, massage affinant, pressothérapie, soin corps...), 8 soins reminéralisants et revitalisants (bain hydromassant aux huiles essentielles, enveloppement thermosudation, enveloppement amincissant fucus, enveloppement raffermissant, modelage sous pluie marine), 4 soins tonifiants (douche à jet et douche sous-marine) et 4 séances vitalité en petit groupe (aquagym et fitness). Au total 24 soins.

Sofitel Quiberon : Ma Pause Harmonie et minceur



Je veux amorcer une perte de poids et bien vivre avec mon corps. C'est l'objectif de la nouvelle cure Ma Pause Harmonie, proposée par Sofitel Thalassa Quiberon. Ce programme programme de 6 jours offre 36 soins et ateliers exclusifs. Au menu : conseils nutrition et hygiène de vie, un bilan forme avec un coach sportif, enveloppements aux algues, drainage marin minceur, séance de cardio-training, séance LPG corps ...). Option "Mon suivi Thalasso à la maison" en visioconférence est proposé.

THERMALISME : AU SERVICE DE LA MINCEUR

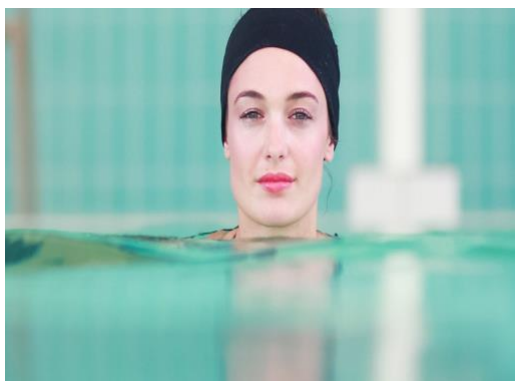
Thermes de Capvern-les-Bains : une mini cure pour un effet durable



Pour cette nouvelle saison thermale, les Thermes de Capvern-les-Bains proposent une mini cure Ther'minceur. L'objectif global du programme est de s'engager dans une démarche personnalisée qui sera accompagnée par l'équipe et qui permettra d'agir sur son poids et ses pathologies dans le but d'améliorer sa santé de façon durable. Le curiste élabore son programme au travers d'ateliers, accompagnés des professionnels de santé : médecin, infirmière, diététicienne, coach sportif, kinésithérapeute, sophrologue, socio-esthéticienne.

La cure Therm'inceur déclinées en 6 jours prévoit : 4 soins d'hydrothérapie quotidiens au choix (douche générale, douche locale, ou douche pénétrante, aérobion, application de boue, étuve locale, mobilisation en piscine, eau de source livrée à domicile), accueil des thérapeutes, le suivi diététique avec deux consultations et un atelier de cuisine, des activités physiques (2 coachings sportifs, gymnastique en salle et deux séances d'aquagym). Ce programme est complété par une séance de réflexologie et deux séances (20 min) de palper rouler minceur.

Thermes d'Évian : le mini séjour minceur



Perdre des quelques kilos, sculpter son corps, reprendre une activité sportive après une grossesse ou une longue sédentarité... Tels sont les objectifs de la nouvelle mini cure Minceur proposée par Thermes d'Évian. Une équipe d'experts (techniciennes de beauté, coachs sportifs, diététiciennes) accompagnent le curiste dans sa quête d'une belle silhouette. Le programme de 4 jours prévoit une consultation diététique, un gommage du corps, un soin Cellu M6, un massage du ventre rééquilibrant, un bain hydromassant, une piscine thermale Évian à jets, un training sportif individuel et un massage minceur.

Montbrun-les-Bains Valvital : deux programmes minceur



Située au cœur de la Drôme provençale, où le chant des cigales rythme les journées, la station Montbrun-les-Bains propose une nouvelle mini cure spécial minceur de 6 jours. Le programme est articulé autour des soins dans l'eau thermale calcique, magnésienne neutre avec dégagement d'hydrogène sulfuré pour éliminer et drainer. Au menu : 3 douches à jet, deux modelages minceur de 30mn, Deux séances d'aquabike d'une heure et un accès libre aux cours de sport du Spa (salle de sport et aquagym). Un protocole idéal pour éliminer les kilos superflus dans un cadre enchanteur. Valvital propose également aux curistes de profiter d'un programme complémentaire Spécial Minceur, dont les soins viennent s'ajouter

dans le planning des cures conventionnées de 3 semaines. Il prévoit : 6 soins douche à jet, 3 modelages minceur, accès libre au sport en salle, 3 séances libre d'aquabike, accès libre au cours d'aquagym, 2 consultations individuelles avec une nutritionniste et une conférence/atelier de groupe. Ce programme complémentaire prend en charge les personnes avec un besoin de rééquilibrage de leur poids.

Eugénie-les-Bains : un programme contre l'obésité



Le Programme d'Éducation Thérapeutique pour les patients atteints d'obésité, proposé aux Thermes d'Eugénie-les-Bains est une approche thérapeutique qui permet aux patients d'apprendre à gérer leur maladie. Elle vise aussi à améliorer l'estime de soi et intègre l'entourage à la prise en charge éducative. Durant 3 semaines, les curistes pourront participer à des ateliers diététiques, 11 séances de coaching sportif en groupe, 3 ateliers de cuisine, 3 bilans diététiques individuels, 1 atelier «retour à l'effort adapté», 1 atelier pharmacologie : observance médicamenteuse. De plus la cuisine *SANTÉ-NATURE*®, une exclusivité Chaîne Thermale du Soleil, mise au point par Michel Gérard toujours soucieux d'innover pour le goût et la santé. Le Grand Chef a poursuivi ses recherches et mis au point cette cuisine qui conjugue santé et gourmandise pour tous ceux qui désirent doter leur séjour thermal d'un plus nutritionnel.

THERMALIES 2023

Carrousel du Louvre – Paris

Du jeudi 19 au dimanche 22 janvier 2023

Plus d'infos sur www.thermalies.com

Contact Presse

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