

DOSSIER Thermalisme EN AUVERGNE



Le Mont-Dore

Bourbon-Lancy

Chaudes-Aigues



La Bourboule

Néris-les-Bains

Évaux-les-Bains

Royat - Chamalières

Vichy

Châtel-Guyon

Châteauneuf-les-Bains

**Bourbon-
l'Archambault**

Dossier spécial
Hebdo
Journal d'informations locales et départementales

Conception : service PPO - Cathy DF



LES ACCROS DU PEIGNOIR

Un phénomène qui ne cesse de faire des émules

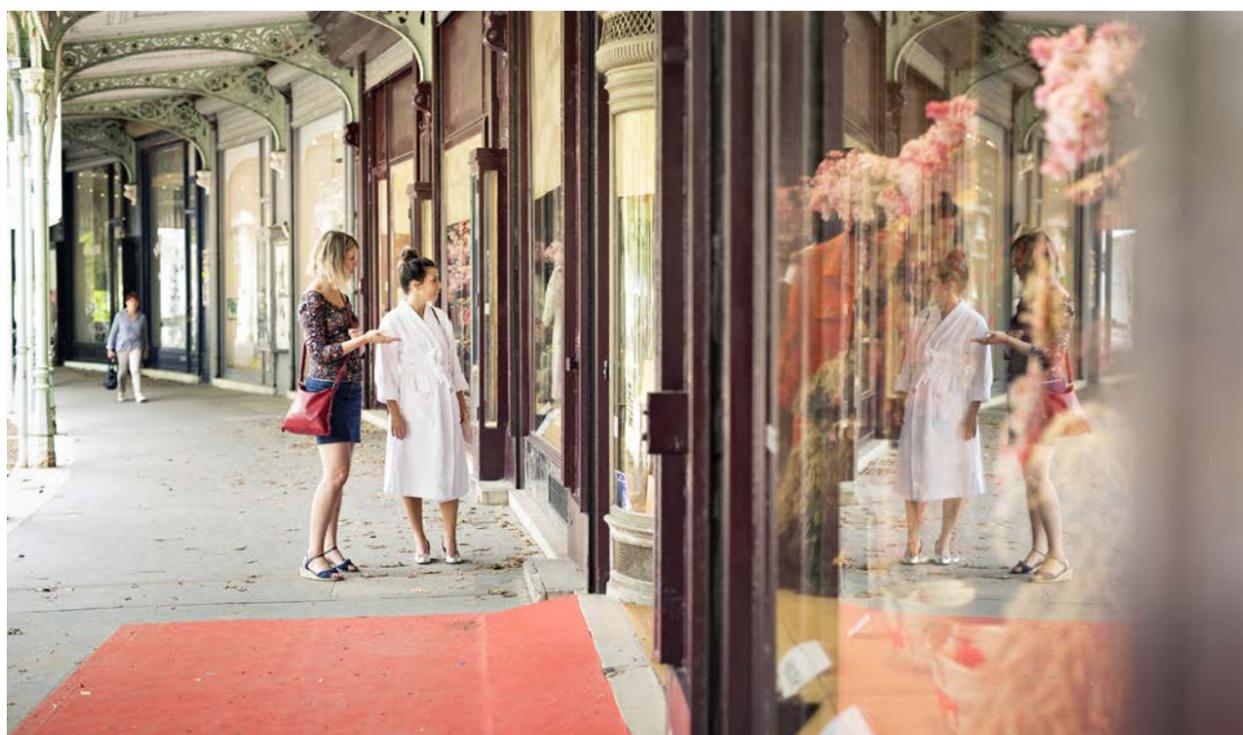
Lancé en 2016, le concept des Accros du peignoir a pour objectif de moderniser l'image commune du thermalisme et de valoriser les points forts des villes thermales de manière décalée afin de toucher une plus large clientèle.

Véritable dénominateur commun entre toutes les stations thermales puydômoises, le peignoir est l'élément indispensable pour le curiste occasionnel ou régulier, d'où l'idée d'un mouvement baptisé Les Accros du peignoir, dont les chevilles ouvrières ne sont autres que les scénaristes Marie-Pierre Demarty et Sébastien Saint-Martin qui ont fait émerger un concept d'un tout nouveau genre suscitant un grand intérêt. Pour preuve, douze carnetistes de divers horizons ont croqué avec talent le patrimoine des stations thermales, mais aussi les curistes... en peignoir !

Cela a donné naissance à un carnet et à une exposition itinérante accueillie à la gare du Panoramique des Dômes et dans une dizaine de stations. « *Le regard du public a changé sur les stations thermales depuis cinq ans*, explique Stéphane Huin, directeur de la communication et du développement pour Auvergne Thermale et la Route des villes d'eau. *Les gens savent désormais qu'on peut se rendre aux thermes sans être malade.* »

Les accros du peignoir innovent

Toujours dans les starting-blocks, les Accros du



Le concept des Accros du peignoir se démocratise de plus en plus.

peignoir débutent l'année 2020 de belle manière avec la publication de leur revue baptisée *Les Accros du peignoir le mag*, où il est notamment question du patrimoine et de l'actualité des stations thermales.

Les Accros du peignoir bénéficient également d'une vingtaine de produits dérivés, commercialisés dans les établissements thermaux, centres de bien-être, hôtels partenaires et offices de tourisme.

Une gamme qui va s'étoffer cette année avec l'arrivée de nouveaux produits : gourde, tasse bambou, thermos, sac

shopping, bloc-notes, parapluie.

Des événements sont également programmés : le World Weekend Wellness, les 19 et 20 septembre prochains, qui comprend des actions autour de la santé sur la thématique des Accros, des ateliers, des conférences, des animations organisées par leurs partenaires.

Les Accros du peignoir participeront aussi à leur manière au Tour de France en amont de l'événement avec un J-63, petit clin d'œil au département, avant les dates de départ dans chaque ville concernée : Royat, Châ-

tel-Guyon, La Bourboule et Le Mont-Dore. Un programme plus détaillé sera fixé dans les semaines à venir.

Une démarche de porte-drapeaux à destination des partenaires professionnels a déjà été lancée. Tous sont invités à valoriser le concept des Accros du peignoir sur le territoire. Celle-ci est aussi destinée au grand public et sera lancée au printemps. Un jeu sur les réseaux sociaux sera mis en place.

Tout un chacun est donc invité à rejoindre cette communauté via une plateforme d'inscription www.lesaccrosdupeignoir.com. Les 200 premiers inscrits recevront un kit comprenant des produits siglés Accros du peignoir.

Des projets comme s'il en pleuvait

Le projet « Voyages artistiques avec les Accros du peignoir » est développé depuis une petite année dans l'optique de diffuser le concept des Accros du peignoir agrémenté des valeurs de notre territoire avec des ressources culturelles.

Le travail s'effectue donc sur plusieurs axes : des résidences d'artistes en art vidéo, en street art, seront organisées dans quelques villes thermales

avec des créations in-situ de février au printemps 2021. C'est Vichy qui ouvrira le bal du 13 avril au 3 mai avec la présentation de l'œuvre en art vidéo de l'artiste Nicolas Tourte aux thermes des Dômes, en partenariat avec Vidéoformes.

Ce projet sera enrichi en octobre 2020 par l'exposition de trois œuvres contemporaines de la Cité internationale de la tapisserie d'Aubusson visibles dans les trois villes thermales du Sancy. Deux tapisseries sur l'eau recouvriront une grosse baignoire.

Des visites seront également programmées... en peignoir bien sûr ! Un projet de partenariat est par ailleurs en cours avec l'école de design de Saint-Étienne. Soixante-dix étudiants qui travaillent sur le design d'espace, le design d'objets et le design graphique effectueront un rendu en fin d'année visible également lors d'une exposition.

L'ensemble de ce projet fera l'objet d'une création photographique de Marielsa Niels. Une vingtaine ou une trentaine de clichés circuleront sur notre territoire en 2021, notamment au sein des deux hôtels de Région durant deux mois. ■

Ludivine BOURDUGE

www.lesaccrosdupeignoir.com.





LE THERMADORE CENTRE LIGNERAT

Profitez des bienfaits de l'eau thermale pour la détente

L'eau thermale est généralement utilisée pour soigner certaines maladies. Mais il s'avère qu'elle est aussi très appréciée pour tout ce qui a trait au bien-être. C'est le cas à l'espace aqualudique Thermadore de Saint-Nectaire.

Construit en 1978, l'actuel espace aqualudique Thermadore de 2 000 m² proposait, par le passé, des cures thermales. Mais celui-ci a fermé à la fin des années 90, l'eau, très chargée en calcaire, provoquant des bouchons dans les canalisations. En 2000, une piscine est construite puis laissée à l'abandon pendant deux ou trois ans avant d'être rachetée par la mairie de Saint-Nectaire.

D'une dimension de dix mètres par sept, la piscine est chauffée grâce à une source à 60°, située à proximité, par le biais d'un système de géothermie. Un sacré avantage qui permet au bassin d'atteindre une température générale allant de 31 à 34°. « Notre chiffre d'affaires est lié au tourisme à 75 %,

mais nous essayons d'inverser la tendance pour augmenter la fréquentation locale », explique Grégoire Levy-Valensi, directeur.

Le bien-être en ligne de mire

C'est pourquoi l'objectif affiché est que la piscine de l'espace aqualudique Thermadore soit ouverte toute l'année. Neuf cours de natation sont proposés chaque semaine et accueillent entre 70 et 80 enfants, six cours d'aquagym et six cours d'aquabike sont aussi au programme.

La piscine peut également être privatisée pendant deux heures pour dix personnes.

« Nous pouvons accueillir jusqu'à 100 personnes sur une demi-journée. La première privatisation



La piscine de l'espace aqualudique Thermadore est chauffée grâce à une source thermale par le biais de la géothermie.

s'est déroulée durant le mois d'octobre. Nous commençons à avoir de la demande », souligne le directeur.

Axé sur le bien-être, l'es-

pace aqualudique Thermadore accueille également dans ses murs un institut dédié à 100 % au bien-être et équipé d'un jacuzzi (38°), d'un sauna et d'un

hammam. Des soins esthétiques et de modelages complètent l'offre. ■

Ludivine BOURDUGE

www.thermadore.fr



Troubles du sommeil
Stress Asthénie
États dépressifs

Ouverture
du 6 Avril au
14 Novembre
2020



CURE THERMALE

Affections Psychosomatiques

Vous écouter, mieux vous connaître pour mieux répondre à vos besoins. La démarche paraît simple mais elle n'est pas si courante.

La cure thermale de Nérès-les-Bains est indiquée pour son approche personnalisée, l'écoute et le professionnalisme de son personnel.

Elle est efficace dans de nombreuses pathologies :

- névrose, états dépressifs, asthénie, insomnies, angoisse, stress, dystonies neurovégétatives ou encore spasmophilie.

INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS
04 70 03 10 39



WWW.THERMES-NERIS.COM





THERMES DE ROYAT-CHAMALIÈRES

Atténuer le phénomène de Raynaud

Après des investissements de sécurité, les thermes de Royat-Chamalières innovent avec une mini-cure et l'ouverture d'un spa pour la saison 2020

Les thermes de Royat accueillent à peu près 8 000 curistes par saison, dont la moitié viennent de l'agglomération clermontoise. La station fait partie des quatre thermes dédiés aux maladies cardio-artérielles.

En 2019, des travaux concernant surtout la mise en sécurité, mais aussi le réseau d'eau et l'accueil, avaient été engagés. Ces investissements pour moderniser la station seront suivis en 2020 par une augmentation des propositions de soins.

Des mini-cures pour découvrir le milieu thermal

Le phénomène de Raynaud touche tous les âges, aussi bien les hommes que les femmes. S'il n'est pas invalidant, il est très désa-

gréable et se caractérise par un resserrement excessif des vaisseaux sanguins au niveau des extrémités, doigts, orteils, oreilles ou nez, lors d'un brusque changement de température.

La mini-cure, d'une durée de six à douze jours, n'est pas prise en charge par la Sécurité sociale mais comprend toutefois un suivi médical.

Au bout de quelques jours, il se produit une baisse de l'intensité des crises puis une diminution de leurs fréquences, sans effets secondaires.

Cette option est ouverte du 16 mars au 7 novembre sauf les dimanches, les mini-cures débutant à n'importe quelle date choisie par les patients. Elle s'adresse essentiellement aux actifs et représente « une formule d'entrée pour découvrir, un pre-

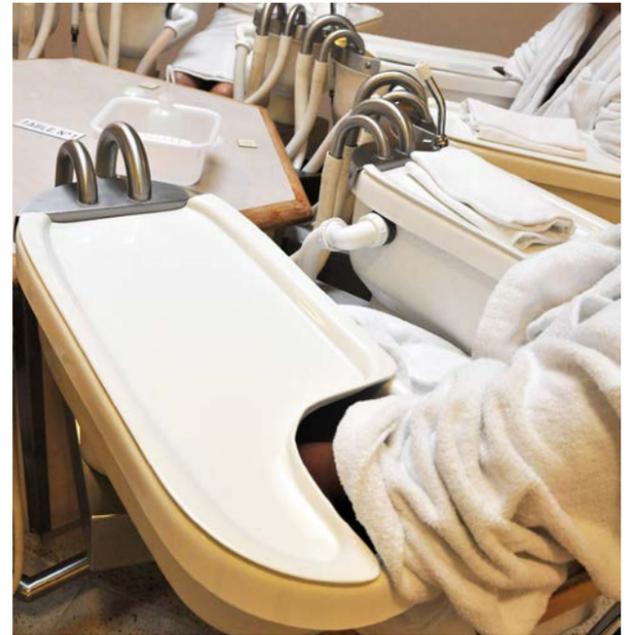
mier contact avec le milieu thermal », détaille Karen Giraud, responsable commerciale.

L'ouverture d'un spa complétera les soins

Les cabines humides individuelles comprenant douches, bains bouillonnants et boues fonctionnent « très bien », confie Karen Giraud. En intersaison, il y a toujours des activités de bien-être et de détente comme de la relaxation, du Pilates, de la sophrologie ou du yoga. Sans oublier des activités santé « toujours en lien avec les soins », précise-t-elle.

Le spa sera installé dans les mêmes bâtiments. Il s'agira d'une activité autonome, mais complémentaire de Royatonic.

Les activités sont concentrées essentiellement



Le phénomène de Raynaud est un trouble de la circulation sanguine.

jusqu'à 13 h. Depuis l'an dernier, il existe des cures du soir, de 17 h à 20 h, pour les actifs.

« On assistera peut-être demain à une augmenta-

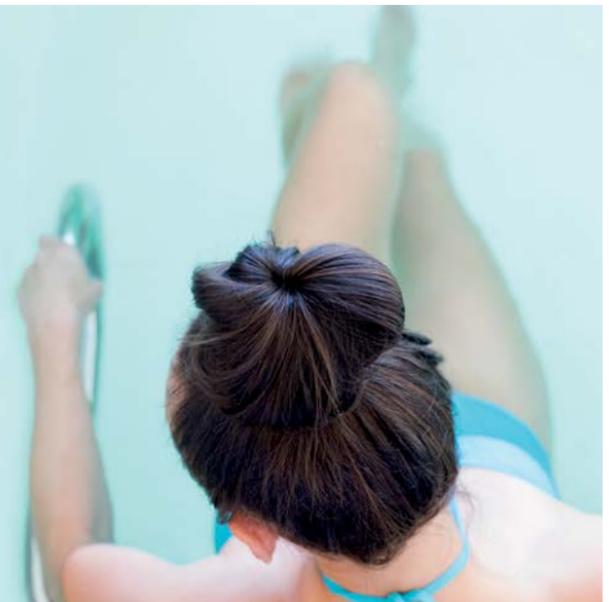
tion de l'amplitude horaire du jour », termine Karen Giraud. ■

Nicolas FRAIGNIAUD (CLP)

www.thermesderoyat.com



Les ressources profondément naturelles



L'EAU & LE GAZ UN DUO UNIQUE DE SOINS

Profitez des bienfaits d'une eau à la composition minérale unique et d'un gaz aux effets vasodilatateurs et antalgiques.

CURES THERMALES

RHUMATOLOGIE

MALADIES
CARDIO-ARTÉRIELLES

CURES SPÉCIFIQUES

FIBROMYALGIE

ARTHROSE LOMBALGIE
PHÉNOMÈNE DE RAYNAUD

OUVERTURE À PARTIR DU 16 MARS 2020

Renseignements et réservation au 04 73 29 51 51 - www.thermesderoyat.fr



THERMES DU MONT-DORE

La forêt, une amie qui vous veut du bien

Les cures proposées au Mont-Dore couvrent deux orientations thérapeutiques : la rhumatologie et les voies respiratoires. Nouveauté cette année, les thermes ont mis à la carte une mini-cure slow nature.

Située à environ 1 000 mètres d'altitude, la station du Mont-Dore offre un environnement favorable aux personnes asthmatiques ou allergiques.

Les thermes exploitent une dizaine de sources chaudes récupérées par un collecteur et envoyées directement vers les postes de soins.

Les eaux du Mont-Dore sont des eaux gazeuses fortement siliceuses (174 mg/l). La silice issue des roches volcaniques est l'élément fondamental du pouvoir immunoallergique de l'eau, c'est un stimulant qui agit comme protecteur de la muqueuse.

Le gaz thermal, composé de gaz carbonique, est utilisé pour la décongestion nasale. Il a aussi une action stimulante sur la production d'anticorps cellulaires, permettant de se prémunir davantage contre les allergies.

En plus de leurs orientations thérapeutiques, rhumatologie et voies respiratoires, les thermes du Mont-Dore proposent des mini-cures.

D'une durée de six jours, la nouvelle mini-cure nature « Slow nature » est une immersion en forêt thermale. Autant dire un retour aux sources, puisque les médecins thermaux prescrivaient déjà des promenades en forêt au XIX^e.

C'est bien après, au début des années 1980, que le terme sylvothérapie a été inventé. Sylvothéra-



Après les bienfaits de la forêt, la vue sur Le Mont-Dore.

pie vient de silva, signifiant en latin forêt, auquel a été ajouté thérapie, entendu comme étant les moyens de prévenir, traiter, soigner ou soulager une maladie.

Éveil des sens

La commune du Mont-Dore dispose ainsi d'un

sentier sylvatique unique en son genre en France.

Il s'agit d'un parcours d'éveil des sens dans la forêt du Capucin avec cinq spas en bois.

Le premier évoque les odeurs et les parfums. Le deuxième met en valeur la lumière tamisée de la forêt, le troisième les couleurs,

avec des effets vertueux. Le dernier spa est consacré aux sons et bruits de la forêt.

Le but de la marche méditative en forêt est de concentrer son attention sur son souffle. Méditer en marchant diminue le stress et l'anxiété, entretient le physique et réduit la fréquence

cardiaque et respiratoire. Des soins complètent la mini-cure : bains thermaux aux résineux, cataplasmes d'argile chaude mûrie aux plantes, modelages relaxants à l'huile essentielle de sapin, etc. ■

Sandra HARTMANN

chainethermale.fr

AUVERGNE OPTIC MOBILE
service d'opticien à domicile



Je me déplace GRATUITEMENT où que vous soyez (domicile, lieu de travail, établissements médicaux...) sur tout le département du Puy-de-Dôme dans un véhicule entièrement aménagé.

06 02 05 87 92
Plus de renseignements : www.auvergneopticmobile.fr

Accessible aux personnes à mobilité réduite
Opticien diplômé d'État agréé par la Sécurité Sociale




Un parcours d'éveil des sens dans la forêt du Capucin.

L'Auvergne thermale, terr

NÉRIS-LES-BAINS

La station thermale de Nérises-Bains propose des séjours santé et des cures thermales pour les affections psychosomatiques, neurologiques et rhumatologiques.

Il s'agit de l'unique station thermale d'Auvergne à posséder les orientations psychosomatiques et neurologiques. Nérises-Bains est leader dans le traitement des maladies d'origine nerveuse.

Bicarbonatée et sulfatée sodique faible, l'eau thermale de Nérises-Bains se caractérise par la présence dans sa composition de nombreux oligo-éléments et en particulier de lithium, lui donnant des propriétés sédatives, antalgiques, équilibrantes et relaxantes.



CHÂTEAUNEUF-LES-BAINS

La station thermale est spécialisée dans le traitement des affections rhumatismales, à base de soins de balnéothérapie et de kinésithérapie. C'est grâce aux vertus anti-inflammatoires et antalgiques de ses eaux, ainsi qu'aux propriétés vasodilatatrices de son gaz thermal (gaz carbonique contenu dans l'eau thermale), que la station est indiquée pour soulager efficacement et durablement ce type de douleurs. Pour les personnes souhaitant renforcer, en cours d'année, les effets d'une cure thermale de trois semaines à orientation rhumatologie, il est à noter que les thermes proposent des semaines thermales spéciales.

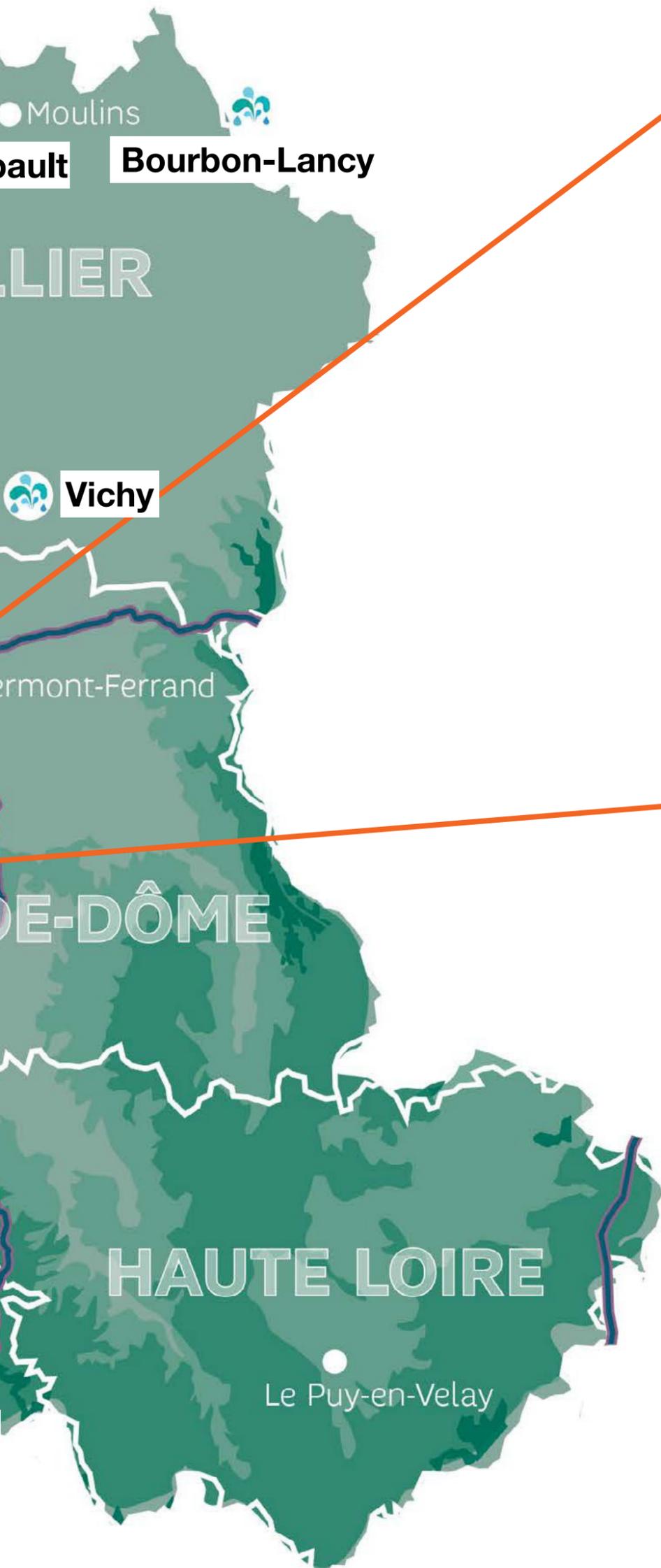
À deux pas de l'établissement thermal, le parc classé arboretum offre aux curistes la possibilité de se détendre avant ou après la cure, tout en admirant des essences d'arbres rares, à l'instar de nombreux conifères d'Amérique du nord.



 AUVERGNE
THERMALE



e de santé, c'est 11 stations



ROYAT - CHAMALIÈRES

Cette station propose des cures pour les maladies cardio-artérielles. Elle est indiquée pour l'artérite, le phénomène de Raynaud (dont la sclérodermie), les ulcères artériels et artério-veineux ainsi que pour la microangiopathie des artéritiques diabétiques. Il y a des cures de rhumatologie pour les arthroses en particulier la cervicarthrose, l'arthrose dorsale et lombaire, l'arthrose des doigts en particulier, l'arthrose des pouces (ou rhizarthrose), l'arthrose de la hanche et l'arthrose des genoux, ainsi que pour les séquelles de traumatismes ostéo-articulaires et la fibromyalgie.



Des ateliers comme ceux consacrés à l'hypnose, à l'éducation alimentaire thérapeutique ou encore à la musicothérapie ont été mis en place.

Ces ateliers apportent une valeur ajoutée aux cures basées sur les propriétés vasodilatatrices de l'eau fortement carbo-gazeuse (chargée en gaz thermal) favorisant la circulation sanguine et soulageant les douleurs en cas de problèmes cardio-artériels ou rhumatologiques.

LA BOURBOULE

Les Grands Thermes de La Bourboule sont spécialisés dans les cures thermales pour les voies respiratoires, la dermatologie, les affections des muqueuses bucco-linguales ainsi que les troubles du développement de l'enfant et les cure post-cancer pour la cicatrisation de l'épiderme.



Le centre thermal des Grands Thermes accueillent les curistes dans un bâtiment majestueux, baigné de lumière, érigé sur les rives de la Dordogne. Outre les soins, les curistes ont la possibilité de choisir l'espace confort qui propose un nouvel espace balnéo (sauna, jacuzzi, hammam). Ils peuvent également avoir un accès quotidien au salon Lounge.

Parmi les activités complémentaires, la station thermale propose des ateliers santé, du yoga, du qi-gong, de la sophrologie, de l'hypnose thérapeutique, des randonnées pédestres, des ateliers nutrition...

 AUVERGNE
THERMALE





Le thermalisme ou la voie de la prévention santé

Spécialisés dans les cures thermales en voies respiratoires et en dermatologie, les Grands Thermes de La Bourboule disposent de soins pour le traitement de l'asthme, des allergies respiratoires et des allergies cutanées. La saison thermale débutera le 10 février.

Gâce à ses propriétés anti-infectieuses, anti-inflammatoire et anti-radiculaire, l'eau thermale des Grands Thermes est indiquée pour le traitement des affections respiratoires dont l'asthme et les allergies.

Cette eau thermale est également adaptée pour les problèmes de peau tels que l'eczéma, le psoriasis ou encore les séquelles de brûlures et de cicatrices pouvant être liées à un traitement du cancer.

L'eau thermale est chlorurée, sodique et bicarbonatée. Sortant à 57 degrés, elle est sans soufre et chargée d'oligo-éléments.

Les curistes consomment l'eau, de la plus petite particule, à sa version solide en boisson.

« Nous couvrons quatre orientations thérapeutiques, précise Joffrey Chalaphy, directeur des Grands Thermes. Les voies respiratoires, l'eau pouvant modifier le terrain allergique interne ; la dermatologie ; les affections des muqueuses et les troubles du développement de l'enfant, comme le traitement de l'asthme ou de l'allergie. »

Les cures thermales en voies respiratoires

La cure thermale en voies respiratoires soulage les symptômes des personnes souffrant d'affections liées à la sphère ORL (nez, gorge, oreilles) telles que les rhinites et rhino-sinusites saisonnières, les rhino-pharyngites, les sinusites chroniques.

Pour Joffrey Chalaphy, « la cure n'est pas un



La Bourboule est la première destination thermale pédiatrique de France (photo : Mariëlsa NIELS).

soin alternatif et ne doit pas s'opposer aux traitements allopathiques. Sauf qu'avec une ou plusieurs cures, on peut éviter des hospitalisations chez les enfants asthmatiques. Le thermalisme, c'est prendre la voie de la prévention santé et surtout, essayer de sortir du curatif ».

Joe, le petit robot

Unique école de l'asthme française à être située dans une station thermale, l'école de l'asthme de La Bourboule est un centre d'éducation thérapeutique agréé par l'Agence régionale de santé pour l'accueil de patients asthmatiques.

« L'école ouvre au mois d'avril, poursuit le directeur des Grands Thermes. L'idée est d'accompagner l'éducation thérapeutique

du patient. Mais aussi de sensibiliser la cellule familiale dans le cas de nos plus jeunes patients. L'objectif de cette école de l'asthme, dont nous réfléchissons à changer le nom, c'est donner des outils pour mieux appréhender la maladie de façon à ce qu'elle ne s'aggrave pas. »

Parmi ces outils, il y a le petit robot Joe : « Soixante-quinze pourcents des enfants asthmatiques prennent mal leur traitement », remarque le directeur des Grands Thermes. Sans doute parce qu'ils n'ont pas les bonnes pratiques.

L'une d'elles consiste à se laver la bouche après

un traitement pour éviter les aphtes.

Ce rappel, le petit robot Joe peut le faire, une fois que l'ordonnance de l'enfant a été intégrée. La machine peut aussi donner des conseils permettant de bien utiliser un inhalateur. « C'est une démarche de santé intégrative, précise Joffrey Chalaphy. Il s'agit de prendre de bonnes habitudes, de comprendre pourquoi il faut les prendre et ensuite de prolonger ces bonnes habitudes. »

Cette cure connectée est le fruit d'un partenariat avec la société Ludocare, spécialisée dans le développement de solutions de santé connectée. Elle

a reçu le Prix de l'initiative thermale.

La Bourboule accueille les enfants à partir de 18 mois pour les traitements des voies respiratoires et à partir de 6 mois pour les affections cutanées. Deux nouvelles formules sont au programme : voies respiratoires, avec six soins par jour, et dermatologie avec une régénération de l'épiderme autour de quatre soins par jour. Les thermes accueillent 1 400 enfants par an faisant de La Bourboule la première destination thermale pédiatrique de France. ■

Sandra HARTMANN

grandsthermes-bourboule.com

La cure post-cancer

La principale orientation de la cure thermale post-cancer est d'accélérer la cicatrisation, de soigner les séquelles de brûlures, d'estomper les cicatrices et d'aider la peau à retrouver toute sa souplesse après un traitement du cancer. Elle est indiquée après un traitement par chirurgie, chimiothérapie ou radiothérapie. « La cure traite les effets invasifs du cancer », résume Joffrey Chalaphy. Outre les soins (douche générale au jet, pulvérisation locale), il y a tout un accompagnement des curistes, avec de la socio-esthétique ou des groupes de paroles. La cure accueille plus de trois cents patients par an, et ce, peu importe la pathologie.



La cure thermale en voies respiratoires soulage les symptômes des personnes souffrant d'affections liées à la sphère ORL



AUVERGNE THERMALE

Vivement le Printemps du thermalisme !

Depuis plusieurs années, les onze stations regroupées au sein d'Auvergne thermale proposent promotions, ateliers et conférences dans le cadre du Printemps du thermalisme, une belle occasion de découvrir les cures et leurs bienfaits.

Le Printemps du thermalisme se décline en trois volets qui permettent aux établissements thermaux auvergnats d'ouvrir grand leurs portes afin d'accueillir un public qui n'a pas l'habitude des cures. En mai et juin, nombre de rendez-vous permettent de s'initier aux soins qui y sont pratiqués, aux formules bien-être et prévention santé que les stations proposent également.

Trois soins pour 33 €

L'opération existe depuis une dizaine d'années. Le premier volet du Printemps du thermalisme consiste en une opération promotionnelle durant laquelle les onze établissements thermaux que compte la région proposent, pour 2020, trois soins pour 33 €. « C'est une opération locale qui permet de faire découvrir le thermalisme aux Auvergnats »,

précise Stéphane Huin, directeur de la communication et du développement pour Auvergne thermale et la Route des villes d'eau.

L'opération se déroule sur une semaine, du 11 au 16 mai cette année, et chaque station va proposer une promotion suivant ses spécificités. À titre d'exemple, l'an passé, les Thermes de Châtel-Guyon proposaient trois typologies de soins à choisir : douche de forte pression en piscine thermale ou piscine de boue thermale, douche pénétrante ou manuelle, bain au choix entre aérobain ou bain douche immersion.

Quelles soient adeptes des cures ou totalement novices en la matière, plus d'un millier de personnes répondent présentes chaque année lors de cette opération promotionnelle. Le programme de 2020 sera bientôt disponible.

Pour le consulter : www.auvergne-thermale.com.

Un printemps d'ateliers et de conférences

Le second volet du Printemps du thermalisme consiste en un programme d'ateliers et de conférences dans toutes les stations auvergnates. En mai et juin, les établissements proposent ainsi à tous de « devenir des acteurs de leur propre santé », souligne Stéphane Huin. Ateliers et conférences ont ainsi pour objectif de fournir des conseils, que ce soit autour de l'alimentation, de l'activité physique, de la détente...

L'objectif est de faire découvrir les bienfaits du thermalisme que ce soit dans le cadre de cures comme dans le cadre de séjours bien-être. Car au-delà des soins dispensés

à des patients atteints de pathologies spécifiques, les établissements thermaux ont fortement développé une approche « prévention » et bien-être dans leurs pratiques. Les conférences sont animées par des spécialistes sur des sujets variés concernant la prévention, le bien-être et les soins, des ateliers seront centrés sur des activités physiques adaptées ou des conseils diététiques, des séances de coaching santé... Le programme pour 2020 sera consultable fin mars ou début avril (www.auvergne-thermale.com).

Le plein de formules mini-cures

« Un été en peignoir » est le troisième volet de ce Printemps. Il s'agit d'une opération de promotion sur les mini-cures, soit une réduction de 20 % sur ces formules proposées par les

stations thermales, d'une durée d'une semaine à dix jours. Le concept de mini-cures a pour but de répondre à la demande de personnes désireuses de prendre leur santé en charge sans pour autant effectuer les trois semaines d'une cure traditionnelle.

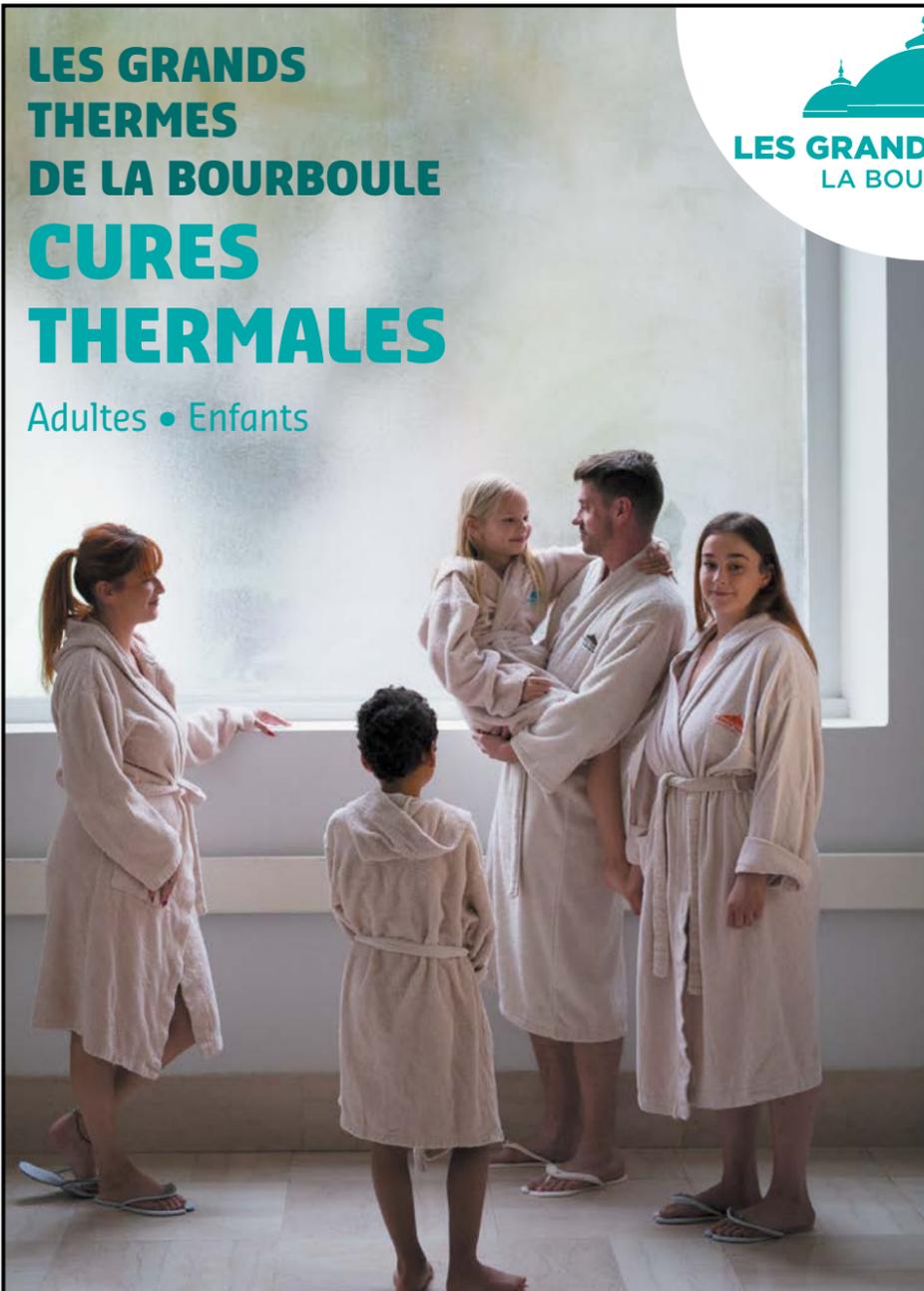
Cette formule s'inscrit donc dans une optique de remise en forme ou d'un séjour de prévention. Et si les établissements font le plein à l'automne, leur objectif est d'inciter les curistes à venir un peu plus en été. L'opération promotionnelle consiste donc à encourager les personnes tentées par une mini-cure de l'effectuer du 1^{er} juillet au 31 août, et pour bénéficier d'une réduction de 20 %, il convient de réserver impérativement sa mini-cure entre le 1^{er} mai et le 30 juin. ■

Jean-Philippe MONJOT

LES GRANDS THERMES DE LA BOURBOULE

CURES THERMALES

Adultes • Enfants



- Voies Respiratoires
- Dermatologie
- Affections des Muqueuses Bucco-linguales
- Post-Cancer
- Dermatologie séquelles de cicatrices

CONTACTS ET RÉSERVATION
Les Grands Thermes
76 bd Georges Clémenceau - 63150 La Bourboule
04 73 81 21 00
contact@grandsthermes.com

Création : Set Communication / Photos : M. Niels



LIVRE

101 mots pour dire le thermalisme

Journaliste spécialisée dans le bien-être, la beauté et l'art de vivre, Catherine Tinghérian a écrit plusieurs ouvrages sur ces thématiques. Avec *Les 101 mots du thermalisme*, elle a exploré les stations et les activités thermales pour en dévoiler une multitude de secrets.

Depuis plusieurs années, Catherine Tinghérian anime un blog sur la thalassothérapie (monguidethalassospa.fr), mais elle a découvert le thermalisme et s'est passionnée pour cette activité, les différentes pratiques thermales, le patrimoine... Parisienne, elle s'est d'ailleurs récemment installée à Vichy, une ville « plus calme pour écrire », confie-t-elle.

De "A" comme Accros du peignoir à "W" pour Who's who, l'auteur transporte le lecteur en allant puiser dans le passé ce qui a fait les stations thermales, le présent et la récente mue de l'activité thermale, puis vers le futur, et tout cela au travers de 101 mots. Le livre est bien plus qu'un descriptif, il est un recueil d'anecdotes et recèle de nombreuses informations. Chaque mot est raconté, mis en scène, permettant au lecteur de s'évader vers cet univers.

– Pourquoi écrire un

livre sur les mots du thermalisme ?

J'étais davantage spécialisée dans la thalassothérapie. Je suis d'ailleurs l'auteurice du *Guide de la thalasso en France*. Malheureusement, j'ai été déçue par ce qui se passait en thalassothérapie ou ce qui ne se passait plus. Et j'ai découvert le thermalisme, que je connaissais un petit peu, mais pas aussi bien que la thalassothérapie. Et j'ai eu la chance de rencontrer, par hasard aux Thermalies, Stéphane Huin [directeur de la communication d'Auvergne thermale]. Il m'a fait découvrir le thermalisme en Auvergne. Puis, lorsque j'ai été contactée par la maison d'édition qui a édité le livre, l'éditeur m'a proposée au départ la thalassothérapie et je lui ai expliqué que le thermalisme était bien plus riche pour écrire ce livre. Et il a été partant. J'ai passé de merveilleux moments en écrivant ce livre car j'ai découvert énormément de choses.

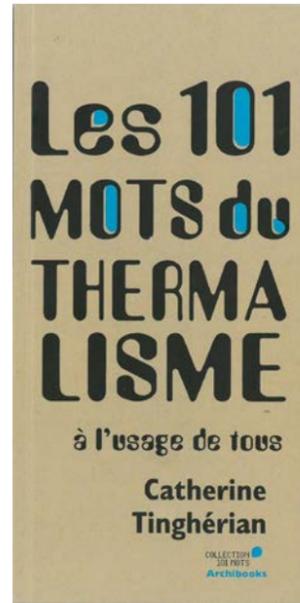
– Vous l'avez écrit en allant dans des stations thermales ?

J'ai eu un problème de santé à la jambe droite et je ne pouvais plus marcher du tout. Je suis allée à Bourbon-Lancy alors que j'étais dans l'écriture du livre. J'ai donc écrit *Les 101 mots du thermalisme* à Bourbon-Lancy (Saône-et-Loire).

Je me suis dit que j'avais plein de choses à raconter

– Pourquoi choisir de prendre les mots du thermalisme ?

Il s'agit en fait d'une collection de la maison d'édition qui s'appelle *Les 101 mots*. Vous avez *Les 101 mots du Champagne*, *Les 101 mots du maquillage*... J'ai contacté au départ cette maison d'édition, d'abord parce que je suis journaliste, et en tant que journaliste j'avais reçu *Les 101 mots du maquillage*. Je me suis dit que j'avais plein de choses à raconter et c'est comme ça que j'ai rencontré l'éditeur.



– Parmi ces 101 mots, en avez-vous que vous préférez, qui vous touchent plus ?

Je les aime tous ! J'en avais plus de 140 au départ et j'ai dû en supprimer. Le choix a été très difficile...

En fait, c'est un petit peu technique, mais j'en ai un qui m'a beaucoup impressionnée, c'est "chemin de fer" ou comment le chemin de fer s'est développé

grâce au thermalisme. C'est assez spectaculaire.

Dans une station thermale, il y a toujours plusieurs histoires à raconter

– Dans votre livre, il y a en effet des rappels à l'histoire, il y a des mots du présent et des mots qui renvoient au passé...

Oui. En fait c'est basé sur le principe du dictionnaire amoureux. Les mots sont classés par lettres alphabétiques. Je décris, par exemple, les soins, je définis les douches de Vichy, parce que c'est vraiment incontournable. Je décris donc la douche de Vichy et je raconte son histoire et comment elle a été découverte. Dans ces 101 mots, j'évoque le présent du thermalisme comme son histoire, aujourd'hui et hier. C'est tout ce qui est du ressort du patrimoine, de l'histoire... Je suis d'ailleurs impressionnée par la richesse du patrimoine dans le thermalisme. C'est aussi ce qui m'a séduite, au-delà des soins. Dans une station thermale, il y a toujours plusieurs histoires à raconter.

– Ce qui vous a séduite aussi dans le thermalisme, est-ce le fait qu'on y retrouve les deux dimensions : soin et bien-être ?

En fait, je trouve que le thermalisme a réussi quelque chose d'assez extraordinaire. Il faut reconnaître qu'il y a une dizaine d'années le thermalisme était complètement en perte de vitesse. Ils ont réussi à charmer les curistes qui viennent à présent aussi bien pour prendre soin d'eux, pour se remettre en forme sur le plan de leur santé, mais aussi maintenant pour le bien-être. Dans quasiment toutes les stations thermales vous avez un spa dans lequel on peut aussi faire des soins beauté. Et quand on rentre à la maison, on est beau physiquement comme à l'intérieur car l'on s'est refait une santé. C'est vrai que le thermalisme a réussi ce concept. ■

Jean-Philippe MONJOT

Les 101 mots du thermalisme – À l'usage de tous, Éditions Archibooks, 13,90 euros (disponible dans toutes les librairies).

ABONNEMENT INTÉGRAL PAPIER + NUMÉRIQUE

le semeur
Hebdo
Journal d'informations locales et départementales

VOTRE ABONNEMENT + 1 LIVRE AU CHOIX ⁽¹⁾

ABONNEMENT INTÉGRAL 1 AN



65€

POUR 1 AN - 52 NUMÉROS

ABONNEMENT INTÉGRAL 2 ANS



118€

POUR 2 ANS - 104 NUMÉROS

Abonnez-vous !

L'ABONNEMENT INTÉGRAL COMPREND :

VOTRE JOURNAL PAPIER LIVRÉ CHEZ VOUS !

JOURNAL NUMÉRIQUE EN LIGNE
Liseuse en ligne - Téléchargement PDF

L'INTÉGRALITÉ DES ARTICLES EN LIGNE

LES ARCHIVES NUMÉRIQUES

Retournez ce bulletin accompagné de votre règlement à l'ordre du Semeur Hebdo sous enveloppe non affranchie à :

COURRIER FRANÇAIS
SERVICE ABONNEMENT LE SEMEUR HEBDO
LIBRE RÉPONSE 54617
33098 BORDEAUX CEDEX

⁽¹⁾ Cochez votre abonnement et un livre de votre choix dans la liste ci-contre - dans la limite des stocks disponibles.

Offre réservée aux nouveaux abonnés, valable jusqu'au 14/02/2020

Tous les champs sont à remplir obligatoirement pour le bon suivi et traitement de votre abonnement



NOM et PRÉNOM ou RAISON SOCIALE

ADRESSE COMPLÈTE

CODE POSTAL - VILLE

TÉL

e-mail:

« Les données personnelles vous concernant font l'objet d'un traitement informatique par les journaux du Groupe PMSO et sont utilisées à des fins de gestion de votre abonnement et de relation client. Elles seront conservées pour une durée maximale de 3 ans à compter de la date de résiliation de votre abonnement. Conformément à la loi « Informatique et Liberté » du 06.01.1978 (art.27) et au Règlement (UE) 2016/679 du Parlement européen et du Conseil du 27 avril 2016 dit RGPD, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'opposition, de limitation, de portabilité et d'effacement de vos données en vous adressant par courrier « Protection des Données Personnelles - Courrier Français - Rue du Docteur Jean-Vincent - 33300 BORDEAUX ». Votre courrier doit préciser votre nom, prénom, adresse postale et doit être accompagné de la copie d'une pièce justificative d'identité. Vous avez également le droit d'introduire une réclamation auprès de la CNIL.



THERMES DE CHÂTEL-GUYON

Les thermes s'offrent une cure de jouvence

La cité thermale de Châtel-Guyon s'apprête à accueillir un établissement doté d'une capacité d'accueil supérieure. Une nouvelle ère pour le thermalisme.



Le nouvel établissement accueillera les curistes au printemps (Photo : DGA)

Figure incontournable des villes d'eaux auvergnates, Châtel-Guyon est reconnue pour son eau riche, notamment en magnésium, silicium, lithium et oligo-éléments. Une eau utile dans le traitement des affections du microbiote intestinal et des rhumatismes. L'eau peut être utilisée pour des soins externes, internes et en cure de boissons selon les besoins.

Chaque année, la cité thermale accueille plusieurs milliers de curistes animant le quotidien de la ville. Pour la saison 2020, un nouveau centre thermal ouvre ses portes : Aïga resort.

Un nouvel établissement

Un projet porté par le groupe France Thermes qui se chiffre à hauteur de 35 millions d'euros dont

5 millions de subventions publiques.

« La société d'économie mixte créée en 2009 a sauvé le thermalisme à Châtel-Guyon », affirme Danielle Faure-Imbert, première adjointe en charge du tourisme, du thermalisme et de la vie économique.

En 2014, le passage au privé est acté, une décision justifiée par l'élue : « La station se développait, le thermalisme également et la puissance publique n'a pas les moyens de faire les investissements nécessités par le thermalisme actuel et de demain. »

Un investissement de taille en effet. En plus du nouveau centre thermal sur deux niveaux, Aïga resort offre un spa thermal, un restaurant, une résidence de tourisme quatre étoiles et une résidence pour seniors. Un centre de recherche et de formation sur le microbiote

prend place au sein de l'établissement.

Ce nouvel ensemble compte accueillir jusqu'à 10 000 curistes. Il marque une étape dans le développement du thermalisme à Châtel-Guyon. En plus des aspects thérapeutiques et de bien-être, la prévention médicale est aussi en pleine croissance.

Vers la « pleine santé »

Cette évolution draine un nouveau public dans les stations thermales. Selon Danielle Faure-Imbert, « il s'agit d'une nouvelle clientèle, des gens de tous les âges qui vont venir faire des plus courts séjours au cours desquels ils apprendront quels sont les défauts de leurs modes de vie et ce qu'il faut faire pour les corriger. C'est un apprentissage de la santé. »

Les thermes engagent leur développement au

sein d'un projet plus global de « pleine santé », où toute la ville sera tournée vers le préventif. Les aménagements municipaux vont en ce sens avec « des espaces pour faire de la gymnastique, du qi gong, des coulées vertes avec des parcours de santé, etc. ».

Les restaurateurs, bistrotiers et hébergeurs sont encouragés à développer une offre spécifique, notamment en matière de confort et d'alimentation. Le restaurant d'Aïga resort associe santé et gastronomie, et les résidences se veulent adaptées et tout confort.

Sur un plan économique, France Thermes annonce la création de 80 nouveaux emplois, passant de 60 à 140 emplois équivalent temps plein d'ici huit ans, pour une période d'ouverture du centre allongée dans l'année.

Les thermes Henry, qui accueillait le public jusque-là sont dans l'attente d'un nouveau destin. La municipalité actuelle privilégierait les projets autour de la santé.

La connaissance de l'économie liée au thermalisme a vocation à s'amplifier. Un comité de pilotage d'un grand observatoire du thermalisme se met ainsi en place au niveau national. Danielle Faure-Imbert participe à cette démarche dont l'objectif est de collecter, pour toutes les stations, 48 données économiques permettant de mesurer plus précisément l'impact direct du thermalisme, les emplois indirects et induits, et les retombées économiques.

À Châtel-Guyon, la saison débutera le lundi 27 avril pour les curistes de l'Aïga resort. ■

Pierre Frasiak (CLP)

thermesdechatel-guyon.fr



THERMES
CHÂTEAUNEUF-LES-BAINS

Cure THERMALE - eSPACE SCIOULE

04 73 86 67 49 - etablissement-thermale@orange.fr

OUVERTURE DU 27 AVRIL AU 17 OCTOBRE





AUVERGNE THERMALE



AUVERGNE THERMALE

TERRE DE SANTÉ

11 Stations thermales pour une réponse efficace
face aux maladies chroniques.

Demandez
gratuitement
le guide
Auvergne
Thermale
2020

04 73 34 70 79

info@borvo.com

www.auvergne-thermale.com