

Date : 14/11/2014

## Salon des Thermalies : le point sur les cures sur-mesure

Le Salon des Thermalies qui se déroulera du 22 au 25 janvier 2015 au Carrousel du Louvre est une véritable vitrine du bien-être. Seul salon consacré à l'eau et ses bienfaits, il est devenu une véritable référence en matière de Thalassothérapie, Thermalisme, Spa et occupe une place majeure sur un marché porteur. Cette semaine, de l'île d'Oléron à Quiberon en passant par Crouesty, le point sur les cures sur-mesure.



Un séjour en thalasso, c'est l'occasion de se ressourcer mais également de découvrir tous les bienfaits de l'eau de mer. Riche en oligo-éléments et en minéraux nécessaires à notre organisme, l'eau marine est préconisée dans de nombreux troubles. Permettre aux curistes de profiter de la parenthèse qui constitue la thalassothérapie pour entamer une démarche de prévention santé. C'est l'objectif des nouvelles cures sur-mesure de plus en plus proposées par les centres. Voici donc les nouveautés 2015.

### Miramar Crouesty : rééquilibrer ses énergies

La cure Biorésonance & Thalasso de 6 jours est un programme novateur entièrement personnalisé, basé sur la prévention des déficiences énergétiques. Il associe des soins de thalassothérapie, riches en oligo-éléments et en sels minéraux à des soins spa et des soins de biorésonance. Ce programme agit au niveau de la revitalisation globale du corps. En effet, l'appareil de biorésonance, qui produit des spectres de fréquences, déclenche des régulations spécifiques en les transmettant au corps. Il s'appuie, notamment, sur la théorie ondulatoire qui a prouvé que toute matière, à commencer par la lumière du soleil, favorise les régulations dans notre organisme (pigmentation de la peau, métabolisme de la vitamine D, production de mélatonine...). Le programme Biorésonance & Thalasso est défini en fonction des besoins, des problématiques, mais aussi des souhaits de chaque personne.

## Évaluation du site

Ce site diffuse d'assez nombreux articles concernant les problématiques liées au vieillissement et aux personnes âgées en général.

**Cible**  
Spécialisée

**Dynamisme\*** : 1

\* pages nouvelles en moyenne sur une semaine

### **Ile d'Oleron : découvrir les secrets de la longévité**

La nouvelle cure Secrets de longévité, proposée par le centre de thalassothérapie Thalassa Sea & Spa à l'île d'Oleron offre une palette de soins ciblés pour agir sur tous les facteurs essentiels de la santé : le sommeil, le stress, la forme, l'alimentation et l'image de soi. Le programme de 6 jours débute par une mesure « beflow », un véritable GPS de la forme physique, mentale et émotionnelle, qui mesure son impact sur chaque zone du corps. Puis, la cure propose trois rendez-vous avec des experts de la nutrition pour apprendre à protéger et à nettoyer son organisme : 3 soins « Sommeil » pour se détendre et récupérer (Aqua-O, Respiro'Relax et Aquarelax), 3 soins « Antistress » pour lâcher prise (modelage synchronisé Music-O, respirologie et séance d'automassage), 2 séances « Forme » pour s'oxygéner (aquacardiotraining, aquapilates ou randonnée en mer longe-côte), 2 soins « Image de soi » (un soin exfoliation-microzone-Dermalogica et une séance de Mésopor), 8 soins thalasso individuelle sur-mesure et 2 modelages du corps.

### **Relais Thalasso : Thalavie, une cure sur-mesure**

L'idée du programme Thalavie proposé par le **groupe Relais Thalasso**, c'est d'établir en amont du séjour, grâce à un questionnaire médical, le profil « santé » de la personne et de mettre en avant ses points faibles : mal de dos, surpoids, insomnies, problèmes digestifs, stress... Une fois le questionnaire reçu, le médecin élabore un programme de soins personnalisés qui prend en charge la santé globale du curiste. Dans le cadre de ce programme, une diététique personnalisée est également proposée, en fonction des différents points à améliorer : poids, insomnies, digestion... Le programme Thalavie propose 5 orientations : anti-stress et sommeil, souplesse articulaire, confort digestif, vitalité générale et minceur et métabolisme. La cure s'articule autour de l'activité physique, en plein-air ou avec des aqua-activités, des soins de thalassothérapie et des massages. Au menu : 2 entretiens avec un médecin « Expert Thalavie » au début de séjour et 4 à 8 semaines après, 15 soins individuels selon le profil diagnostiqué, 5 séances aquatiques en eau de mer chaude et un programme d'activités physiques sur-mesure.

### **Sofitel Quiberon : retrouver forme et santé**

La prise en charge en santé globale est l'objectif de la nouvelle cure baptisée Secrets de jeunesse, proposée par le Sofitel Quiberon Thalassa Sea & Spa. Le programme débute par un rendez-vous médical et des bilans sanguins très poussés : un diagnostic des intolérances alimentaires y compris le gluten. Un diagnostic du système anti-radicalaire, un repérage de la présence des métaux lourds dans l'organisme ou encore un bilan d'équilibre des oligo-éléments. Puis, un bilan Body-Age avec un coach sportif et un diagnostic « Instant de Peau by Biologique Recherche » complètent le séjour. Côté soins, les traitements sont choisis selon les besoins de curiste. Ce programme prévoit : 9 soins thalasso, 3 séances d'activités physiques personnalisées selon le profil (stretching, swissball, danse latine, abdo-fessiers...), 2 séances énergisantes (réflexologie plantaire, Abhyanga), 4 soins de développement personnel en petit groupe (relaxation mindfulness, tai chi, qiqong, respirologie) et deux soins personnalisés Biologique Recherche.