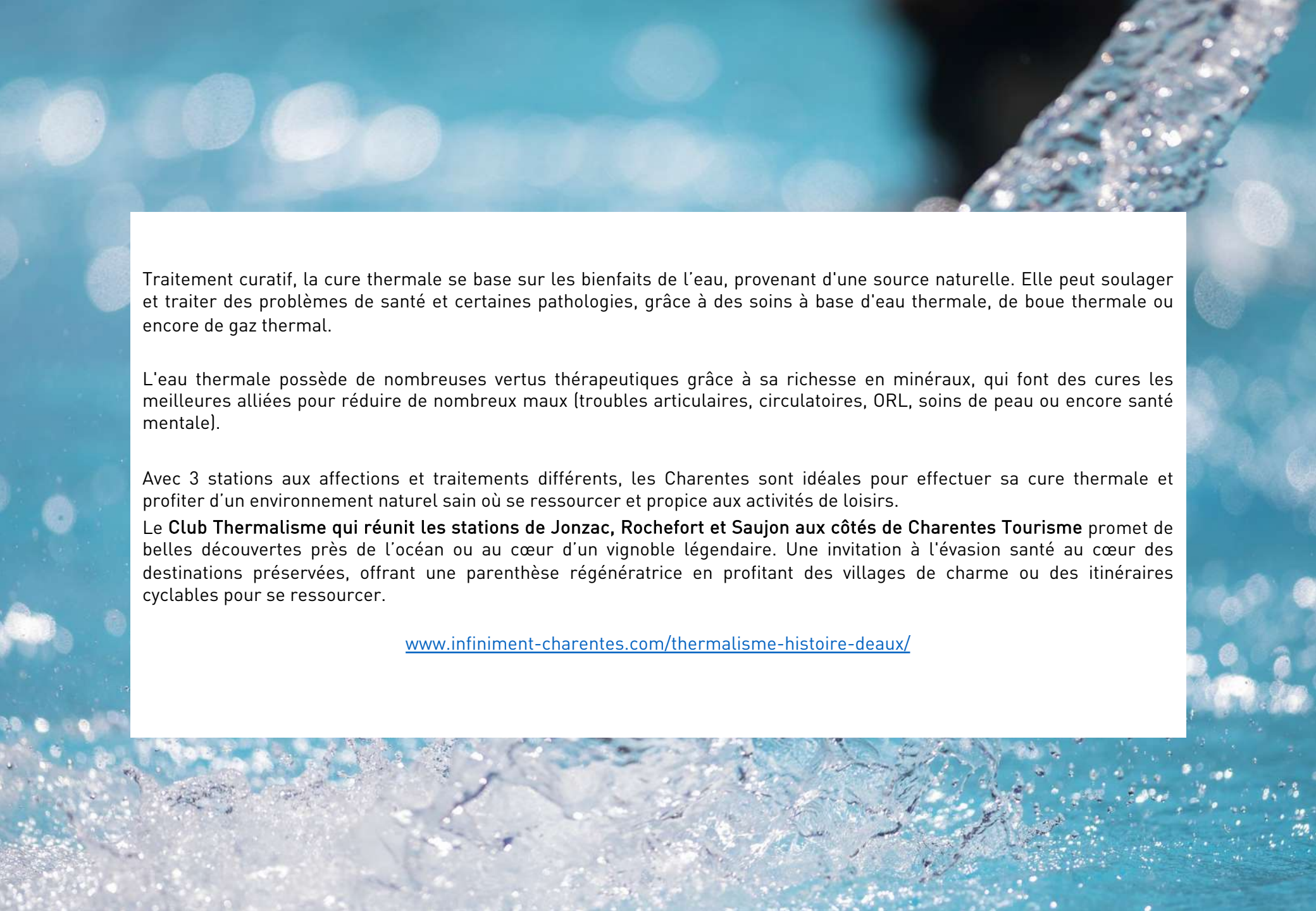


INFINIMENT CHARENTES

DOSSIER DE PRESSE 2024 Club Thermalisme

The background of the entire page is a vibrant, close-up photograph of water splashing, creating numerous bright, shimmering droplets and bubbles. The water is a clear, bright blue. In the center of the page, there is a large white rectangular box containing text.

Traitement curatif, la cure thermale se base sur les bienfaits de l'eau, provenant d'une source naturelle. Elle peut soulager et traiter des problèmes de santé et certaines pathologies, grâce à des soins à base d'eau thermale, de boue thermale ou encore de gaz thermal.

L'eau thermale possède de nombreuses vertus thérapeutiques grâce à sa richesse en minéraux, qui font des cures les meilleures alliées pour réduire de nombreux maux (troubles articulaires, circulatoires, ORL, soins de peau ou encore santé mentale).

Avec 3 stations aux affections et traitements différents, les Charentes sont idéales pour effectuer sa cure thermale et profiter d'un environnement naturel sain où se ressourcer et propice aux activités de loisirs.

Le **Club Thermalisme qui réunit les stations de Jonzac, Rochefort et Saujon aux côtés de Charentes Tourisme** promet de belles découvertes près de l'océan ou au cœur d'un vignoble légendaire. Une invitation à l'évasion santé au cœur des destinations préservées, offrant une parenthèse régénératrice en profitant des villages de charme ou des itinéraires cyclables pour se ressourcer.

www.infiniment-charentes.com/thermalisme-histoire-deaux/

SOMMAIRE

Le Club Thermalisme des Charentes

À PROPOS p 2

THERMES DE JONZAC p 4

THERMES DE ROCHEFORT p 6

THERMES DE SAUJON p 8

5 véloroutes

- La Vélo Francette®
- Le Canal des 2 Mers à vélo®
- La Scandibérique®
- La Flow Vélo®
- La Vélodyssée®

1. Station thermale de Rochefort
2. Station thermale de Saujon
3. Station thermale de Jonzac

Fort Boyard
 env. 2,5 millions de téléspectateurs par émission

6 villages inscrits parmi les Plus Beaux Villages de France

6 sites inscrits au patrimoine mondial de l'UNESCO

7 Villes et Pays d'Art et d'Histoire

7 villages labellisés Petites Cités de Caractère

Thermes de Jonzac

Phlébologie - Rhumatologie - Voies respiratoires



LA STATION

Jonzac, ancienne cité huguenote au riche passé, a porté une attention toute particulière à l'embellissement du cadre de vie : Au fil des rues, le visiteur se plaît à contempler les façades, monuments historiques, ponts et passerelles. Les visites proposées par l'office de tourisme tout au long de l'année permettent de restituer ce riche passé. La découverte du château, du jardin médiéval, des moulins offrent un panorama exceptionnel sur le patrimoine architectural et naturel.

Jonzac est classée station verte et ville fleurie, et fait partie de la route des « cent plus beaux détours de France ». De nombreux équipements de loisirs et de visites touristiques sont proposés : cinéma, casino, centre aquatique « les Antilles », château de Jonzac, ruelles médiévales, moulin à vent, moulin à eau, balade en barque sur la Seugne...

LE CENTRE THERMAL

Un complexe jeune et contemporain, installé au cœur d'un décor des plus insolites : une ancienne carrière de pierre à cathédrale. **L'établissement troglodytique** de Jonzac se dévoile entre de robustes piliers de roche conservant aux espaces de soins un cadre intimiste. Organisés comme des pétales de fleurs, les modules ORL offrent une plus grande liberté et regroupent les différents soins sur un seul et même poste.

L'espace dédié à la phlébologie, prodigue des soins experts pour favoriser le retour veineux. Après les soins, l'espace tisanerie et salle de repos sont mis à disposition pour un moment de détente.



Photos : ©G Favre

Informations Pratiques :

Ouverture du 27 février au 14 décembre 2024

www.chainethermale.fr/jonzac

Thermes de Jonzac

Phlébologie - Rhumatologie - Voies respiratoires



NOUVEAUTÉS 2024 :

> PROGRAMME LYMPHŒDÈME DU BRAS POST CANCER DU SEIN

- 3 séances de gymnastique douce (30 mn)
- 1 atelier Énergie et Vitalité (60 mn)
- 1 atelier Naturopathie et Alimentation (60 mn)
- 1 atelier Remise en beauté (60 mn)
- 1 séance de Musicothérapie (30 mn)
- 2 séances de pressothérapie du bras (30 mn)
- 1 séance de sophrologie (90 mn) pour apprendre les techniques de relaxation profonde

Tarif : 199€

> PROGRAMME CORPS & ESPRIT - MÉDECINES DOUCES

- 1 séance Nordic Yoga (90 mn)
- 2 séances de Musicothérapie (30 mn)
- 2 ateliers Naturopathie & Alimentation (60 mn)
- 1 séance de sophrologie (90 mn)
- 2 séances de gymnastique douce (45 mn)
- 1 atelier Automassage (30 mn)
- 1 modelage (20 mn)

Tarif : 199€

> CURE LIBRE DE 5 JOURS

Elle peut être complétée par un programme complémentaire au choix.

Sans prescription médicale et d'une durée libre.

À partir de 5 jours - 350€

SPÉCIFICITÉ DE L'EAU ET AFFECTIONS TRAITÉES

Quand la source « Soenna » est découverte en 1979, son intérêt médical incite à mettre en place un protocole d'études scientifiques, sous forme d'études pharmacologiques et d'un essai clinique sur un nombre important de patients traités pour les affections rhumatismales. Par sa composition, l'eau de la source « Soenna » est classée comme une eau hyperthermale sulfurée sulfatée, chlorurée sodique. La température à l'émergence est de 62°C, elle est ensuite distribuée dans les soins entre 28° et 36°C, en fonction de son utilisation.

La source hyperthermale, unique par sa température et sa richesse en soufre et oligoéléments bienfaisants, offre la possibilité exclusive de traiter 3 orientations thérapeutiques : la Rhumatologie, les Voies respiratoires et la Phlébologie.

PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES

En complément de la cure conventionnée 18 jours ou de la cure libre dès 5 jours, les programmes répondent à des objectifs ciblés : « Dos & cervicales », « Lymphœdème du bras - post cancer du sein », « Jambes en pleine santé » et « Corps & esprit : médecines douces ».

NOUVEAU : Le « Bain Local » pour le Lymphœdème du bras permettant ainsi un effet décongestionnant et antalgique localisé.

L'Option Santé Active :

À la carte ! Un forfait d'activités et de séances Santé ou Bien-être sont à sélectionner selon ses besoins et envies.

FORMULE CLASSIC (6 activités Santé et Bien-être au choix) : 165€

Thermes de Rochefort

Rhumatologie – Phlébologie – Dermatologie
Affections des Muqueuses Bucco-Linguales

LE CENTRE THERMAL

L'eau minérale qui coule aux Thermes de Rochefort ressurgit des profondeurs de la terre après un parcours complexe. **Cette eau minérale est tombée en eau de pluie, il y a 30 000 ans*** puis s'est infiltrée entre les couches géologiques, se chargeant de minéraux et d'oligo-éléments. Captée à 800 mètres de profondeur, elle est l'une des sources thermales les plus profondes de France.

Cette eau thermale est l'une des plus minéralisée des eaux thermales françaises. Elle contient également une forte charge d'oligo-éléments-polymétallique, d'où son intérêt thérapeutique majeur. Forte de ses propriétés, elle est agréée pour ses 4 orientations thérapeutiques : **Rhumatologie, Phlébologie, Dermatologie et Affections des Muqueuses Bucco-linguales.** **Bactériologiquement très pure et pratiquement isotonique** au sérum sanguin (Ph 6,90), elle possède une **action anti-inflammatoire, fortement cicatrisante, et antalgique**, notamment grâce à la présence de Fer couplée avec du Bore, du Cuivre et du Lithium.

De l'estuaire provient également **une autre richesse propre à Rochefort : des argiles fluvio-marines concentrées d'algues et de micro-organismes.** Additionnées d'eau thermale pendant une longue période de maturation, **elles deviennent des péloïdes utilisées sous forme de cataplasmes** appliqués sur les articulations pour une action antalgique rapide, anti-inflammatoire et désinfiltrante.

*Datation carbone14

LA STATION

Magnifique ville-arsenal du XVII^e, Rochefort est bercé par les marées de l'Océan tout proche. De portes en balcons, le bleu charmeur de la ville marine guide jusqu'au port. Son climat si doux a fait d'elle le paradis des oiseaux et des plantes exotiques. D'art et d'histoire, noble, gaie et fleurie, elle vous offre mille et un visages à découvrir, comme par exemple :

L'Arsenal Maritime de Rochefort, berceau de l'Hermione, son port d'attache, la Corderie Royale, le Musée National de la Marine, son port de plaisance, la serre conservatoire du bégonia ou encore en centre-ville le marché des quatre saisons, un des plus beaux de France.

Des promenades inoubliables au bord de l'estuaire de la Charente, de l'océan et ses plages, ses parcs ostréicoles, les îles d'Aix, de Ré, d'Oléron, sans oublier le célèbre Fort Boyard.

Informations Pratiques :

Ouverture du 19 février au 7 décembre 2024

www.thermes-rochefort.com



Thermes de Rochefort

Rhumatologie – Phlébologie – Dermatologie
Affections des Muqueuses Bucco-Linguales



NOUVEAUTÉ

> BOOSTER SA PEAU GRÂCE À LA « CURE DERM'EAU ACTIVE » (3 ou 5 jours)

L'association des bienfaits des soins thermaux de Rochefort et des produits « So Bio Etic » de Léa Nature à l'eau thermale de Rochefort, apaise, hydrate et régénère la peau.

La cure Derm'Eau Active c'est un programme de 5 soins dispensés chaque jour aux Thermes :

- Application d'un mélange d'argile et d'eau thermale
- Bain thermal avec aérobains
- Douche pénétrante d'eau thermale
- Douche en pulvérisation générale d'eau thermale
- Compresses chaudes d'eau thermale et de 3 produits « So Bio étic » de Léa Nature - à l'eau thermale de Rochefort (remis en début de cure) :
- 1 gel nettoyant haute tolérance
- 1 eau micellaire haute tolérance
- 1 produit à choisir dans cette sélection : 1 Gel-crème hydratant protecteur ou 1 Baume nourrissant apaisant ou 1 Crème riche hydratante protectrice ou 1 Crème hydratante apaisante

Tarif Cure Derm' Eau Active (hors hébergement)

- 3 jours : 266 €
- 5 jours : 410 €

DES SOINS INDIVIDUELS ET PERSONNALISÉS, UN ATOUT INDÉNIABLE

Rochefort est la seule station thermale en Charente-Maritime à proposer des soins réellement individualisés, personnalisés et adaptés à chaque curiste. Tous les soins ont une durée supérieure à la nomenclature fixée par la CNAM.

Toutes les spécifications de chaque soin, température de l'eau, points d'applications, sont prescrites par les médecins thermaux, différemment d'un curiste à l'autre. En piscine, que ce soit en Phlébologie ou en Rhumatologie chaque curiste suit un programme de rééducation personnalisée, sous la direction d'un masseur kinésithérapeute Diplômé d'État. Il n'y a pas de séance collective.

Les effets combinés de l'eau thermale, la qualité des soins individualisés dispensés par un personnel attentif et qualifié, un environnement privilégié avec un ensoleillement exceptionnel, le grand air marin de l'océan tout proche et la possibilité de loger à l'Hôtel*** et Restaurant des Remparts qui communique par un ascenseur avec les Thermes contribuent à faire de Rochefort un lieu privilégié pour effectuer une cure thermale.



Thermes de Saujon

Station référente de la santé mentale



LA STATION

Non loin des vastes plages de l'Atlantique, mais toujours au calme, Saujon offre un climat particulièrement doux, un ensoleillement exceptionnel, une arrière-saison très agréable.

De nombreux points forts sont à découvrir : le Port de Ribérou, le marché, l'Aire de la Lande avec ses 2 lacs (pêche et navigation), une piscine découvrable, des chemins piétonniers et VTT le long de la Seudre mais aussi un parcours santé autour des lacs, des circuits équestres, des terrains de boules (pétanque et lyonnaise)... ou encore la Collection Gaston Balande visible à la Mairie.

Informations Pratiques :

Ouverture du 12 février au 28 décembre 2024

www.thermes-saujon.fr

LA STATION THERMALE DES TROUBLES ANXIEUX

Depuis 1860, Les **Thermes de Saujon** sont spécialisés dans le traitement des **affections psychiques et des troubles psychosomatiques** : anxiété, surmenage, stress et toutes les manifestations psychosomatiques en relation avec ces pathologies. 3 formats complémentaires sont proposés à Saujon pour profiter des bienfaits de son eau : la cure thermale conventionnée de 3 semaines, **l'École thermale du stress** avec des stages spécifiques et le Spa thermal Philae pour des moments de bien-être et de relaxation grâce aux **soins à l'eau thermale**.

SPÉCIFICITÉ DE L'EAU ET AFFECTIONS TRAITÉES

Dès le siècle dernier, le Docteur Robert Dubois, psychiatre renommé, pensait utiliser cette eau thermale riche en lithium, magnésium et autres oligo-éléments appropriés, pour équilibrer le système neurovégétatif.

La science moderne a bien mis en évidence le lien étroit entre les grandes fonctions de l'organisme et le système nerveux. Une étude récente montre que la diffusion d'éléments chargés, dits « ioniques », contenus dans l'eau thermale de Saujon influe sur la transmission de l'influx nerveux qui est de nature électrique et modifie l'hyperactivité du système nerveux.



Thermes de Saujon

Station référente de la santé mentale



NOUVEAUTÉ 2024 : STAGE PSYCHOTRAUMA

Les psychotraumatismes comptent parmi les situations de stress les plus couramment rencontrées. Elles sont le plus souvent secondaires à un traumatisme physique ou psychique.

A partir d'expériences menées avec des curistes issus de l'hôpital de santé des armées et ayant vécu des antécédents d'abus sexuels, Les Thermes de Saujon lancent en 2024, un stage dédié aux situations de psychotraumatisme.

Les objectifs consisteront à :

- Identifier les accidents ou évènements graves ayant induit le stress post-traumatique
- Comprendre le mécanisme du psycho-traumatisme
- Identifier les troubles cognitifs, physiques, émotionnels, comportementaux induits
- Acquérir des stratégies pour y faire face
- Identifier la prise en charge la mieux adaptée aux difficultés rencontrées.

CURES THERMALES ET PROGRAMMES DE L'ÉCOLE THERMALE DU STRESS

Les cures proposées sont : stress, anxiété, dépression, burn-out, troubles du sommeil, sevrage anxiolytiques, fibromyalgie.

En complément des cures, l'École thermale du Stress a développé plusieurs programmes :

- **Programme endométriose :** pour apprendre à mieux vivre avec une endométriose et/ou une adénomyose et pour découvrir des outils permettant de réduire les douleurs.
- **Programme adolescents – jeunes adultes :** un forfait spécifique est mis en place pour les 16-25 ans faisant l'objet d'une prise en charge spécifique garantie par l'Assurance-Maladie.
- **Cure post-cancer du sein :** différents ateliers sont proposés autour d'une prise en charge corporelle et psychologique
- **Troubles de sommeil :** la cure thermale psychosomatique apporte une solution douce et naturelle aux problèmes de sommeil et d'insomnie chronique.
- **Burn-out ou état d'épuisement** dû à une surcharge mentale qu'elle soit d'origine professionnelle, familiale ou personnelle.
- **Burn-out spécial femme :** les femmes sont plus touchées que les hommes parce qu'elles accumulent souvent différentes charges mentales

Le médecin thermal prescrit les soins parmi les suivants : bain avec douche en immersion, bain avec douche ventrale, bain en piscine, douche sous immersion en piscine, bain avec douche sous-marine, douche au jet, douche générale (douche colonne), massage sous affusion d'eau (réalisé par un masseur kinésithérapeute), ainsi que des entretiens et ateliers pys.

Les équipements (piscine, baignoires, salles de massage, douches,...) pour les soins sont performants et font l'objet d'une surveillance rigoureuse et régulière. Deux salles de repos sont à la disposition des curistes.

BIEN-ÊTRE & SPA

Le Spa Thermal Philae propose des soins utilisant les propriétés exceptionnelles de l'eau thermale de Saujon. Ce centre de bien-être permet de profiter d'un moment de relaxation au hammam ou au spa, complété de soins de détente (massages, gommages, modelages du corps, des pieds et / ou des mains et du visage / crâne).

