

INFINIMENT   
**Charentes**

LA CHARENTE • LA CHARENTE-MARITIME



# DOSSIER DE PRESSE **2025**

Club Thermalisme

Contact Presse :  
**SILFRA COMMUNICATION - Jennifer Jean**  
[jennifer@silfracommunication.com](mailto:jennifer@silfracommunication.com) / Tél. 06 45 48 38 40

[infiniment-charentes.com](http://infiniment-charentes.com)



## Le thermalisme en Charentes, histoire d'eaux

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.

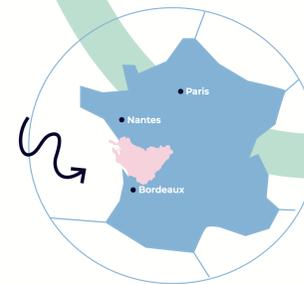
Le **Club Thermalisme qui réunit les stations de Jonzac, Rochefort et Saujon aux côtés de Charentes Tourisme** promet de belles découvertes près de l'océan ou au cœur d'un vignoble légendaire. Une invitation à l'évasion santé au cœur des destinations préservées, offrant une parenthèse régénératrice en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

[infiniment-charentes.com/thermalisme](https://infiniment-charentes.com/thermalisme)

Découvrir les centres en vidéo :



# Le Club Thermalisme des Charentes



## SOMMAIRE

À PROPOS .....	p 2
THERMES DE JONZAC .....	p 4
THERMES DE ROCHEFORT .....	p 6
THERMES DE SAUJON .....	p 8



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** 

## 6 véloroutes

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

# Thermes de Jonzac

Phlébologie - Rhumatologie - Voies respiratoires

## 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 tisanderie et salle de repos sont mis à disposition pour un moment de détente.

## 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 offre 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...



## Informations Pratiques :

Ouverture du 11 février au 6 décembre 2025

[www.chainethermale.fr/jonzac](http://www.chainethermale.fr/jonzac)



# Thermes de Jonzac

Phlébologie - Rhumatologie - Voies respiratoires

## 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 : « Tonifier et soulager son dos », « Jambes en pleine santé » et « Apaiser son mental ».

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

### NOUVEAUTÉS 2025 :

#### > PROGRAMME « APAISER SON MENTAL » :

Dédié au bien-être et à l'apaisement, ce programme complémentaire innovant est destiné à aider chacun à gérer le stress et à retrouver sérénité et équilibre.

Il se déroule autour d'une série d'ateliers :

- Sophrologie
- Lit hydromassant avec dôme sensoriel
- Relaxation contée
- Marche active
- Gymnastique
- Musicothérapie
- Gestion du stress
- Groupe de parole avec une thérapeute

Tarif : 199€ pour 10 ateliers

#### > 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 - 365€



#### 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€



©Nadège Rousseau

## LA STATION

Magnifique ville-arsenal du XVII<sup>e</sup>, 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.

# 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 désinfectante.

\*Datation carbone14



### Informations Pratiques :

Ouverture du 17 février au 6 décembre 2025

[www.thermes-rochefort.com](http://www.thermes-rochefort.com)



### NOUVEAUTÉ 2025

#### > 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
- **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 €

# Thermes de Rochefort

Rhumatologie – Phlébologie – Dermatologie  
Affections des Muqueuses Bucco-Linguales

## 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 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.



Photos : © Thermes de Saujon

## LA STATION

A 10 km des magnifiques plages de l'Atlantique, Saujon offre un climat doux, un ensoleillement exceptionnel et une arrière-saison très agréable.

Après les soins, profitez d'une escapade sur les plages de la côte de beauté, d'une balade dans les marais salants et le parc ostréicole de la presqu'île d'Arvert, d'une flânerie dans le magnifique village de Mornac ou de Talmont avec son abbaye romane qui plonge dans la gironde.

Vous pourrez encore visiter le magnifique zoo de la Palmyre, ou le doyen et le plus beau des phares : Cordouan !

### Informations Pratiques :

Ouverture du 27 janvier au 27 décembre 2025

[www.thermes-saujon.fr](http://www.thermes-saujon.fr)

# Thermes de Saujon

Station référente de la santé mentale

## PROGRAMMES SPÉCIFIQUES DE L'ÉCOLE THERMALE DU STRESS

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

**Burn out professionnel** : pour définir et comprendre le processus du burn-out, identifier et repérer les signes de l'épuisement, définir les facteurs de risques et de protection de l'épuisement, retrouver du sens.

**Retrouver son sommeil naturel** : pour comprendre le fonctionnement du sommeil et définir les troubles du sommeil, identifier les facteurs internes et externes désynchronisant le rythme de sommeil, développer des outils favorisant un sommeil naturel.

**Mieux vivre sa fibromyalgie** : pour repérer les mécanismes de la douleur et la gestion du stress, identifier les facteurs aggravants ou abaissant l'intensité douloureuse, retrouver une hygiène de vie adaptée, identifier et développer des outils de gestion de la douleur.

**Réduire ou arrêter les tranquillisants** : pour connaître les dangers des benzodiazépines, prévenir le syndrome de sevrage, identifier et développer ses ressources pour engager un changement.

**Apprivoiser votre stress** : pour changer de regard sur ses symptômes, mieux connaître sa sensibilité, se reconnecter à ses valeurs, et retrouver du sens.

**Méditation & soins thermaux** : pour se recentrer sur le temps présent, apprendre des techniques de méditation pour retrouver un calme intérieur, se libérer des pensées intrusives et ruminatoires, retrouver des pensées positives, apaiser corps et esprit.

## 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).

**Cures libres au spa : 350€ / 5 jours**

**Cure libre détente** : 5 entrées au spa / 5 modelages 50 min

**Cure Libre Rhumat'eau** : 5 entrées au spa / 3 enveloppements boue / 2 modelages relax

**Cure libre Hydr'eau** : 5 entrées au spa / 5 douches au jet / 5 bains eau thermale / 5 soins de 25 min



## NOUVEAUTÉ 2025 : STAGE PSYCHOTRAUMA

Les psychotraumatismes comptent parmi les situations de stress les plus couramment rencontrées. Leurs principales causes sont les situations d'anxiété, de dépression et de stress, d'intensité légère à modérée **secondaires à un traumatisme physique ou psychique**.

Cela peut inclure notamment les antécédents d'abus sexuels, le harcèlement moral, la confrontation à la mort, les blessés de guerre.

À partir d'expériences menées avec des curistes ayant vécu des psychotraumatismes, les Thermes de Saujon lancent en 2025 un stage dédié aux situations de psychotraumatisme pour les blessés de guerre.

Les objectifs consisteront à :

- Identifier les accidents ou évènements graves pouvant induire un stress post-traumatique.
- Comprendre le mécanisme du psychotraumatisme.
- Identifier les troubles cognitifs, physiques, émotionnels, comportementaux induits.
- Acquérir des stratégies pour y faire face
- Identifier la prise en charge la mieux adaptée à ses difficultés.