

Les Charentes : terres de bien-être thermal

Entre terre et océan, les Thermes de Jonzac et les Thermes de Saujon invitent à une parenthèse de ressourcement au cœur des Charentes. À Jonzac, les bienfaits d'une eau thermale naturellement chaude se conjuguent au plaisir d'un environnement préservé, entre patrimoine et nature. À Saujon, la station met son expertise du bien-être mental au service de la détente et de l'équilibre intérieur.

Deux expériences complémentaires pour se ressourcer, respirer et prendre soin de soi, dans une région où la douceur de vivre prend tout son sens.

Thermes de Saujon

Station référente de la santé mentale

Nouvelles cures médicalisées de 10 jours : un format adapté aux actifs

Les **Thermes de Saujon** sont aujourd'hui la **station thermale de référence en santé mentale en France**. Forts d'une expertise de plus de 160 ans, ce sont les seuls à être exclusivement **spécialisés dans le traitement des affections psychosomatiques** — telles que l'anxiété, le burn-out, les troubles du sommeil, la réduction des tranquillisants ou encore dans les états dépressifs réactionnels légers ou modérés — **par la cure thermale conventionnée**.

Nouveauté : cures médicalisées non conventionnées de 10 jours, un format adapté aux actifs

Afin de rendre les bienfaits de la cure thermale accessibles à un plus large public, notamment aux personnes en activité professionnelle, les Thermes de Saujon proposent désormais **des cures médicalisées de 10 jours (Hors convention)**.

Ce format innovant offre **un nombre de soins comparable à celui d'une cure thermale conventionnée de 3 semaines**, concentré sur une durée plus courte. Ainsi, il est désormais possible de bénéficier d'un accompagnement complet et efficace, sans avoir à abandonner trop longtemps ses charges professionnelles et/ou personnelles. Une nouvelle formule qui conjugue **efficacité thérapeutique, flexibilité et accessibilité**, fidèle à la vocation des Thermes de Saujon : **prendre soin de la santé mentale de chacun, en s'adaptant aux exigences de la vie moderne**.

Saujon côté Tourisme : la station bénéficie d'une situation idéale pour profiter d'une escapade à Royan et sur les plages de sable de la Côte de Beauté après les soins.

www.thermes-saujon.fr

Thermes de Jonzac

Phlébologie - Rhumatologie - Voies respiratoires

Les **Thermes de Jonzac** combinent savoir-faire médical et cadre naturel apaisant pour une prise en charge optimale des **troubles respiratoires**. Avec l'arrivée de l'hiver, les pathologies telles que l'asthme, les bronchites chroniques ou les séquelles du Covid long se multiplient.

Spécialisés en rhumatologie, phlébologie et voies respiratoires, les Thermes de Jonzac proposent des cures thermales adaptées et reconnues pour leur efficacité dans le traitement des affections chroniques et inflammatoires. Grâce à une eau thermale sulfatée, sulfurée et riche en oligo-éléments, ces soins thermaux contribuent à l'amélioration de la respiration et à la réduction des symptômes liés à ces pathologies.

En complément, les thermes proposent du **Nordic Yoga**, une pratique en plein air qui associe les bienfaits du yoga et de la marche nordique, favorisant l'oxygénation et l'action respiratoire. **Et en 2026, un nouvel atelier « Respiration », axé sur la rééducation respiratoire douce sera animé par un enseignant en activité physique adaptée.**

Les Thermes de Jonzac se distinguent ainsi dans la gestion des troubles respiratoires, en particulier lors de la période hivernale, et prennent également en charge les enfants dès le plus jeune âge pour ces pathologies.

Jonzac côté Tourisme : une découverte de la ville ou des vignes, une visite du château millénaire, ou une échappée vers l'estuaire de la Gironde sont immanquables.

www.chainethermale.fr/jonzac

Les deux centres seront présents aux Thermalies du 22 au 25 janvier 2026.

Les Charentes offrent un décor naturellement riche et des activités variées pour profiter pleinement de son séjour thermal.

Informations « destination » : www.infiniment-charentes.com

Contact Presse : Jennifer JEAN – SILFRA COMMUNICATION

jennifer@silfracommunication.com / 06 45 48 38 40

