



# Dossier de Presse

## *Thermalisme 2026*

*Jonzac · Rochefort · Saujon : le soin réinventé*

INFINIMENT   
**Charentes**  
LA CHARENTE · LA CHARENTE-MARITIME

# Charente-Maritime, terre thermale d'exception

## Pourquoi le thermalisme revient aujourd'hui au cœur des enjeux de santé ?

Toujours remboursées en 2026, les cures thermales offrent une amélioration durable de la qualité de vie, sans effets secondaires.

Burn-out, troubles du sommeil, douleurs chroniques, maladies de peau... Dans un contexte de forte augmentation des pathologies liées au stress et au mode de vie, le thermalisme s'impose comme une approche complémentaire, non médicamenteuse et encadrée médicalement.

En Charente-Maritime, trois stations thermales incarnent cette réponse de terrain : Jonzac, Rochefort et Saujon.

Trois stations thermales, trois expertises médicales complémentaires, une même ambition : proposer une réponse concrète aux grands enjeux de santé contemporains.

### Sommaire

- 03. Carte & chiffres clés
- 04. Thermes de Jonzac
- 08. Thermes de Rochefort
- 12. Thermes de Saujon
- 16. Contacts Presse



## Pourquoi c'est un sujet d'actualité ?

- **Vieillessement de la population**  
→ hausse des pathologies chroniques, besoin de solutions durables
- **Explosion du stress et du burn-out**  
→ 12,5 % de la population mondiale touchée par la souffrance mentale (OMS, 2022)
- **Alternatives aux médicaments**  
→ la cure agit sur les causes, pas seulement sur les symptômes, sans effets secondaires
- **Pouvoir d'achat** → cure de 18 jours remboursée par l'Assurance Maladie en 2026, grilles inchangées
- **Vivre mieux** → bénéfices mesurables plusieurs mois après la cure

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

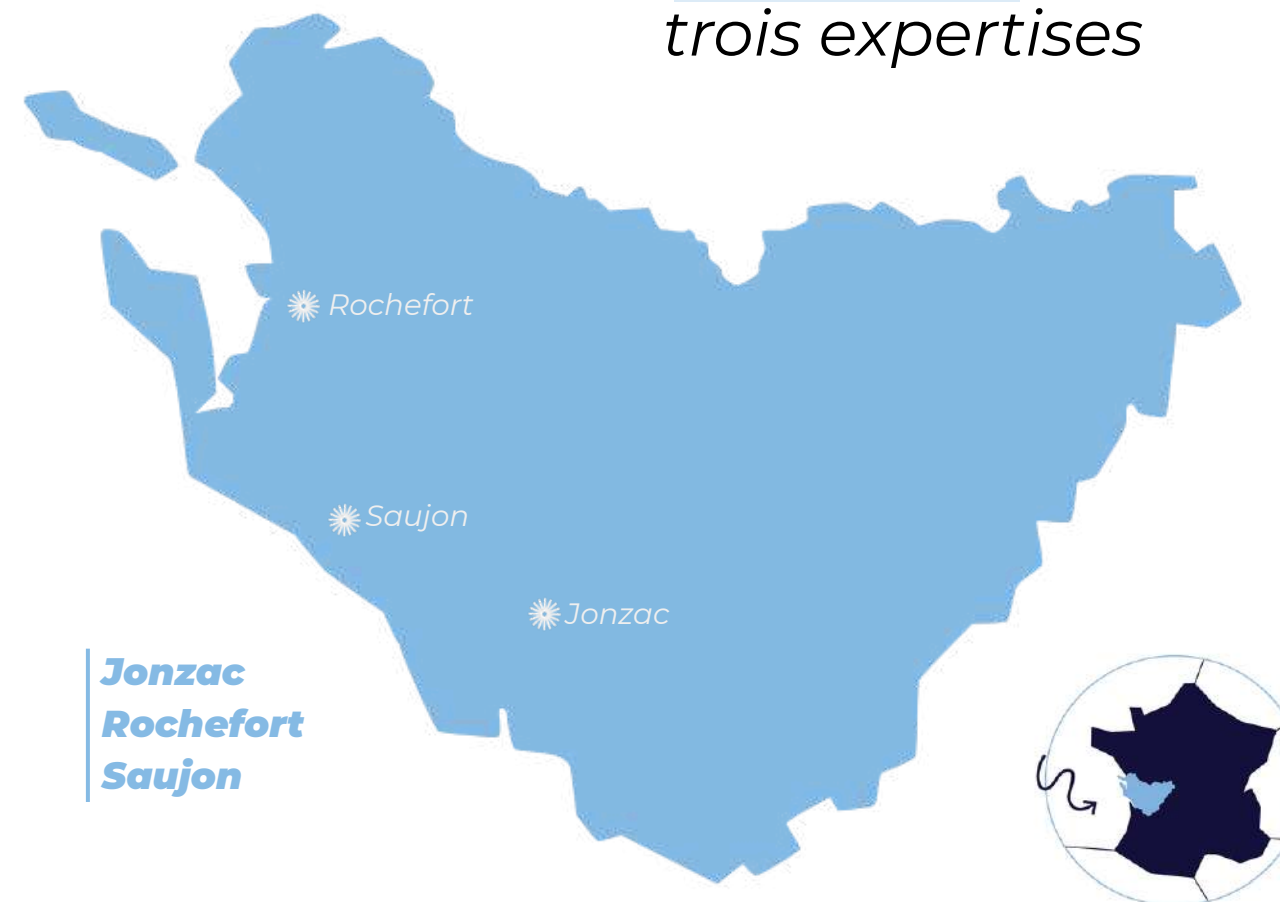
Document non contractuel

Rédaction & Réalisation : Charentes Tourisme & Claude

Charte graphique : Charentes Tourisme

Créditère de couverture : © Corentin Mossiere

## Trois sites, trois expertises



Jonzac  
Rochefort  
Saujon

## Le thermalisme, en quelques chiffres

**35 000** nombre de curistes par an en Charente-Maritime

**3** stations thermales en Charente-Maritime

**18 jours** durée de la cure conventionnée

**27** établissements thermaux en Nouvelle Aquitaine sur 100 en France\*

**120 000** curistes en Nouvelle Aquitaine sur 472 000 en France\*

\*Source : Observatoire national de l'économie des stations thermales - données 2024

# Thermes de Jonzac

quatre décennies et toujours en forme

Rhumatologie · Voies respiratoires · Phlébologie



## Idées reportages

- **40 ans des thermes** : exposition photo immersive en plein air, visites contées, portes ouvertes, conférences
- **Nouveau programme douleurs chroniques** : approche pluridisciplinaire (naturopathie, musicothérapie, Qi Gong)
- Unique en France : **traitement du lymphœdème du bras** post-cancer du sein
- **Démarche RSE** active
- **Des cures nocturnes réservées aux actifs** et un spa thermal ouvert à tous
- **Des Thermes troglodytiques** au décor surprenant dans une ancienne carrière de pierres
- **3 orientations de cures pour soigner toute la famille** : rhumatologie, voies respiratoires (ORL, asthme, phlébologie)



©Corentin Mossiere

## Actualité médicale 2026 : Douleurs chroniques

En 2026, les Thermes de Jonzac lancent un programme innovant et personnalisé pour soulager les douleurs invisibles. Alliant naturopathie, musicothérapie, Qi Gong et automassage, il offre une approche sur mesure, loin de l'isolement souvent vécu par les patients. Combiné à la cure thermale, cet accompagnement global favorise le retour au bien-être et renforce durablement l'équilibre corps-esprit.

**La douleur chronique concerne 42 % des Français adultes, soit 23,1 millions de personnes.**

*Baromètre 2025 de la fondation Analgesi*



©Corentin Mossiere

## Que soigne-t-on aux thermes de Jonzac ?

- Rhumatologie : arthrose, rhumatismes inflammatoires, séquelles de traumatismes
- Voies respiratoires : rhinites, sinusites, affections ORL chroniques
- Phlébologie : insuffisances veineuses, pathologies circulatoires

## L'eau : la source Soenna

Découverte en 1979, la source Soenna jaillit à 62 °C. Eau hyperthermale sulfurée, sulfatée, chlorurée sodique, elle est reconnue par l'Académie de Médecine. Sa composition lui confère des propriétés antalgiques et anti-inflammatoires (soufre), tonifiantes (magnésium), adoucissantes (silice) et vasoconstrictrices. Elle est l'une des rares eaux en France à permettre trois orientations thérapeutiques distinctes.

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



## 40 ans d'histoire, de soins et d'innovations

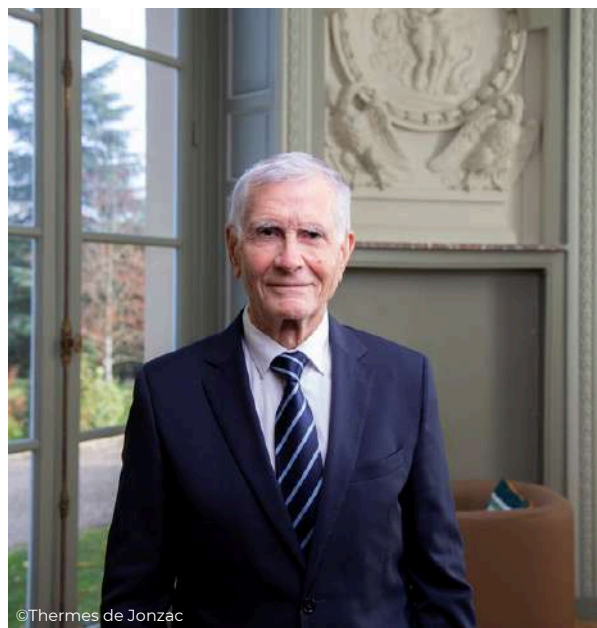
Les Thermes de Jonzac fêtent en 2026 leur anniversaire avec éclat. Nés de la reconversion d'une ancienne carrière de pierres et inaugurés en 1986, ils ont accueilli depuis leur ouverture plusieurs dizaines de milliers de curistes. En 2026, l'anniversaire se matérialise par une exposition photographique immersive en plein air retraçant quatre décennies de soins, accompagnée de visites contées, de conférences médicales et de journées portes ouvertes.

# Paroles d'expert



## Unique en France : le traitement contre le lymphœdème du bras

Après un cancer du sein, jusqu'à 20 % des patientes développent un lymphœdème du bras : douleurs, gonflements et perte de mobilité. Les Thermes de Jonzac ont conçu un protocole thermal inédit sur prescription médicale : bain local, pressothérapie, compresses et massage lymphatique. Ce programme, unique en France dans un cadre thermal conventionné, est accessible en complément de la cure de rhumatologie.



**Dr Alain Garcia**

Médecin Conseil groupe Chaîne Thermale du Soleil, chargé des relations médicales

## Comment la cure thermique agit-elle sur les douleurs chroniques ?

Les douleurs chroniques constituent le symptôme le plus fréquent qui amène à prescrire une cure thermique. C'est aussi celui que la cure soulage le plus. Les températures de soins sont choisies pour renforcer l'action antalgique de l'eau : chaleur en rhumatologie pour décontracter les muscles et réduire la raideur articulaire, fraîcheur en phlébologie pour tonifier et favoriser le retour veineux.

## Qu'est-ce qui fait la spécificité de Jonzac ?

À Jonzac, les curistes interrogés sont unanimes : ils reviendront. Les agents thermaux sont très accueillants, attentifs, et les explications données pour chaque soin sont parmi les plus complètes testées dans l'ensemble des stations.



Depuis 2023, ma cure thermique annuelle a réellement **soulagé mes douleurs** liées à la gonarthrose, grâce à l'effet apaisant de l'eau chaude et aux soins ciblés pour détendre les articulations. Elle m'a permis aussi de **retrouver plus de mobilité**, d'amélioration dans mon quotidien avec une sensation durable de bien-être.

**Elisabeth B - Jonzac**



## Démarche RSE : des engagements concrets depuis 2022

Les Thermes de Jonzac ont engagé depuis 2022 une démarche de responsabilité sociétale documentée et mesurable :

- **Environnement** : suppression de 12 tonnes de plastique par an (retrait des films jetables sur tables de soins) ; méthode de nettoyage sans produit désinfectant chimique ; réduction de la consommation de la ressource thermique ; préservation active de la faune et la flore du parc.
- **Social** : semaine de 4 jours mise en place pour les salariés, favorisant l'équilibre vie pro / perso tout en réduisant les déplacements ; formation et polyvalence des agents thermaux en partenariat avec le GRETA de Royan et Jonzac.

## À deux pas des thermes



### Jonzac

Entre ruelles médiévales et savoir-faire vivants, l'histoire est partout : le château millénaire et son Châtelet aux expériences sensorielles, les artisans de la Corderie qui ouvrent leurs portes (cuir, poterie, vitrail...) et les deux moulins en activité produisant farine charentaise et huile de noix, à découvrir en visite guidée.

### Port Maubert

Petit port de pêche niché sur l'estuaire de la Gironde, Port Maubert séduit par son charme authentique. Voile, vélo, balades en âne ou en calèche, animations autour d'une nature préservée : Cap' sur Maubert offre une escale douce et ressourçante entre ciel, eau et cigognes.



# Thermes de Rochefort

*des soins uniques, une expérience complète*

Rhumatologie · Phlébologie · Dermatologie · Affections bucco-linguales



## Idées reportages

- **Société Européenne du Thermalisme : nouveau gestionnaire** depuis le 1er janvier 2026
- **Seule station de la région** à traiter les affections bucco-linguales
- **Phlébologie** : une solution naturelle à Rochefort pour les troubles circulatoires
- **Arthrose** : ces cures qui soulagent durablement sans médicament
- **Dermatologie** : eczéma du nourrisson, ces cures thermales qui apaisent dès 3 mois



## Nouveau gestionnaire pour Rochefort

Depuis le 1er janvier 2026, la Société Européenne du Thermalisme (SET) assure l'exploitation et la gestion des Thermes de Rochefort, tout en maintenant équipes et direction en place. Une transition en douceur, accompagnée d'une réfection des cabines de soins, pour offrir aux curistes un cadre rénové et modernisé.



## Que soigne-t-on aux thermes de Rochefort ?

- **Rhumatologie** — arthrose, fibromyalgie, rhumatismes inflammatoires, séquelles post-opératoires
- **Phlébologie** — insuffisances veineuses, séquelles de phlébites, varices
- **Dermatologie** — eczéma (dès 3 mois), psoriasis, séquelles de brûlures, dermatoses génétiques
- **Affections des muqueuses bucco-linguales** — gingivites, stomatites, aphtoses (unique en Charente-Maritime)

## La Maison du Curiste : le petit plus qui change tout

À 50 mètres des thermes, la Maison du Curiste propose chaque semaine des activités encadrées par deux animateurs : ateliers créatifs, sophrologie, croisières sur la Charente, dégustations, excursions en bus. Dispositif particulièrement adapté aux curistes venus en train ou aux accompagnants non-curistes.

## Le thermalisme sur-mesure avec 4 expertises thérapeutiques

Seule station thermale de Charente-Maritime avec 4 orientations thérapeutiques, Rochefort propose des cures conventionnées de 18 jours en Rhumatologie, Phlébologie, Dermatologie et Affections des Muqueuses Bucco-Linguales. Chaque soin y est prescrit sur mesure par les médecins thermaux : température de l'eau, points d'application, durée — systématiquement supérieure à la nomenclature de la CNAM. En piscine, chaque curiste suit un programme de rééducation personnalisée encadré par un masseur-kinésithérapeute diplômé d'État. La douche au jet brisé, spécialité de Rochefort, permet d'obtenir des résultats comparables aux douches filiformes avec une meilleure tolérance.

## L'eau : 30 000 ans de parcours géologique

Captée à 854 mètres de profondeur, l'eau de Rochefort est l'une des plus minéralisées de France. Elle a entamé son voyage souterrain il y a 30 000 ans à partir d'eau de pluie. Elle émerge à 43 °C, chargée en sulfates, calcium, fer et lithium. Bactériologiquement pure et pratiquement isotonique au sérum sanguin, elle agit comme anti-inflammatoire, antalgique et cicatrisante.



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



## Paroles d'expert



La richesse en minéraux de l'eau thermale de Rochefort est sa force et explique les résultats thérapeutiques notamment en dermatologie. C'est la spécialité de l'organe le plus superficiel mais qui inclut souvent un mécanisme plus profond, reflétant les pathologies d'autres organes ou organismes que l'on retrouve dans les autres spécialités

**L'eau de Rochefort contient entre autres des minéraux actifs pour la dermatologie : fer, cuivre, zinc, sélénium, strontium, lithium, fluorures... Elle a une action anti-inflammatoire, anti-exsudative, cicatrisante, désinfectante, antalgique, anti-oxydante et anti-prurigineuse. Elle est considérée comme "non classable" et "complexe" pour la diversité et la quantité de ses minéraux.**

*"Nous soignons l'eczéma et le psoriasis, les séquelles d'acné généralisé, les séquelles de brûlures et les cicatrices traumatiques que tout le monde connaît mais aussi toutes les dermatoses, qu'elles soient bulleuses congénitales ou acquises, auto-immunes ou infectieuses, ainsi que les dermatoses ichtyosiques et les dermatoses génétiques par anomalie du collagène et du tissu élastique."*



©Sébastien Laval



*"J'étais sceptique au début mais un ou deux mois après la cure, **mon psoriasis a commencé à partir**. j'ai refait deux autres cures et aujourd'hui, **je n'en ai plus du tout**. Ça s'est révélé très efficace pour moi, même si j'imagine que tout le monde ne réagit pas de la même manière."*

**Alain, 65 ans  
ancien curiste à Rochefort**



©Nadège Rousseau

## À deux pas des thermes



©Les Colloes

### L'Arsenal des Mers

Trois siècles d'histoire maritime à explorer : l'Arsenal de Rochefort, "Versailles de la mer" de Louis XIV, abrite la Corderie Royale, le Musée national de la Marine (rénové en 2026) et le parc d'aventure Accro-mâts. Un patrimoine d'exception au bord de l'Estuaire de la Charente classé Grand Site de France.



©Thermes de Rochefort

*"Parmi nos soins, la douche générale au jet brisé est une spécialité de Rochefort qui permet d'obtenir des résultats semblables et mieux tolérés que les douches filiformes plus connues. Les soins sont personnalisés pour chaque curiste avec des durées de soins supérieures à la moyenne nationale, ce qui participe à l'excellence des résultats obtenus. Notre station est en permanente amélioration pour le bien être du curiste et l'optimisation des résultats."*

**Dr Pierre Pages**  
Médecin référent et conseil des Thermes de Rochefort

### Le Pont Transbordeur

Joyau industriel classé Monument Historique, le Pont Transbordeur de Rochefort transporte piétons et cyclistes au-dessus de la Charente depuis 1900. Traversée, visites guidées et Maison du Transbordeur : une expérience hors du commun, unique en France.



©Farid Makhoul

# Thermes de Saujon

station pionnière de la santé mentale

Santé mentale · Affections psychosomatiques



## Idées reportages

- **Nouveauté 2026 : cure médicalisée de 10 jours** (burn-out, anxiété, insomnie), un format inédit pour les actifs
- **Seule station thermale en Europe** exclusivement dédiée au thermalisme psychosomatique. 3 semaines pour se reconstruire : le parcours d'un curiste en burn-out
- 160 ans d'histoire : **plus longue histoire familiale et médicale de France**, établissement thermal dirigé sans interruption par 5 docteurs Dubois successifs
- **La station référente en santé mentale** : immersion dans une cure contre le stress

## Une vocation unique en Europe depuis 1860

Fondés en 1860, les Thermes de Saujon sont le plus ancien établissement thermal familial de France encore en activité et dirigé sans interruption par la même famille. Depuis 1860, ils se consacrent exclusivement au thermalisme psychosomatique, une spécialisation sans équivalent en Europe. Leur agrément ministériel couvre les affections psychosomatiques : stress chronique, anxiété, troubles du sommeil, burn-out, dépression, fibromyalgie, stress post-traumatique. Une expertise reconnue, adossée à des études cliniques publiées dans des revues scientifiques internationales.



**20% de la population** est touché chaque année par un trouble psychique et les maladies psychiatriques représentent le **1er poste de dépenses de l'Assurance Maladie** (25 milliards d'euros par an)

Institut Montaigne, Santé mentale : faire face à la crise, octobre 2023

## Nouveauté 2026 : la cure psy de 10 jours

Pour répondre aux actifs ne pouvant s'absenter trois semaines, les Thermes de Saujon lancent une cure médicalisée de 10 jours, densifiée et cliniquement validée. Soins thermaux intensifiés, suivi psychologique et médical, ce format s'adresse à une clientèle nouvelle (cadres en situation d'épuisement, patients souhaitant amorcer un sevrage aux anxiolytiques) pour qui la cure de 18 jours représente un frein organisationnel.



## Que soigne-t-on aux thermes de Saujon ?

- Stress chronique et anxiété généralisée
- Burn-out et épuisement professionnel
- Troubles du sommeil et insomnie
- Dépression légère à modérée
- Fibromyalgie
- Sevrage des anxiolytiques et somnifères
- Stress post-traumatique

## L'eau : une composition sédative reconnue

Puisée à 200 mètres de profondeur, l'eau de Saujon est une eau oligo-métallique froide, bicarbonatée calcique et magnésienne. Sa concentration en calcium, magnésium et lithium lui confère des effets sédatifs reconnus par l'Académie de Médecine. Elle est la seule eau thermale en France dont l'agrément couvre les affections psychosomatiques. Elle agit sur le système neurovégétatif : régulation du stress, de l'anxiété, des rythmes biologiques.



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

**1 français sur 4 confronté à un trouble mental au cours de sa vie**  
[solidarite.gouv.fr](http://solidarite.gouv.fr) 2025



## Paroles d'expert



### Quel est l'état de la santé mentale aujourd'hui ?

Selon l'OMS (2022), la souffrance mentale est en forte croissance et touche **12,5 % de la population mondiale**. La pandémie de COVID-19 a entraîné une hausse d'environ 25 % des troubles anxieux et dépressifs, ainsi qu'une augmentation de la consommation de psychotropes. Les troubles psychiatriques constituent aujourd'hui le premier poste de dépenses de l'Assurance Maladie. Parmi les causes : nouveaux modes de vie, réseaux sociaux, accélération des sollicitations, complexité technologique, isolement social, ...

**La médecine thermique est la prise en charge la mieux adaptée pour répondre aux situations d'épuisement individuelles**

### Quels sont les traitements ?

Les psychotropes soulagent souvent les symptômes sans traiter les causes. Les psychothérapies apportent un soutien, sans toujours générer un apaisement durable. Ces troubles nécessitent parfois un cadre de soin permettant de s'éloigner d'un quotidien devenu pesant voire épuisant.

### La médecine thermique peut-elle y répondre ?

Elle associe eau, détente et rupture avec l'environnement habituel. Sur 3 semaines, elle propose un cadre médicalisé, un environnement apaisant et l'apprentissage de pratiques comme la méditation, le yoga, l'activité physique adaptée ou la diététique. Plusieurs études ont démontré son efficacité thérapeutique dans les troubles anxieux et le sevrage des anxiolytiques.



*Je recommande les thermes de Saujon qui m'ont permis de **me relever après un burn-out de plus de 3 ans**. Avant mes cures thermales, je n'ai trouvé aucune solution véritablement, même si tout ce qu'on essaie est utile. C'est un long chemin. Ces 2 séjours aux thermes de Saujon m'ont permis de **reprendre des forces et de l'énergie**, de dormir de nouveau, d'avoir des réponses à mes questions.*

**Caroline L.**  
Curiste à Saujon

**Dr Olivier Dubois**  
Directeur Psychiatre,  
Médecin directeur des Thermes de Saujon



©Thermes de Saujon

## À deux pas des thermes



©Thierry Avan

### L'estuaire de la Seudre

Aux portes de Saujon, entre marais salants, claires à huîtres et roselières, les bords de la Seudre invitent à la flânerie. À vélo ou à pied, on découvre villages pittoresques, ruelles médiévales et artisans d'art, cabanes ostréicoles colorées et carrelets au fil de l'eau.

### Le Train des Mouettes

Cap sur les 150 ans ! Ce train à vapeur emblématique serpente sur 21 km entre Saujon et La Tremblade, en passant par Mornac-sur-Seudre, l'un des Plus Beaux Villages de France. Un voyage dépaysant à 30 km/h, classé Monument Historique, au fil de villages ostréicoles et paysages iodés, inoubliable en toutes saisons.



©Le Train des Mouettes

 **Contacts presse**



**Laure Thomas**

Responsable presse  
06 07 21 43 78

[l.thomas@charentestourisme.com](mailto:l.thomas@charentestourisme.com)



**Cécile Vischetti**

Chargée des relations presse  
06 68 17 20 96

[c.vischetti@charentestourisme.com](mailto:c.vischetti@charentestourisme.com)



**Marie Picard**

Attachée de Presse  
07 63 91 80 02

[m.picard@charentestourisme.com](mailto:m.picard@charentestourisme.com)

 **Espace presse**

Communiqués, dossiers de presse de la destination et  
phototèque en ligne [charentestourisme.com/presse-media](https://charentestourisme.com/presse-media)



**Charentes Tourisme**

Site d'Angoulême  
21, rue d'Iéna CS 82407  
16024 ANGOULÊME Cedex

Site de La Rochelle  
85, boulevard de la République  
17076 LA ROCHELLE Cedex 9