



# Communiqué de Presse

## Le nouveau pôle DiÉTÉTHIQUE des Thermes de Contrexéville



“Ce nouveau pôle offre des prestations centrées sur chaque curiste, ses ressources et contraintes personnelles mais également ses demandes et ses besoins d'apprentissage. Le tout dans une bienveillance certaine, le respect de la singularité de chacun : aux Thermes de Contrexéville, nous croyons en la relation « d'humain à humain »”

*Justine Cruet-Begue – Diététicienne aux Thermes de Contrexéville*

### Des ateliers culinaires de qualité

Des ateliers culinaires de qualité, réalisés par les chefs des Restaurants situés à proximité, en partenariat avec le Lycée Hôtelier Pierre Mendès-France : l'occasion offerte à chacun de « goûter » au plaisir de l'équilibre alimentaire. Les recettes à réaliser dépendent du public : le respect des appétences et aversions, des modes et rythme de Vie, est une nécessité. La prise en compte des antécédents personnels est également primordiale : pas d'éviction alimentaire systématique au menu du jour, mais des adaptations et des revisites des recettes traditionnelles. L'objectif des sessions de cuisine est de démontrer que la solution n'est pas dans la suppression des familles d'aliments mais dans la capacité d'envisager de nouvelles manières de confectionner les préparations culinaires. Le petit plus : chacun pourra repartir avec son plat réalisé lors de l'atelier.

### Des consultations Individuelles

La diététicienne des Thermes réalise des consultations individuelles, personnalisées et adaptées aux besoins et attentes spécifiques de chacun, curiste ou client extérieur.

Pas de protocole standard, la diététique prend en considération le rythme de vie, les habitudes alimentaires et les contraintes de chaque personne. Une nécessité pour créer un climat de confiance solide et établir des pistes de changements réalistes et durables. La qualité d'un accompagnement diététique passe avant tout par la mise en place d'un protocole dans lequel le client se sent bien et lui permette de « retrouver pied » dans son assiette...autant que dans le bassin !

## Réalisation des Bilans corporels

Le pôle diétETHIQUE des Thermes est doté d'une balance à impédancemétrie à usage professionnel, permettant l'élaboration de bilans organiques de haute précision. Les informations délivrées à cette occasion serviront à adapter la nature des soins et de l'activité physique à venir, selon l'analyse faite. En qualité de professionnelle de santé, la diététicienne est soumise au secret professionnel : toutes les données délivrées lors du bilan corporel restent exclusivement en sa possession.

## Des ateliers de paroles

La transmission des connaissances se fait de manière interactive, pour échapper à un mode d'apprentissage scolaire, peu pertinent. La qualité des conférences passe avant tout par la dynamique de groupe. La Diététicienne met un point d'honneur à ce que chaque curiste puisse trouver sa place et se sente « dans son assiette » lors des échanges à venir. Elle sait qu'il n'y a jamais de « questions bêtes », qu'il est essentiel de répondre aux interrogations de toutes natures, générales ou personnelles, pour délivrer des informations pertinentes pour le public considéré. Si la trame de départ est commune, ce sont les questions posées qui donneront l'orientation des sessions : pas de contenu rigide et immuable au cours de ces prestations, chaque Atelier collectif est une prestation unique, personnalisée selon l'oralité des participants.

## Contact Presse

**Marine COUSTANS**

**Tél. : 03.29.08.03.24**

**[marine.coustans@thermes-contrexeville.fr](mailto:marine.coustans@thermes-contrexeville.fr)**