

# Dossier de presse

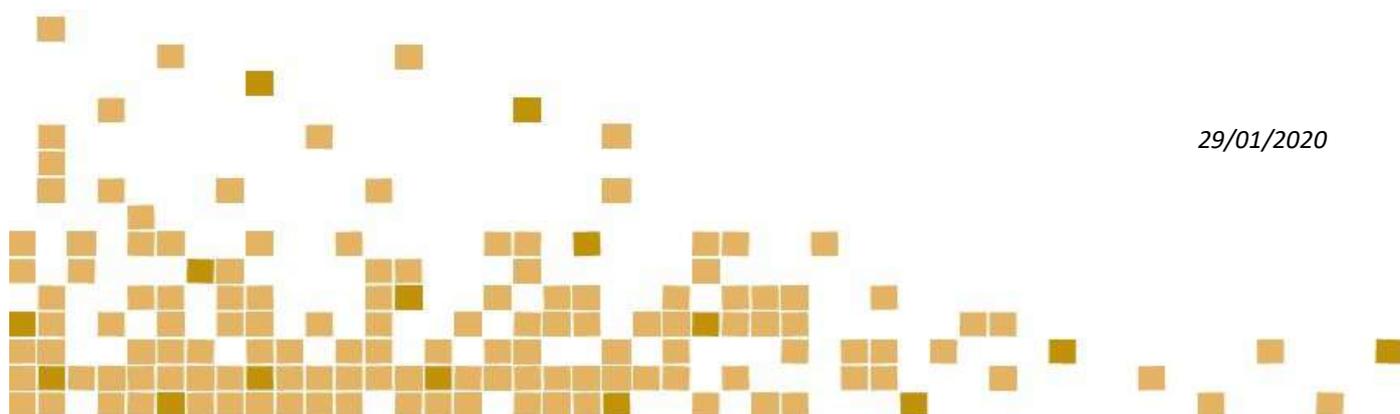


*Thermes de Contrexéville*

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

# Sommaire

<b>Contrexéville, ville d'eau et d'histoire</b>	<b>3</b>
<b>Une eau protégée</b>	<b>4</b>
<b>Contrexéville, certifiée « Saveur-Minceur »</b>	<b>5</b>
<b>Les cures médicalisées</b>	<b>6</b>
<b>Le SPA</b>	<b>7</b>
<b>Les soins à la carte</b>	<b>8</b>
<b>Les forfaits Minceur ou Bien-être</b>	<b>9</b>
<b>Les nouveautés</b>	<b>11</b>
<b>Contacts</b>	<b>13</b>



## Contrexéville, ville d'eau et d'histoire

Depuis plus de 250 ans, les propriétés des eaux de Contrexéville ont donné sa notoriété à la ville et le titre envié de « Capitale de la Minceur ».

En 1760, le roi Stanislas Leszczynski, duc de Lorraine et beau-père de Louis XV, consacre la notoriété des eaux de Contrexéville. Les résultats spectaculaires obtenus grâce aux eaux minérales de Contrexéville se propagent au-delà de la Lorraine.

Le docteur Thouvenel, médecin de Louis XVI et de la cour, effectue l'analyse de cette eau précieuse. La Source Pavillon est captée sous sa direction tandis qu'il fait construire le premier établissement hydrominéral. Contrexéville est devenue incontournable pour la haute aristocratie française qui vient ici remédier aux excès de poids, vite rejoint par la noblesse britannique.

En 1860, la Source Pavillon est déclarée d'utilité publique. Peu après, un nouvel établissement thermal à l'architecture métallique très en vogue voit le jour. Des personnalités se côtoient alors dans ce Contrexéville mondain, le Shah de Perse, la reine Isabelle II d'Espagne et la grande-duchesse Wladimir de Russie qui viendra s'y réfugier, décèdera et y sera inhumée avec sa famille après la révolution.



29/01/2020

## Une eau protégée

Depuis 1992, la société Agrivair s'emploie à protéger les sous-sols et les sources vosgiennes et à promouvoir la mise en place de mesures respectueuses de l'environnement. Sur une zone de 11 000 hectares autour des communes de Contrexéville et Vittel, l'épandage d'herbicides et de pesticides est rigoureusement interdit. Les nappes phréatiques sont ainsi préservées.

Née au cœur des Vosges et protégée des couches imperméables d'argile et de marne, l'eau de Contrexéville possède la remarquable caractéristique de contenir à la fois des éléments sulfatés calciques et sulfatés magnésiens. Elle participe activement à l'élimination des lithiases rénales ou des fragments après lithotritie et sa richesse en minéraux contribue à couvrir les apports journaliers recommandés en calcium et magnésium.

En 2017, la ville de Contrexéville a obtenu de Mme Ségolène Royal, Ministre de de l'environnement, le label Terre Saine ; puis le label Commune Nature 3 Libellules, décerné par la région Grand Est.



29/01/2020

## Contrexéville certifiée « Saveur-Minceur »

Pionnière dans la minceur avec la création du séjour ligne en 1979, Contrexéville est la 1<sup>ère</sup> station à avoir reçu la certification « Gastronomie Saveur-Minceur » selon le référentiel « gastronomie et équilibre » publié au Journal Officiel par avis du Ministère de l'Economie des Finances et de l'Industrie.

Les hôteliers-restaurateurs de la ville proposent ainsi une alimentation sur mesure qui se conjugue avec l'offre Thermale, pour atteindre l'objectif minceur et bien-être. Le secret de la thérapie proposée par la capitale de la Saveur-Minceur est l'alliance des eaux et l'alimentation équilibrée, sans oublier les soins et les activités sportives.

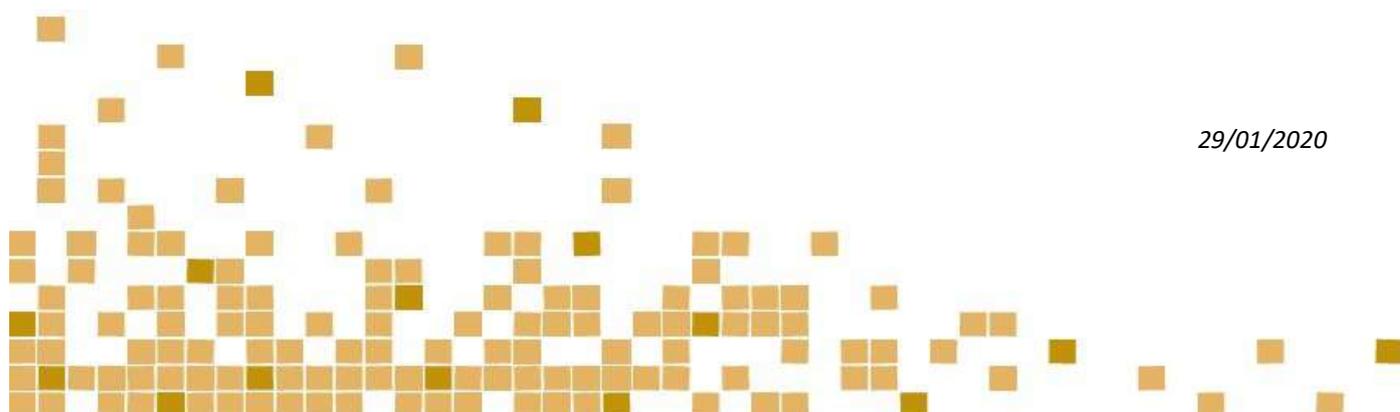
En saison, l'Office de tourisme propose des conférences sur la nutrition, animées par des médecins de la station, incluses dans les forfaits à partir de 7 jours, mais aussi des consultations diététiques personnalisées et des cours de cuisine en supplément.

5



Charte Saveur Minceur 2020

29/01/2020



## Les cures médicalisées

Les Thermes de Contrexéville ont reçu du Ministère de la Santé l'agrément pour les indications suivantes :

### **Maladies de l'appareil digestif et maladies métaboliques (AD) :**

Surcharge pondérale - obésité - hypercholestérolémie - hyper uricémie - hypertriglycémie - diabète de type 2.

### **Maladies de l'appareil urinaire (AU) :**

Lithiases rénales - séquelles d'interventions chirurgicales ou lithotritie - infections urinaires à répétition.

D'une durée de 18 jours, ces cures prises en charge par la sécurité sociale comprennent 72 soins ou 108 soins en double orientation. Les soins sont prescrits par le médecin thermal parmi : les bains, les douches générales ou locales, massages sous eau, le cataplasme en application unique ou multiple, le bain de vapeur et le bain en piscine d'eau thermale.

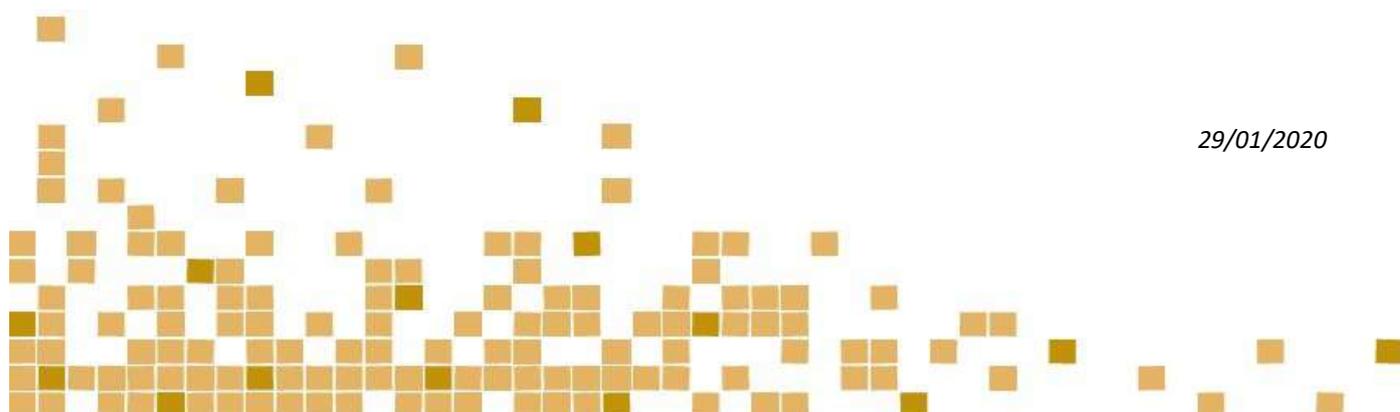
## Le séjour Santé Minceur - AD - 6 jours (21 soins)

Ce séjour non pris en charge par la Sécurité Sociale permet de profiter de l'expertise thermale sur 6 jours et d'amorcer une perte de poids durable grâce aux bienfaits des soins d'eau couplés à des séances d'aquagym.

## Le séjour Santé Rhumatologie - 6 jours (21 soins)

Ce séjour non pris en charge par la Sécurité Sociale permet de profiter de l'expertise thermale sur 6 jours et a été conçu pour retrouver la souplesse et le confort de vos articulations.

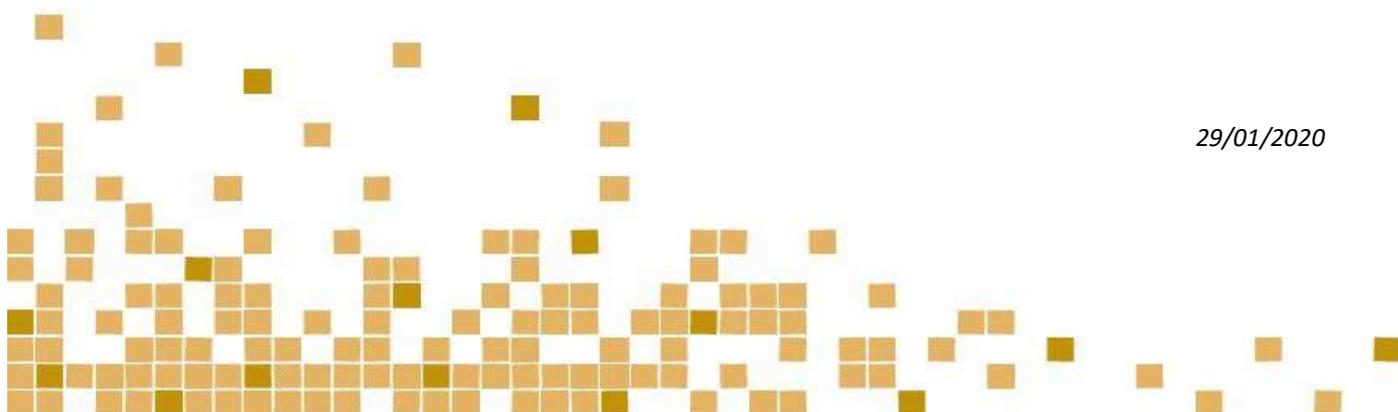
29/01/2020



## Le SPA

Créé en 2014, le SPA des Thermes de Contrexéville est doté du plus grand bassin thermoludique du sud Lorrain. Ce complexe de près de 300 m<sup>2</sup> aux couleurs dorées et bleutées est composé de lits bouillonnants, buses hydro-massantes, bains à remous, cols de cygnes, jets dorsaux et cervicaux, alcôves minceurs, nage à contre-courant, aquabikes, vélo elliptique, trampoline et tapis de marche en accès libre, le tout dans une eau thermale aux propriétés reconnues chauffée à 32°C.

Les entrées au SPA, à partir d'une heure, comprennent l'accès au hammam, au sauna, à l'espace solarium, et aux salles de relaxation « Wood » avec aromathérapie, lumière noire et musique relaxante.



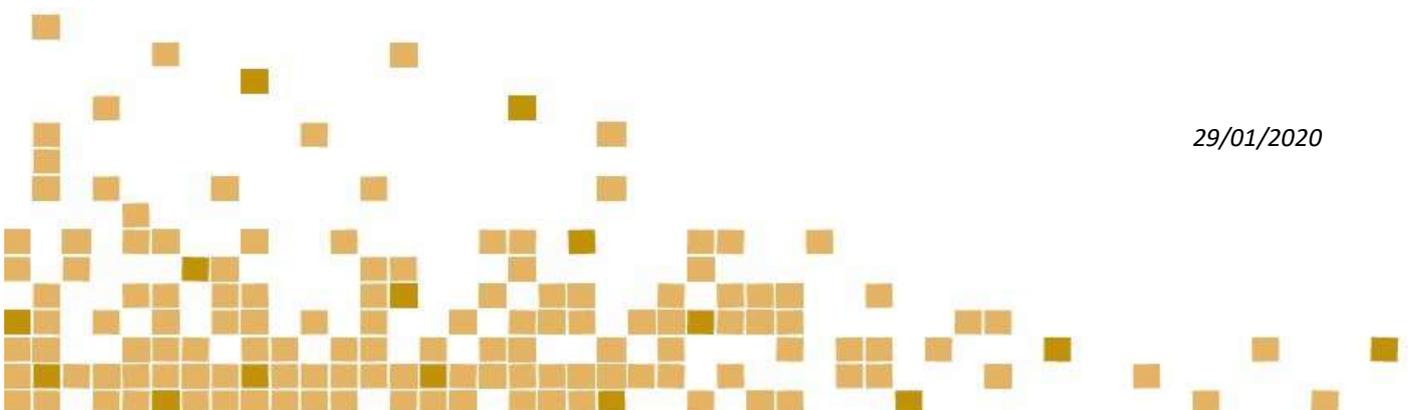
## Les soins à la carte

Les Thermes de Contrexéville proposent des soins de bien-être, de minceur et anti-âge.

L'établissement est doté d'un espace de soins variés, composé d'une partie hydrothérapie avec les modelages sous affusion, modelages à 4 mains, bains bouillonnants et une panoplie de douches, tous réalisés avec l'eau thermale de Contrexéville.

Ainsi que d'une partie institut regroupant des soins classiques tels que les épilations, UV, soins des ongles, shiatsu et de soins spécifiques avec 4 prestataires de qualité.

- Maria Galland : soins corps et visage
- Ericson Laboratoires : soins corps et visage
- LPG : soins corps et visage
- Sultane de Saba : soins corps
- Phytodia - FORÊ l'Effet Vosges : soins à base de produits certifiés bio pour corps et visage



## Les séjours bien-être (vitalité, anti-âge, bio...)

**Les Escales 1/2 journée** : Les formules ½ journée aux Thermes de Contrexéville offrent des moments de détente pour tous les budgets et toutes les envies. Elles incluent modelages relaxants ou soins d'hydrothérapie et l'accès au spa sur la demi-journée.

**Le forfait 5 jours Anti-âge** : La cure Anti-âge de 5 jours permet d'atténuer les effets du temps sur l'ensemble du corps grâce à une bonne hygiène de vie et des soins adaptés.

**Les forfaits bien-être de 2 à 5 jours** : Adaptés à tous, ces séjours sont parfaits pour une pause détente et de remise en forme.

### Les forfaits FORêt

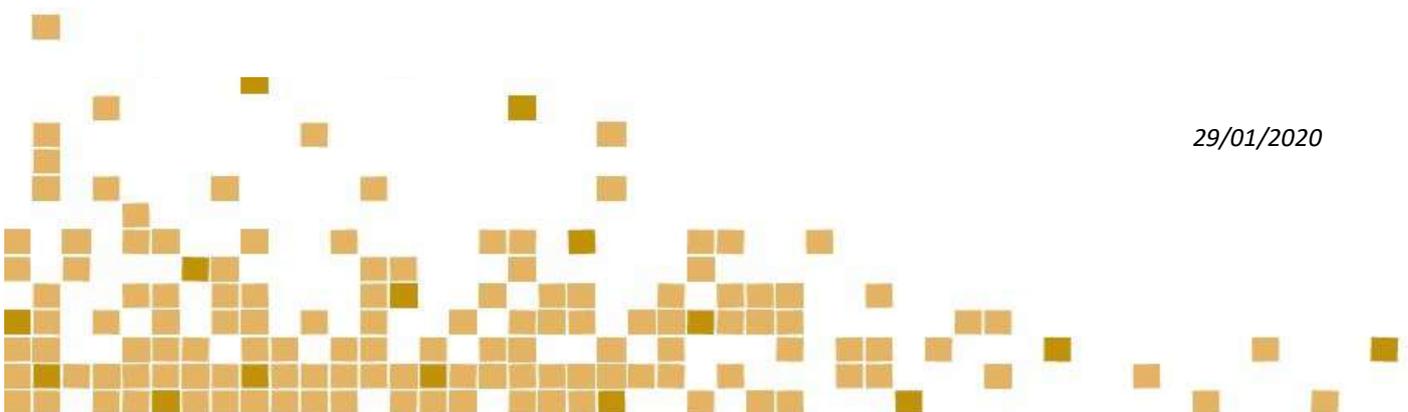
Des séjours composés de soins à base de produits certifiés bio en partenariat avec la gamme Phytodia. Les Laboratoires français Phytodia experts dans la valorisation des plantes depuis 10 ans, ont développés une gamme bio, pratique et efficace basée sur l'utilisation de plantes locales, cultivées ou récoltées dans une démarche éco-responsable par des producteurs vosgiens et alsaciens. Les produits PHYTODIA font partis de la gamme FORêt l'Effet Vosges, développée par le Conseil Départemental des Vosges, et certifiée ECOCERT.

## Les séjours minceur

**Les forfaits ligne 5 jours (12 soins), 7 jours (15 à 24 soins) ou 10 jours (32 soins)** : Conçus pour celles et ceux qui ont quelques rondeurs à perdre, les forfait ligne permettent d'apprendre à mincir et à rester mince.

**Le forfait ligne 14 jours (42 soins) ou 14 jours « + » (55 soins)** : La cure minceur est idéale pour perdre les kilos superflus et reprendre de bonnes habitudes alimentaires et une hygiène de vie saine.

29/01/2020



## Les clés de succès des forfaits ligne

- **L'eau de Contrexéville**

Née au cœur des Vosges, protégée par des couches imperméables d'argile et de marne, l'eau de Contrexéville possède la remarquable caractéristique de contenir à la fois des éléments sulfatés calciques et des éléments sulfatés magnésiens.

- **Les soins Hydrothérapie et institut**

Tous les forfaits sont étudiés pour le bien-être du corps et de l'esprit. Se décontracter et se débarrasser du stress quotidien, affiner sa silhouette ou tonifier ses muscles.

- **Une cuisine savoureuse et légère**

Puisque perdre du poids passe avant tout par une alimentation équilibrée et saine, les hôteliers et restaurateurs de Contrexéville proposent des plats respectant le principe de la charte "gastronomie saveur minceur".

- **Un programme diététique**

Bilan corporel à l'arrivée et au départ, entretien diététique personnalisé, conférences, ateliers culinaires...

- **Des activités physiques et de relaxation adaptées à tous**

L'activité physique est indispensable à la perte de poids, c'est pourquoi des activités sportives sont incluses dans tous les forfaits ligne : Oxygénation dans le parc, marche nordique ou encore swissball, vous retrouverez un programme sportif varié et adapté pour tous. "Un esprit sain dans un corps sain", tout comme le corps, l'esprit ne doit pas être laissé à l'abandon.

## NOUVEAUTÉS 2020

### Le nouveau pôle DiÉTÉTIQUE 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**

11

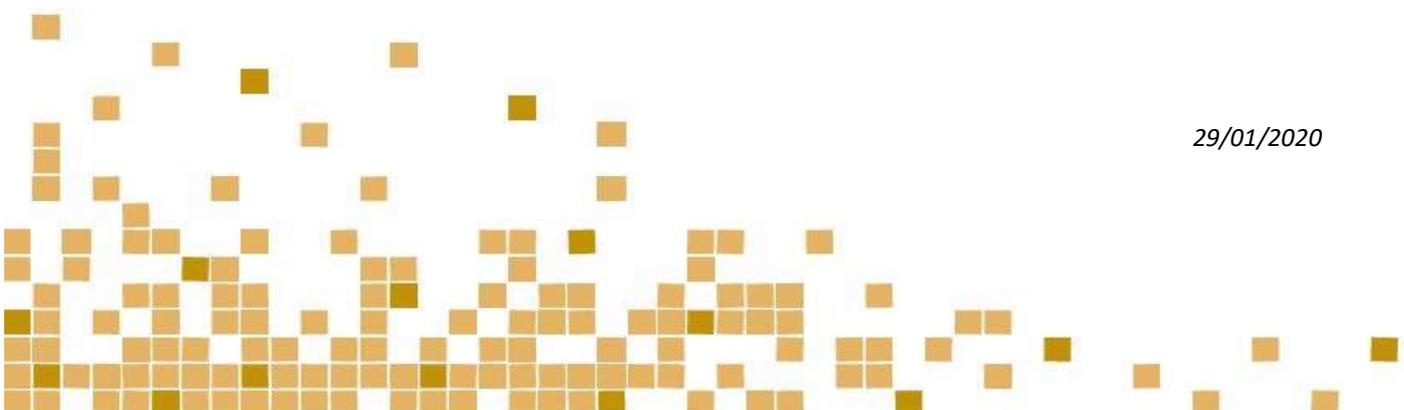
### Des ateliers culinaires de qualité

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.

29/01/2020



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**

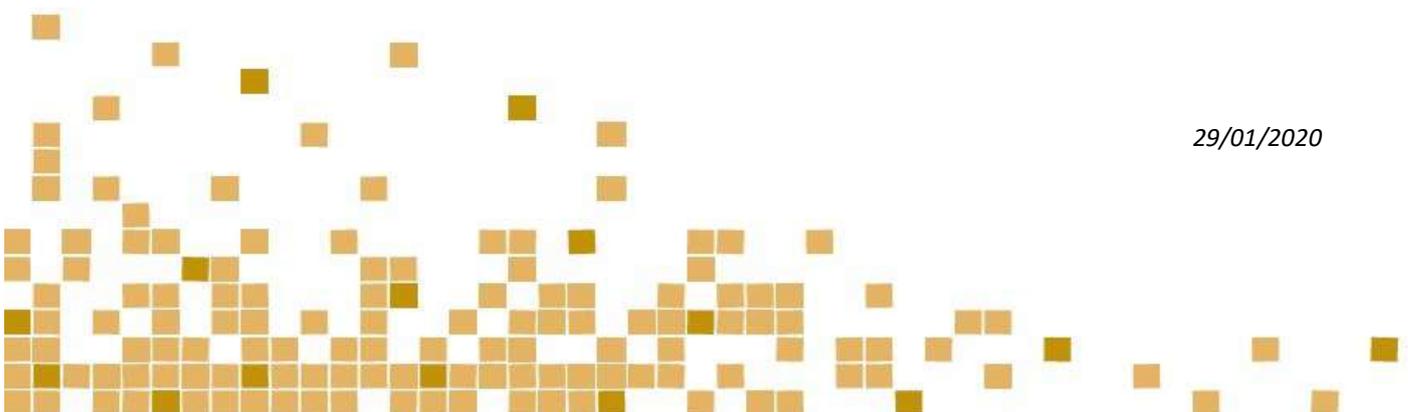
Le pôle diÉTETHIQUE des Thermes est doté d'une balance à impédancemétrie à usage professionnel, permettant l'élaboration de bilans organiques de haute précision. Les informations délivrées à cette occasion serviront à adapter la nature des soins et de l'activité physique à venir, selon l'analyse faite. 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.

12

### **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.

29/01/2020





## CONTACTS

**Responsable Marketing : Marine Coustans**

**Directeur : François Chalumeau**

**Galerie Thermale**

**88140 CONTREXEVILLE**

**Tél : 03 29 08 03 24**

**Fax : 03 29 08 69 13**

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

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

29/01/2020

