



Parce que l'époque est anxiogène, la quête du bien-être n'a jamais été aussi obsessionnelle. Balnéothérapie, massages, thalasso, spa, cures... Tout est bon aujourd'hui pour prendre soin de soi, avec de nouvelles demandes qui poussent les professionnels à innover et à renouveler l'offre. Techniques de développement personnel, nouvelles technologies ou encore alimentation détox viennent compléter une riche gamme de soins plus traditionnels.

**W**ellness (qui veut dire bien-être en anglais) est un mot magique, mis à toutes les sauces depuis une dizaine d'années, pour guérir les maux multiples infligés par un monde de plus en plus oppressant. Pour preuve de cette préoccupation désormais planétaire, le bien-être a dorénavant sa journée mondiale. La troisième JMBE aura lieu cette année le samedi 10 juin, avec, en France comme dans une centaine de pays, un programme de réjouissances et de sensibilisation qui mettra en lumière les dernières tendances et la bonne santé du secteur. En la matière, le Salon des thermalies, dont la 35<sup>e</sup> édition

s'est déroulée à Paris du 19 au 22 janvier, est aussi un excellent étalon. « *Le bien-être se porte bien* », confirme Karelle Geyer, commissaire générale du salon, qui constate que, sur fond de récession économique et de tourisme morose, le marché de la thalassothérapie et du thermalisme continue de croître, année après année, « *parce qu'on a jamais eu autant besoin de se faire du bien* ». Les Thermalies se sont d'ailleurs dédoublées cette année pour la première fois avec un salon du même nom organisé à Lyon les 3, 4 et 5 février. « *Avec 4 000 visiteurs pour une première édition, nous avons trouvé notre public* », se réjouit Karelle Geyer.



### THÉRAPIES CRYOGÉNIQUES

Bien connu des sportifs de haut niveau pour ses bienfaits contre les douleurs et les inflammations, le traitement par le froid fait désormais partie des cures de remise en forme proposées par des spas réputés et high-tech, tels que les centres Vichy et Vittel.

### SOINS DÉTOX

Cures « sans » (gluten, lactose, etc.), menus à base de produits bio, cours de cuisine : le « bien-manger » a le vent en poupe dans de nombreux centres.

# une cure de jeunesse

Selon France Thalasso, le Syndicat officiel de la thalassothérapie en France, qui représente 39 centres pour un chiffre d'affaires de 350 millions d'euros en 2015, la croissance est de 7 % en moyenne depuis trois ans. Une forme olympique qui s'explique par le spectre de plus en plus large que couvre le bien-être. Fini, la seule approche médicalisée. Aujourd'hui, les centres sont sur tous les fronts et s'occupent du corps comme de l'esprit pour coller à l'air du temps, qu'il s'agisse de se remettre d'un burn-out, d'entretenir sa forme, de soigner son alimentation ou de s'ouvrir à des pratiques venues d'ailleurs. L'offre ne cesse donc de se régénérer

avec une approche de plus en plus sur mesure et personnalisée qui a l'avantage d'élargir les publics visés. Cette stratégie est en phase avec les objectifs définis par le cluster tourisme et bien-être d'Atout France : positionner la France à l'international comme une destination synonyme de bien-être, fidéliser les clientèles et surtout en recruter d'autres.

### LA LUMIÈRE ET LE FROID AU SERVICE DU BIEN-ÊTRE

Quelles seront les grandes nouveautés et tendances en 2017 ? Parmi les évolutions à suivre, Atout France note la montée en puissance « des techniques de développement personnel qui ont désormais une place primordiale dans les

centres ». De même, les nouvelles technologies se mettent de plus en plus au service du bien-être avec le développement de la luminothérapie, le recours à l'oligoscan ou encore le sauna à infrarouge. La nouvelle cure « Luminescence » d'Alliance Pornic s'appuie ainsi sur les propriétés thérapeutiques de la lumière du MiltaLed, un « appareil à émission magnéto-infrarouge-laser de faible intensité », pour combattre stress, burn-out ou encore insomnie. Dans la même veine, on entend de plus en plus parler de la cryothérapie, traitement par le froid (de la douleur, de l'inflammation) bien connu des sportifs de haut niveau, que les spas les plus en vue et

high-tech (Vittel, Vichy...) ont déjà adopté et adapté à la remise en forme.

### LES CHOUCHOUS DE L'ÉNERGIE VITALE

Plus que curatives, « les cures sont de plus en plus préventives », note Karelle Geyer, avec un engouement croissant pour les thérapies dites « holistiques » (du grec *holos*, entier), qui promettent un soin de l'être humain dans sa globalité, grâce à des pratiques ancestrales qui régénèreraient l'énergie vitale. Depuis quelques saisons, yoga, médecine chinoise, ayurvéda indien, réflexologie, aromathérapie ou encore naturothérapie sont ainsi les chouchous des nombreuses « cures énergétiques » élaborées par les centres.



## TROIS ADRESSES À RETENIR POUR COCOONER VOS CLIENTS

<p><b>THALASSO LIFESTYLE DANS UN 5* DU MORBIHAN</b></p>	<p><b>SOINS À L'ORIENTALE DANS UN 4* À ABANO (ITALIE)</b></p>	<p><b>ZÉNITUDE, THALASSO &amp; SPA 5* À LA CIGALE TABARKA (TUNISIE)</b></p>
<p><b>L</b>e Miramar La Cigale Thalasso &amp; Spa, référence bretonne de la thalasso - s'est offert six mois de rénovation. Des installations toujours plus sophistiquées, 113 chambres redécorées, et pont supérieur (2 000 m<sup>2</sup>) réaménagé avec nouvelle salle de fitness et piscine panoramique d'eau de mer chauffée. Points forts : cures à la carte et soins personnalisés, utilisation de la spiruline marine fraîche, un programme holistico-énergétique « 100 % healthy » et un fil rouge « Mieux-être et Mieux-manger » décliné jusqu'au restaurant gastronomique BE. <a href="http://www.miramar-lacigale.com">www.miramar-lacigale.com</a></p>	<p><b>A</b>près la France et la Tunisie, l'Italie - en force à la dernière édition des Thermalies - apparaît comme une destination montante pour le bien-être, la thalasso et le thermalisme. En Vénétie, l'Oriental Thermal Spa de l'hôtel Terme Métropole (groupe GB Thermae Hotels) associe des techniques holistiques d'Orient, et notamment le très tendance ayurvèda (science de la vie) indien, à la culture thermale dans un environnement exceptionnel (un parc de 3,3 hectares et 5 piscines, dont 4 d'eau thermale à différentes températures). <a href="http://www.gbhotelsabano.it/fr">www.gbhotelsabano.it/fr</a></p>	<p><b>C'</b>est aujourd'hui l'un des établissements les plus réputés de Tunisie, La Cigale Tabarka Hôtel Thalasso &amp; Spa, un 5* ouvert en 2014, devrait concourir à redorer l'image touristique et la réputation de savoir-faire en matière de bien-être de la destination. Le centre de thalassothérapie de 2 300 m<sup>2</sup> est doté de 23 cabines de soin, d'une suite prestige, d'un espace « Heat expérience », d'une piscine à l'eau de mer avec 3 bassins de températures différentes et d'un spa du monde qui promet de faire voyager (Afrique, Japon, Inde, Orient). <a href="http://www.lacigaletabarka.com">www.lacigaletabarka.com</a></p>

À Hendaye, celui de Serge Blanco est à la pointe avec un programme baptisé « Sereine nature » où sont associées phytothérapie (aromathérapie, gemmothérapie...), iridologie (diagnostic par l'étude de l'œil), bromologie (une nouvelle hygiène alimentaire) et hydrologie (hygiène de vie par l'eau), que complètent modelage digito-crânien et séances de tai-chi ou de qi gong. Dans une démarche elle aussi holistique, le Thalasso Concarneau mixe soins par l'eau, yoga, ainsi que la méditation, qui, comme la pratique de la *mindfulness* (de l'anglais, pleine conscience), est devenue un incontournable du bien-être.

**LE BIEN-MANGER DÉTRÔNE PRESQUE LA DÉTOX DIGITALE**  
Mais 2017 est aussi placée sous le signe du bien-manger, soit de la diététique (on n'emploie plus le mot ou presque) remise au goût du jour avec l'apport du bio et surtout des cures « sans » (gluten, lactose)

pour faire du bien à notre intestin. À Carnac, parcours « Détox bio » à base de cuisine « hypotoxique » combinée à des soins, des cours de cuisine et un bar à jus, cure « Détox glu & lactose free » au Loreamar Thalasso à Saint-Jean-de-Luz, ou encore programme « Détox et confort digestif » au Relais Thalasso Île de Ré, cette année, la préoccupation de l'alimentation détrône presque celle de la détox digitale en vogue depuis deux ou trois ans. Toutes ces cures s'adressent aussi bien aux femmes qu'aux hommes, de plus en plus ciblés dans les programmes sportifs, remises en forme, préparations à un marathon avec coach, ou cures « Jeune papa » (hôtel Atlantal, à Anglet). Marketing oblige, les kids sont aussi de la partie dorénavant avec des soins dédiés (Alliance Pornic, Carnac...), des forfaits mères-filles (soins Duo aux Thermes de Saint-Malo) et même des

spas réservés aux plus jeunes (Novotel Oléron, Thermes marins de Saint-Malo, Carnac Thalasso et spa marin).

### UNE HAUTE CONTRIBUTION POUR LES AGENCES

Bref, une offre pléthorique qui peut effrayer le non-spécialiste. En BtoB, Thalasso N°1, seul opérateur à éditer une brochure dédiée au bien-être, se fait fort d'accompagner les agences. Avec 33 000 clients curistes en 2016, contre 30 000

en 2015, et un chiffre d'affaires encore en évolution à deux chiffres, le TO engrange les bienfaits de ses investissements en formation. Le catalogue sorti en septembre dernier, plus épuré, valorise mieux les offres spéciales. Un pavé « Cures et soins conseillés » valorise l'expertise des centres. De même, les cures proposées sont mieux identifiées. Le spécialiste a repensé le tableau des prix pour améliorer la lisibilité des options. « Nous donnons aux agences des arguments et de la valeur ajoutée pour contrer la tentation de réservation en direct des clients », explique Adeline Jankzak, responsable de la production, qui rappelle que, si les forfaits bien-être sont « accessibles », avec des semaines tout inclus à partir de 500€-600€, le panier peut très vite monter, une haute contribution intéressante pour les agences qui auraient bien tort de ne pas se faire du bien... ●

Pascale Filliâtre

**OÙ RÉSERVER ?**

Week-ends et séjours thalasso/bien-être  
En BtoB chez Thalasso N°1  
En BtoC chez Thalassa.com (AccorHotels), Thalassoline, Thalasseo...  
Coffrets cadeaux bien-être chez Smartbox, Wonderbox...  
Packs et semaines bien-être chez les spécialistes des clubs : Look Voyages, Jet tours, TUI, Ôvoyages, Top of Travel, Frann, Club Med...