

# La thalasso toujours tendance

Le premier centre de soin par l'eau de mer a été créé à Roscoff il y a 120 ans. Depuis l'offre a beaucoup évolué pour répondre aux attentes des consommateurs.

Le premier centre de thalassothérapie a été créé à Roscoff en 1899. «L'idée, c'était de faire entrer les oligoéléments et minéraux contenus dans l'eau de mer et les algues par les pores de la peau, dilatés par la chaleur, pour en faire bénéficier le corps», rappelle Éric Carré, directeur des thalassos de Roscoff et Douarnenez (groupe Valdys). 120 ans plus tard, les soins basés sur les vertus de l'eau de mer sont toujours tendance : «La base est restée la même. La douche au jet, le bain d'eau de mer, les cataplasmes d'algues, le palper-rouler étaient dans le protocole de soin de l'institut créé par le Docteur Bagot à l'époque. Ils sont toujours dans notre catalogue.»

Mais les centres de thalassothérapie se sont aussi adaptés aux nouvelles attentes des consommateurs pour répondre aux envies de lâcher prise et de bien-être. Le matériel a évolué : aux débuts, les clients se baignaient dans de grosses marmites d'eau de mer chauffée. Désormais, les thalassos disposent de matériels plus techniques, plus confortables, plus design, et associent aux bains hydro-massants la chromothérapie (par les couleurs) et la



Bain hydrosensoriel. Le matériel est de plus en plus technique et design.  
© Philippe Marchand pour Valdys.

luminothérapie (lumière). «Surtout, l'offre s'est beaucoup élargie. Avec l'apport de nouvelles technologies, comme la cryothérapie (soin par le froid), avec le recours à de nouvelles compétences, comme le coaching, et les propositions de massages et modelages», illustre Marianne Bar, responsable qualité et formation.

### Des cures ciblées

La demande est en effet très forte aujourd'hui sur les soins spa. «Avant, le personnel des centres de thalassothérapie était constitué de médecins, kiné, hydrothérapeutes.

Aujourd'hui, on a aussi des esthéticiennes, profs de yoga, sophrologues...»

De nouvelles cures sont créées chaque année pour répondre à des besoins de plus en plus ciblés : diabète, anti-cellulite, bien vieillir, zen et sommeil, jeune maman... L'accompagnement est désormais très personnalisé : «On n'appelle pas un numéro à l'heure d'aller prendre son bain !», sourit Marianne Bar.

La thalasso s'est par ailleurs démocratisée. Avec des propositions de courts séjours, elle séduit aussi une clientèle plus jeune avec moins de moyens. Les prestations en duo sont plébiscitées le

week-end, ce qui a amené les centres à adapter leurs cabines de soins. Par ailleurs, «toutes nos prestations (soins, salle de sport, piscine, restaurant, hammam...) sont accessibles à la carte, précise Éric Carré. Le centre n'est donc pas fréquenté que par les curistes, mais aussi par les locaux.» La prise de conscience de l'importance de prendre soin de son corps ayant boosté la demande en matière de bien-être, la thalasso est toujours tendance. «Les chiffres de notre métier évoluent positivement d'année en année», se félicite le directeur de Valdys.

Martine de Saint Jan



(photo : S. Fortin)

### Démarrez l'année 2020 par de bonnes résolutions !

• Offrez-vous un instant de bien être, alliant force et douceur. C'est de la méthode Pilates dont il s'agit. Une séance d'1 h tous les lundis à 12 h 45. Mylène Herrera, diplômée d'État des métiers de la forme, formée et spécialisée en Pilates, vous guidera sur un travail de renforcement des chaînes musculaires profondes, un travail d'assouplissement et de mobilité articulaire, notamment pour le dos, vous permettant de retrouver une belle énergie au quotidien.

Contact : au 06 85 91 78 18  
myl3000@hotmail.fr

• Offrez-vous des cours de danse-bien-être et expression avec Paule Rouat, professeure de danse contemporaine et infirmière formée aux activités physiques adaptées : «Mes cours s'adressent à des personnes désireuses de débiter, continuer ou reprendre progressivement une activité physique et artistique par une approche sensible.

Le cours de 11 h 30 vous aidera à retrouver une intégrité corporelle, le plaisir et l'aisance du mouvement au sol comme debout, dans un but d'autonomie.

Le cours de 14h est un atelier : en découvrant de courts enchainements issus du répertoire, vous vous initiez à la création individuelle et collective. Ces cours sont accessibles à tout adulte sans limite d'âge».

Contact : 06 37 04 07 23  
dansapauline@yahoo.fr

11 Bis Stang Ar C'hoat  
29 000 QUIMPER

## Abonnez-vous à la newsletter



Retrouvez chaque semaine les informations qui ont fait l'actualité sur notre site et découvrez en avant-première les sujets traités dans les colonnes du journal.

Bonne lecture

Côté Quimper

Connectez-vous sur notre site [www.actu.fr/cote-quimper](http://www.actu.fr/cote-quimper) et inscrivez-vous à notre Newsletter (colonne de droite).

ON RECRUTE  
- Commercial(e)  
B to B

Vous êtes motivé(e) et ambitieux(se) ?



[www.hebdoscom.com](http://www.hebdoscom.com)  
rubrique «Rejoignez-nous»

HEBDOS COMMUNICATION  
Expert de la communication des médias locaux