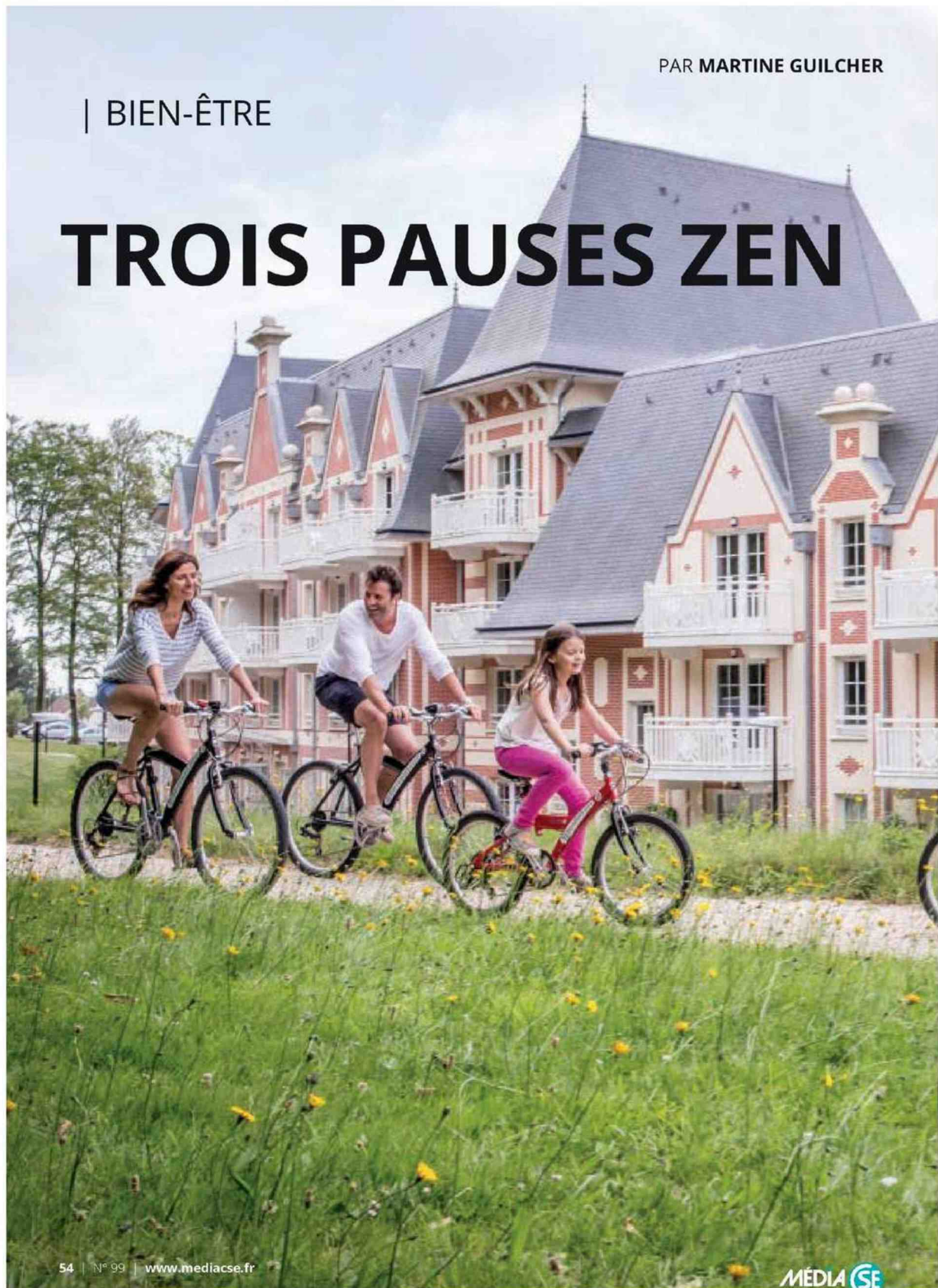






Pour booster le capital bien-être de vos collègues, mis à mal par l'actualité anxigène, proposez-leur trois parenthèses où découvrir le bonheur de prendre soin de soi, en solo, en duo ou en famille.

MEDIA CSE

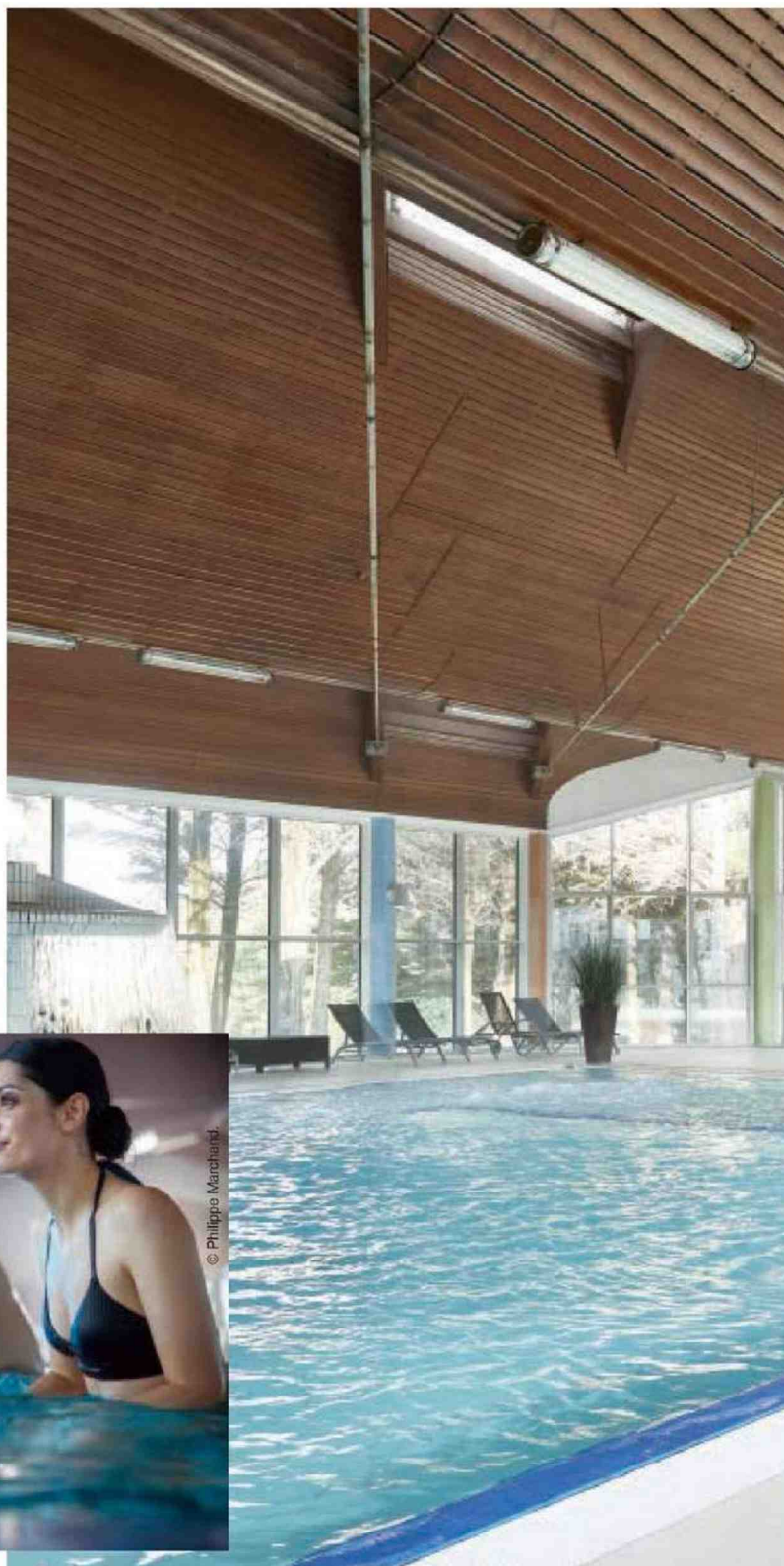
www.mediacse.fr | N°99 | 55



CENTRE DE THALASSO VALDYS DE SAINT-JEAN-DE- MONTS EN VENDÉE

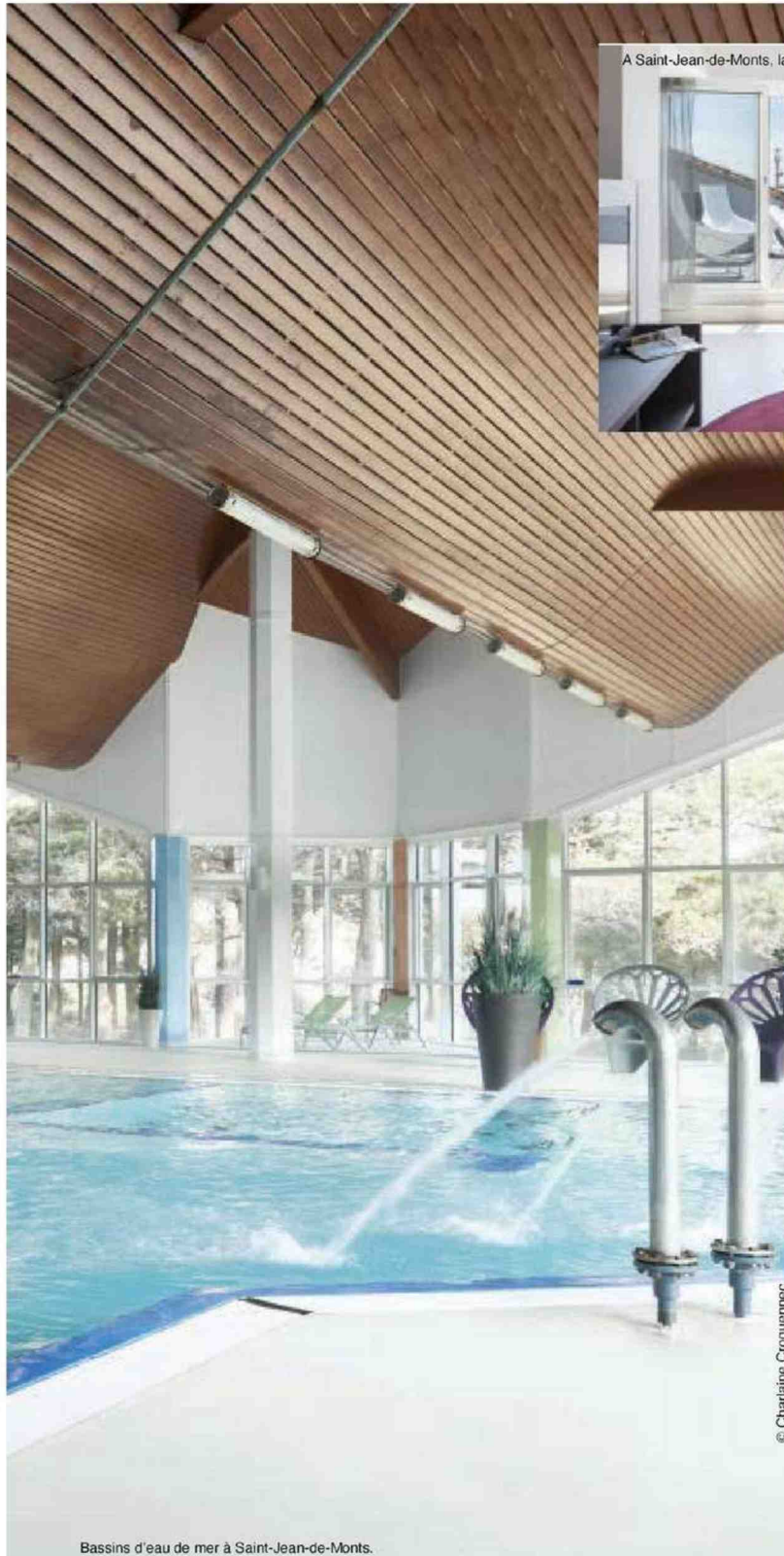
Au milieu des pins, à deux pas de l'océan, le centre de thalasso de Saint-Jean-de-Monts vous emporte dans la chaleur (32°) d'un des plus grands bassins d'eau de mer de France.

Cette bulle de bien-être, dotée de soins exclusifs locaux comme les cataplasmes de boue marine naturelle de la Baie de Bourgneuf, vous emmène aussi vers des cures plus insolites ou exotiques : cure Bien-être du monde, cure Burn-out, cure Jeûne alternatif. Tous ces programmes combinent les bienfaits de l'eau de mer, des oligoéléments et des minéraux, pour une remise en forme qui peut aussi se choisir avec des soins à la carte. Avec sa nouvelle cure ayurvédique, l'évasion vendéenne devient indienne à travers une expérience à la fois sensorielle et spirituelle. Vous découvrirez votre personnalité ayurvédique, Vata, Pitta ou Kapha selon votre profil. Vous apprendrez comment vous fonctionnez, vos points forts et vos points faibles selon la



Faire de l'aquabike en couple à Saint-Jean-de-Monts.

© Philippe Marchand.



Bassins d'eau de mer à Saint-Jean-de-Monts.



A Saint-Jean-de-Monts, la suite Exception Horizon avec jacuzzi privatif.

© Cécile Langlois.

médecine indienne et surtout comment retrouver un équilibre pour rester en bonne santé. A vous la détermination des doshas, le gommage au verrat (poudre de pois chiche et plantes indiennes), les massages indiens ! L'ayurveda, ce sont aussi des séances de yoga et une alimentation indienne adaptée dans la cuisine et bientôt programmée en Vendée. En attendant, vous ne serez pas déçu par le chef. Inspiré par les produits du terroir vendéen, Antonio Bélicier régale avec une cuisine aussi épurée que créative.

Pratique

Se renseigner

www.thalasso.com/destination/saint-jean-de-monts

Tél. 02 29 20 27 25.

Un site internet dédié aux CSE

depuis 2019 : www.pro-valdys.fr

www.pro-valdys.fr/offres-ce/pass-ce-sejour

Bon à savoir

Enfants : gratuit jusqu'à 6 ans dans la chambre des parents, en réservant en direct à l'hôtel Valdys (3*).

Côté soins pour les enfants : soins d'hydrothérapie, bains et massages de l'arrière du corps à partir de 13 ans.

Spa sans les parents pour les ados à partir de 16 ans.

BAGNOLES-DE-L'ORNE, LE PARADIS DES FAMILLES !

La France n'a pas, de tout temps, comme ses voisins suisses, allemands ou autrichiens, cultivé ses eaux en famille, mais les choses sont en train d'évoluer. La

© Charline Croguennec.





preuve par la charmante station thermale de Bagnoles-de-l'Orne, nichée entre Paris et Granville et dont les eaux soignent affections gynécologiques, phlébologiques et rhumatismales. Cernée de forêts, elle a vu fleurir une petite ville Belle Epoque, typique du XIXe siècle qui constitue l'âge d'or du thermalisme avec le XXe siècle, et qui a laissé son empreinte autour du lac et du casino. Mais c'est en pleine forêt que vous ferez vraiment l'expérience familiale au B'O Resort thermal qui englobe des thermes, deux types d'hébergements, un spa et un institut de beauté. Au B'O Cottage (4*), les petits profitent d'un bassin aqua ludique qui leur est dédié mais qu'ils préfèrent troquer bien souvent pour le grand bassin d'en face, et les bras de papa ou maman sous les cols de cygne et autres baignoires qui égrenent le nom de l'eau dans toutes les langues, les mosaïques Belle Epoque et les soins signature comme le Nonchalant... Ajoutez à cela un petit bain de votre choix, un gommage avec les produits maison à la pomme et vous êtes assuré de ressortir avec la pêche. Au programme également : ateliers cuisine, sophrologie, tricot, location de vélos. Quant aux ados, ils ont leur propre espace baptisé la Tanière et doté de consoles de jeux, vidéos, télévision, sans oublier la gamme de soins qui leur est destinée. Des protocoles ont été adaptés aux besoins spécifiques des 13/16 ans et peuvent être partagés entre amis ou en famille, et autant de bains de forêt que vous voulez. Tout est possible à la carte, y compris la restauration.

Pratique

Se renseigner : www.bo-resort.com
Tél. 0811 90 22 33.

BIEN-ÊTRE EN BOURBONNAIS

Situé au nord de l'Auvergne, le Bourbonnais, berceau de la lignée des Bourbons et rebaptisé à la Révolution du nom d'Allier, décline ses trésors de bienfaits. Ici le bien-être se conjugue à l'art de vivre proche de la nature...

C'est bien à son histoire royale que le Bourbonnais doit la grandeur de ses forêts, l'abondance de ses châteaux, manoirs et forteresses, parfois nichés au creux des vallons, ou dominant de petites cités comme Bourbon-l'Archambault. Réputée depuis l'Antiquité pour ses eaux qui soulagent rhumatismes et problèmes gynécologiques, la petite cité a eu les faveurs des grands de ce monde : la marquise de Sévigné, Madame de Montespan, Boileau, Fénelon, Camille Saint-Saëns, le président Doumer... La station thermale s'enorgueillit de ses thermes classés monument historique et dont la splendeur passée semble étanche à l'usure du temps. Le grand vestibule réalisé en carreaux de céramique est une merveille d'arabesques qui se combinent avec les plantes aquatiques et les hérons japonais. Signé Léon Parvillée, élève de Viollet-le-Duc, l'ensemble se déploie sous un magnifique plafond à caissons en bois de châtaignier. Dans ce « palais des thermes » où curistes et touristes se croisent sans se bousculer, l'ambiance conviviale rappelle que s'immerger dans la beauté a de tout temps permis de maintenir une bonne santé mentale et physique. Les thermes vous offrent, outre

ses cures nocturnes en exclusivité, un riche programme à la carte entre soins d'hydrothérapie et esthétiques, sans oublier un large éventail de modelages pour la détente et du fitness, au sec ou dans la piscine thermale.

Pratique

Se renseigner : www.tourisme-bocage.fr

Se loger : dans l'un des innombrables

meublés touristiques de la station thermale. Se renseigner à l'office de tourisme (tél. 04 70 67 09 79).

Se restaurer à Bourbon-l'Archambault :

Le Bourbon : face à l'office de tourisme. Au Casino : ce restaurant, aux allures de château fort tout droit sorti de chez Walt Disney, fait le bonheur des amateurs de charolaise.

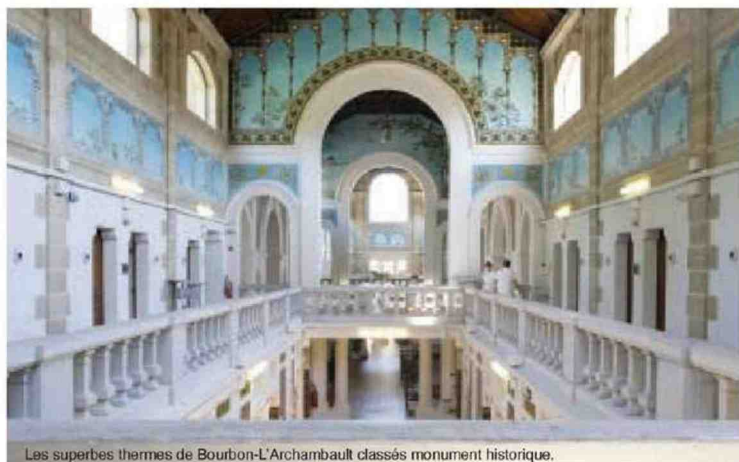
Le château d'Ygrande, la table gastronomique chic du coin avec une cuisine créative et fleurie.

A ne pas rater

Noyant d'Allier, un insolite brin d'Asie au cœur du bocage, où les familles françaises rapatriées de Dien Bien Phu s'installèrent dans les anciens corons d'une mine fermée. Ne ratez pas la visite de la mine, ni celle de la pagode avec son jardin peuplé de bouddhas et ses offices quotidiens auxquels on peut assister. Et pour se restaurer : Le Petit d'Asie, chez Caroline, une authentique Vietnamiennne qui sert une cuisine asiatique aussi généreuse que délicieuse.

A savoir

Nombreuses randonnées possibles, comme celle sur les chemins d'Issard.



Les superbes thermes de Bourbon-L'Archambault classés monument historique.