

Uriage-les-Bains

Détente

2026

Santé

Montbrun-les-Bains

Ostéoporose

Alpes

Ardèche

Mini-séjours

Endométriose

Allevard-les-Bains

Bien-être

Fibromyalgie

Thermalisme

St-Gervais Mont Blanc

Prévention

Ménopause

Affections respiratoires

Evian-les-Bains

Arthrose

Savoie

Pause

Drôme

Gynécologie

Dermatologie

Cures thermales

Soins

Isère

Pleine santé

Aix-les-Bains

Diabète

La Léchère-les-Bains

Phlébites

Neyrac-les-Bains

Stress

Affections psychosomatiques

Brides-les-Bains

Haute-Savoie

Troubles digestifs

Eau thermique
Mieux-être

Divonne-les-Bains

Remise en forme

Vals-les-Bains

Surpoids

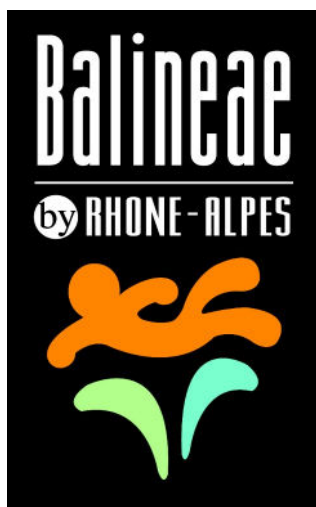
Week-end

Auvergne

Ain

St Laurent-les-Bains

Rhône-Alpes





S O M M A I R E

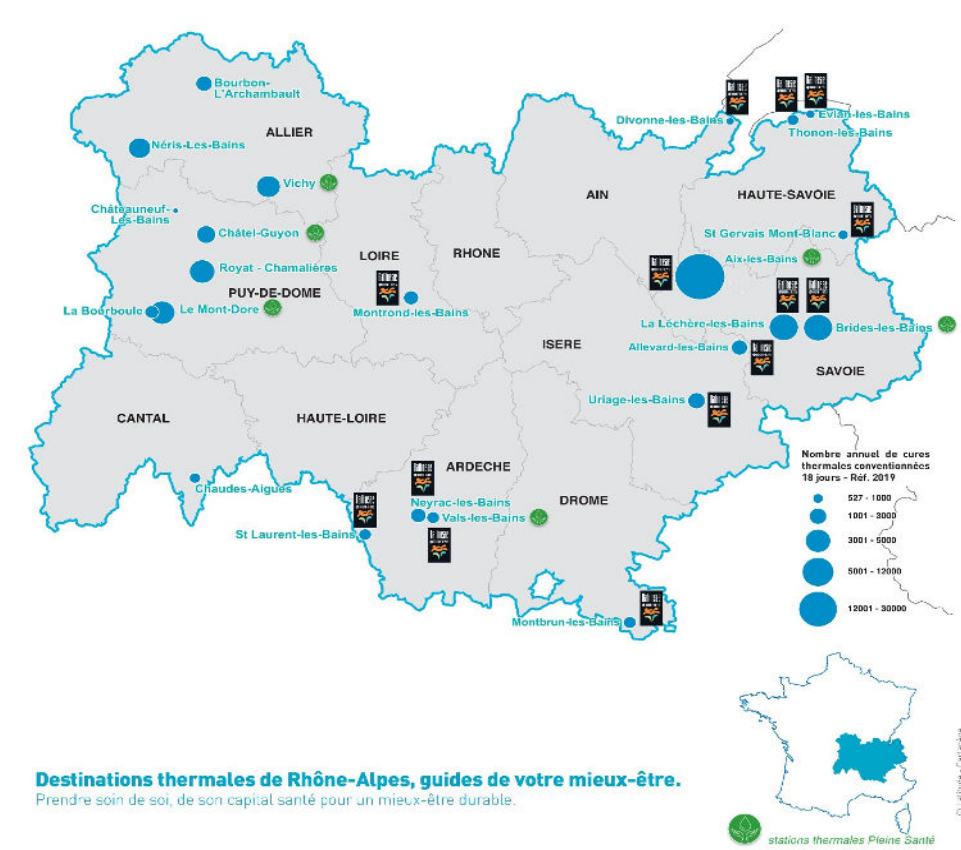
■ 2026	Page 3
■ Qui sommes nous ?	Page 4
■ Tous les Bienfaits de l'eau au cœur de notre territoire	Page 5
■ Nouveautés 2026 – Sélections Balneae by Rhône-Alpes Thermal :	
Thermes Aix-les-Bains Chevalley – SAVOIE	Page 6
Thermes Aix-les-Bains Marlioz & Les Bains des Alpes – SAVOIE	Page 7
Thermes Allevard-les-Bains – ISÈRE	Page 8
Thermes Brides-les-Bains & Grand Spa Thermal – SAVOIE	Page 9
Thermes Divonne-les-Bains – AIN	Page 10
Thermes Evian-les-Bains – HAUTE-SAVOIE	Page 11
Thermes La Léchère-les-Bains & Spa Ô des Lauzes – SAVOIE	Page 12
Thermes Montbrun-les-Bains – DRÔME	Page 13
Thermes Neyrac-les-Bains – ARDÈCHE	Page 14
Thermes Thonon-les-Bains – HAUTE-SAVOIE	Page 15
Thermes Vals-les-Bains – ARDÈCHE	Page 16
■ Indications thérapeutiques	Page 17
■ Station Thermale Pleine Santé : 6 stations engagées dès 2026	Page 18
■ Guide interactif de votre séjour thermal	Page 19

Destinations Santé, Prévention & Mieux-être thermal

Des massifs des Alpes aux coteaux de l'Ardèche méridionale, des collines de la Drôme provençale jusqu'à la Loire, les **15 destinations** thermales de Rhône-Alpes sont réparties sur **7 départements**, dont **3 Stations Thermales Pleine Santé**. Chaque année, l'expertise des équipes médicales et le savoir-faire des professionnels du soin permettent de faire émerger de nouvelles approches de la cure thermique, associant soins conventionnés, courts séjours libres et programmes de prévention dédiés au maintien du capital santé et à la remise en forme. Les stations thermales se préparent chaque année à accueillir près de **80 000 curistes**.

Dans cet écrin rhônalpin de mieux-être thermal, les établissements se distinguent par la modernité de leurs équipements, leur capacité d'adaptation aux besoins individuels et la qualité de leur accueil. Curistes et adeptes du bien-être bénéficient ainsi d'installations de dernière génération, pensées pour proposer des expériences thérapeutiques innovantes. L'atmosphère chaleureuse des stations crée un environnement propice à la détente, à la revitalisation et à l'inscription du thermalisme dans une démarche de mieux-être durable.

Rendez-vous avec le **Printemps Thermal 2026**... Découverte des soins thermaux, avec une offre spéciale qui sera diffusée à destination du public à partir d'avril 2026 (campagne digitales, affichages abri-bus réseau Région Auvergne-Rhône-Alpes). L'offre « 3 soins 33,00 € » permettra de faire découvrir 3 soins thermaux dans l'un des établissements thermaux participants pendant la période du **18 au 23 mai 2026**. Offres disponible sur <https://www.balineae.fr/sejours/>



Qui sommes nous ?



Balineae by Rhône-Alpes vous invite à découvrir les **15 destinations thermales** de son territoire singulier et le caractère unique de ses stations. Profitez des **ressources thermales** et d'un **environnement naturel exceptionnel** pour prendre soin de votre santé et entretenir votre mieux-être. Prenez le temps d'apprécier les bienfaits de nos destinations thermales lors d'une cure médicale, d'un court séjour de pleine santé ou d'une pause bien-être dans l'un de nos spas thermaux.

La **cure thermique** est l'occasion idéale de profiter pleinement des ressources de votre destination. Enrichissez votre programme de soins grâce à une éducation thérapeutique adaptée à votre pathologie, acquérez une meilleure connaissance de vos maux et apprenez à en réduire les effets pour améliorer votre quotidien.

L'**eau thermique** est une richesse naturelle, issue des profondeurs de la terre et soumise à des contrôles de qualité constants et rigoureux. Elle constitue une ressource essentielle pour la santé, et son environnement offre un cadre idéal pour la **prévention santé**.

Nos 15 destinations thermales vous offrent l'opportunité d'une pause dédiée à votre **capital santé**. Le temps d'un court séjour dans l'une des **3 premières stations*** de **Pleine Santé**, bénéficiez d'une approche conjuguant soins thermaux et activité physique, gestion du stress ou ateliers de nutrition. Nos établissements thermaux vous accompagnent pour retrouver votre vitalité, affiner votre silhouette, lutter contre le stress, arrêter de fumer, reprendre une activité physique ou améliorer votre respiration, tout en respectant les contraintes d'un emploi du temps chargé. Offrez-vous un moment de détente dans l'un de nos spas consacrés à la remise en forme : bains hydromassants, douches au jet, massages, séances d'aquabiking, soins esthétiques, jacuzzis, hammams, saunas... chacun trouvera la pause thermique qui lui convient. Faites plaisir à vos proches en leur offrant une parenthèse bien-être pour **écouter** leur corps et **prendre soin** d'eux.

Faites de cette pause santé et bien-être un moment d'exception. Bénéficiez du savoir-faire des équipes de soins des thermes et de l'environnement naturel remarquable de chacune de nos stations thermales, réparties dans sept départements : Ain, Ardèche, Drôme, Haute-Savoie, Isère, Loire et Savoie. Découvrez sur **www.Balineae.fr** les 15 destinations thermales et stations touristiques de Rhône-Alpes. Simplifiez l'organisation de votre séjour en préparant votre programme d'activités et de découvertes touristiques avec les offices de tourisme.

Découvrez notre **Carte dynamique** sur Balineae.fr, développée avec la collaboration des offices de tourisme, pour préparer votre séjour en sélectionnant les activités physiques et culturelles, les visites de nos patrimoines sans cesse réactualisées au cours des 4 saisons.

Suivez notre actualité tout au long de l'année et profitez des offres spéciales des «4 saisons thermales Balineae».

*Stations de Pleine Santé 2026 : Aix-les-Bains, Brides-les-Bains, Vals-les-Bains, et en Auvergne Châtel-Guyon, Le Mont Dore, Vichy



#TrinquonsàvotreSanté

Balineae® est une marque déposée par Rhône-Alpes Thermal



Tous les bienfaits de l'eau jaillissent au cœur de notre territoire

L'eau, 3 lettres pour votre mieux-être

Derrière la marque Balineae® ce ne sont pas moins de 15 destinations thermales qui vous invitent à venir puiser le mieux-être au cœur du territoire rhônalpin.

Reflet d'une offre sans cesse renouvelée, associant cures traditionnelles et thérapies récentes, la marque Balineae se veut la garante d'une santé protégée et d'un équilibre retrouvé.

Onze indications thérapeutiques pour répondre à l'ensemble des affections traitées par les eaux thermales, parmi lesquelles douleurs rhumatismales, problèmes dermatologiques, surpoids, diabète, phlébites, ou encore difficultés respiratoires.

Une large palette de séjours et de soins pour entretenir son capital santé, retrouver sa vitalité, arrêter de fumer, affiner sa silhouette, lutter contre le stress, faciliter la reprise d'activités physiques, apprendre à manger équilibré...

Entre bains hydromassants, douches au jet, modelages sous affusion, mais aussi enveloppements de boue ou massages du monde, partez à la découverte d'une tradition thermique en plein renouveau et laissez les ondes bienfaites et courants tonifiants vous porter et vous mener à l'essentiel : **votre mieux-être**.

Peaufinez votre séjour

Le temps d'une cure santé ou d'un séjour de remise en forme, et pour un retour aux sources pleinement réussi, profitez de votre temps libre pour inscrire la découverte de notre territoire au programme de vos journées.

Au delà de la qualité des eaux thermales et des soins prodigués, les richesses culturelles et touristiques de chaque station ou département sont autant d'attraits uniques venant s'ajouter aux atouts propres de chaque établissement thermal.

Curiosités locales et gastronomie, patrimoine naturel et culturel, traditions artisanales, activités physiques et de détente, escapades culturelles, ateliers nutritionnels... Ces compléments vous permettent de ressourcer corps et esprit !

Un environnement naturel exceptionnel et préservé s'offre à vous, des versants savoyards aux coteaux ardéchois, par un détour dans la Drôme provençale et la Loire. Chacun saura trouver parmi les 15 destinations thermales celle qui va le mieux au besoin du moment et votre envie, pour prendre ainsi soin de votre **capital santé et vivre mieux**.

Berceau du thermalisme

Qu'elles soient sulfurées, chlorurées ou sodiques, bicarbonatées, iodurées ou ferrugineuses, carbogazeuses, isotoniques, calciques ou magnésiennes, les **eaux thermales de Rhône-Alpes** se déclinent en mille et une vertus. Issue des profondeurs de la terre et bénéficiant de contrôles qualité constants, l'eau thermique est une richesse naturelle et un capital essentiel pour la santé et la vie.

Depuis des millénaires, le thermalisme ne cesse d'apporter les preuves de son efficacité thérapeutique.

Et chaque année dans nos stations thermales ce sont plus de 80 000 curistes qui viennent et reviennent en apprécier les bienfaits.

Le Thermalisme est une source de bienfaits accessibles à tous, favorisant le rétablissement de notre corps malade et l'entretien de notre capital santé.



#TrinquonsàvotreSanté

Balineae® est une marque déposée par Rhône-Alpes Thermal

Fédération Rhône-Alpes Thermal
BP 20332, 73100 Aix les Bains – France - Téléphone : 04 79 35 76 92 - Siret 341 242 121 00026
www.balineae.fr



Destination... Savoie

Thermes Chevalley Aix-les-Bains

Altitude station : Δ 240 m



L'Équilibre Parfait entre Santé et Évasion

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ SÉJOUR PLEINE SANTÉ – SANTÉ ACTIVE – 6 jours : 610,00 € hors hébergement



Les Thermes Chevalley font partie des 6 premières stations ayant intégré le concept **Station Thermale Pleine Santé 2026**, développé par la Fédération Thermale Auvergne-Rhône-Alpes. Le séjour répond aux critères exigés de la **Pleine Santé** :

2 soins thermaux quotidiens parmi :

- Séances Berthollaix (Vapeur d'eau thermale puis diffusion de jets d'eau thermale), massage sous pluie thermale, bain hydromassant, boue enveloppement, douche au jet, piscine hydromassage.

Ateliers :

- Séances : aquagym de 45' | Pilates de 45' | Détente en eau chaude de 45'

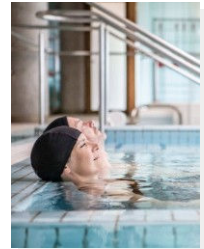
Détente :

- Massage drainant circulatoire de 30'
- Accès espace Aqua-Détente tous les jours de soins, soit 6 entrées

Bilan :

- 1 bilan éducatif individuel en début et fin de séjour, de 30'

Dates début sessions 2026 : 9 mars | 29 juin | 24 août 2026 (hors hébergement)



■ MINI-CURE ACTIV'SILHOUETTE – 6 jours : 590,00 € hors hébergement

Parce que retrouver une silhouette harmonieuse est aussi compatible avec une parenthèse bien-être. Valvital a imaginé la mini-cure Activ'Silhouette de 6 jours. Grâce à un travail musculaire profond et à des ateliers nutrition, cette mini-cure permet d'initier un changement durable et complet sur ses habitudes du quotidien. A la clé, confiance, forme et tonicité !

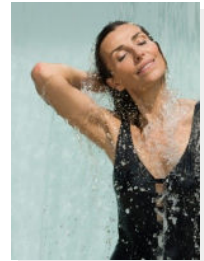
4 à 5 soins thermaux quotidiens pour drainer et stimuler l'ensemble du corps :

- Gommage complet
- Douche au jet tonifiante
- Parcours de marche en eau froide
- Bains d'hydromassage
- Massages vasculaires
- Séances de pressothérapie
- Modelages sous eau thermale

Accès quotidien à l'Espace Aqua-détente (jets, sauna, hammam, solarium)

Bilans et ateliers nutrition pour un accompagnement personnalisé et une efficacité optimale.

Dates début sessions 2026 : 13 avril | 18 mai | 9 novembre 2026



■ MINI-CURE SÉRÉNITÉ MÉNopause – 5 jours : 390,00 € hors hébergement

La ménopause est une étape clé. Pendant 5 jours, un programme de soins thermaux permet de Retrouver équilibre, sérénité et bien-être.

3 à 4 soins thermaux quotidiens :

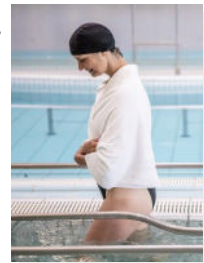
- 3 séances Berthollaix (Vapeur d'eau thermale puis diffusion de jets d'eau thermale), 2 boue & Hydro, 2 douches sous affusion, 3 bains, 5 Kneippthérapie, 1 massage drainant circulatoire de 30')

Programme 5 jours :

- Jour 1 : Bilan éducatif
- Jour 2 : Cohérence cardiaque
- Jour 3 : 1 séance Alimentation
- Jour 4 : Renforcement et assouplissement musculaire
- Jour 5 : Méditation guidée (organes / émotions)

Accès : 5 entrées à l'Espace Aqua-détente (jets, sauna, hammam, solarium)

Dates début sessions 2026 : 6 avril | 11 mai | 2 novembre 2026



VALVITAL - CAP SUR LA RECHERCHE

Afin de proposer de nouvelles orientations médicales dans ses établissements, ValVital continue de mener des études cliniques sur les qualités thérapeutiques des eaux thermales.

Quatre études sont en cours, chacune d'entre elles pourra démontrer l'efficacité à 6 mois d'un traitement à base d'Eau Minérale Naturelle sur une pathologie prédéfinie parmi les 12 orientations thérapeutiques couvertes par le thermalisme (Rhumatologie, Affections respiratoires, Phlébologie, Affections digestives...)

OUVERTURES :

Cures thermales : 2 février au 12 décembre 2026

Spa thermal – Espace Aqua-détente : 24 janvier 2026 au 3 janvier 2027

Coordonnées Direction :
Julien BOURGEOIS – Directeur
Tél. : 04 79 35 38 50
www.valvital.fr

Contact Presse : Agence Le Büro
Camille TOMASI – 06 59 43 55 20
camille@leburo-rp.com



THERMES
DOMAINE DE MARLIOZ
AIX-LES-BAINS

Destination... Savoie
Thermes Marlioz Aix-les-Bains
Altitude station : Δ 240 m



Une Parenthèse de Bien-Être au Cœur de la Nature...

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ SEJOUR ÉVASION PLEINE SANTÉ - 6 jours : 472,00 € hors hébergement

Les Thermes Marlioz font partie des 6 premières stations ayant intégré le concept **Station Thermale Pleine Santé 2026**, développé par la Fédération Thermale Auvergne-Rhône-Alpes. Le séjour répond aux critères exigés de la **Pleine Santé** :

Soins thermaux - 2 soins quotidiens :

- Bain nasal, irrigation nasale, douche pré-laryngée, gargarisme, pulvérisation, aérosol.

Activités :

- Gestion du stress : 1 séance de relaxation sonore, 1 séance de Yin Yoga
- Nutrition : 1 cours d'équilibre alimentaire
- Activité physique : accès au parcours santé avec vidéo coaching

Accès au spa « Les Bains des Alpes » : détente quotidienne à l'Espace aqua-ludique durant le séjour.

Suivi : un questionnaire avant séjour et bilan. Suivi à 3 mois, 9 mois.

Accès 2026 : toute la saison 2026 (hors hébergement)



■ SÉJOUR PLEINE SANTÉ - 6 jours & 6 nuits PDJ : 940,00 €

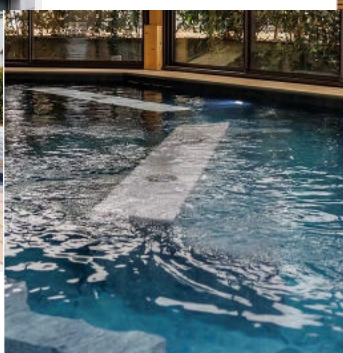
- Forfait Évasion Pleine Santé 6 jours
- Forfait 6 nuits avec petits déjeuners à l'hôtel Mercure du Domaine Marlioz

■ NOUVEAU SPA : « LES BAINS DES ALPES »

Le Domaine de Marlioz propose un nouveau spa, complètement transformé, ouvert depuis le 1^{er} juillet 2025.

Grand bassin intérieur ludique avec plus de 30 activités, sauna, bassin extérieur chauffé à 36°, hammam, tisanderie, espace détente, et 5 cabines de soins Nuxe dont 2 Duos, 16 cabines de balnéothérapie dont 2 Duos.

Ce nouveau bassin, tourné vers la nature, est un véritable écrin de sérénité avec une vue imprenable sur le Parc du Domaine de Marlioz et la Dent du Chat. Unique à Aix-les-Bains, ce bassin vous invite à un moment de bien-être dans une eau chaude à 30°. Chaque détail a été pensé pour apaiser les sens et créer une harmonie entre le corps et l'esprit. Chaque instant dans le spa « Les Bains des Alpes » invite à la détente et à l'évasion.



OUVERTURES :

Cures thermales : 9 février au 6 décembre 2026

Spa Les Bains des Alpes : ouvert toute l'année – Fermé : 5/9 janvier 2026

Coordonnées Direction et contact Presse :

Florian HUGONET 06 27 36 31 22

florian.hugonet@accor.com

Domaine de Marlioz www.domainedemarlioz.com

Spa Les Bains des Alpes www.lesbainsdesalpes.com/



Respirer, se ressourcer et se régénérer au cœur du massif Alpin, Belledonne

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ OUVERTURE DE LA VILLA DES ALPES****

Située au cœur du parc thermal d'Allevard-les-Bains, La Villa des Alpes, nouvel établissement hôtelier, ouvrira ses portes au printemps 2026. Face aux thermes, elle offrira un cadre apaisant, idéal pour prolonger les bienfaits d'un séjour thermal ou d'une parenthèse nature.

C'est ici, à Allevard, qu'est née l'application Respirelax, reconnue pour ses effets sur la cohérence cardiaque, ainsi que sur la gestion du stress et de la douleur.

Fidèle à cet ancrage, la Villa des Alpes proposera également des mini-cures dédiées à la respiration et au bien-être.

Entre montagne et verdure, elle incarne l'esprit d'un lieu à taille humaine, tourné vers l'équilibre, le soin et la reconnexion à soi.

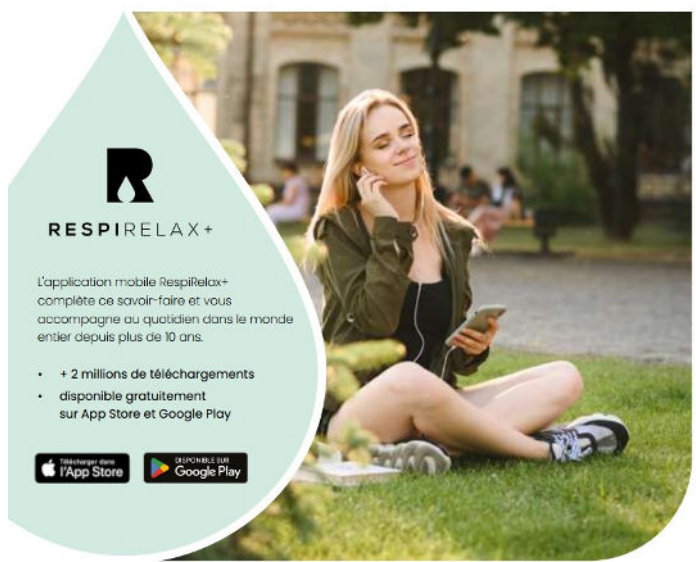
L'ancien hôtel du Parc, totalement rénové, renaît sous le nom de La Villa des Alpes et compte **50 chambres et duplex**, catégorie **4***, comprenant restaurant/bar, terrasses, salon de réunion/conférences, ainsi qu'un **espace bain nordique** privatif.

Le projet profite d'un soutien de la Région Auvergne Rhône-Alpes.

■ RESPIRELAX – COHÉRENCE CARDIAQUE

L'application mobile RespiRelax+ complète le savoir-faire des Thermes d'Allevard-les-Bains et vous accompagne au quotidien dans le monde entier depuis plus de 10 ans.

- + 2 millions de téléchargements
- disponible gratuitement sur App Store et Google Play



R
RESPIRELAX+

L'application mobile RespiRelax+ complète ce savoir-faire et vous accompagne au quotidien dans le monde entier depuis plus de 10 ans.

- + 2 millions de téléchargements
- disponible gratuitement sur App Store et Google Play




OUVERTURES :

Cures thermales : 30 mars au 24 octobre 2026

Grand Spa thermal : 30 mars au 24 octobre 2026

Coordonnées :

Directrice Générale : Laura LANDRY
www.thermes-brideslesbains.fr

Contact Presse : Shadow Communication

Aurélié VINZENTI : 06 58 66 80 49
aurelievinzent@shadowcommunication.fr



L'Expertise Thermale au Service de la Santé et de la Minceur

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ SÉJOUR DÉCLIC - 6 jours : 840,00 € hors hébergement



Les Thermes de Brides-les-Bains font partie des 6 premières stations ayant intégré le concept **Station Thermale Pleine Santé 2026**, développé par la Fédération Thermale Auvergne-Rhône-Alpes. Le séjour répond aux critères exigés de la **Pleine Santé** :

Reconnus pour leur efficacité dans la prise en charge du surpoids/obésité et troubles métaboliques en milieu thermal, c'est tout naturellement que les Thermes de Brides-les-Bains créent un programme spécifique pour la minceur. Il s'agira d'un séjour organisé au Grand Spa Thermal et intégrera un programme complet de soins et d'ateliers.

Pendant 6 jours, des professionnels se relaient pour apporter des réponses et procurer des soins dédiés. Ce séjour réunit tous les ingrédients pour provoquer le déclic minceur : cure de boisson à l'eau thermale de Brides, soins thermaux ciblés, entretiens et ateliers nutritionnels, sans oublier l'activité physique tonifiante.

+ de 32 activités :

- Entretien avec le diététicien en début de séjour, un bilan à la fin avec des conseils personnalisés pour le retour à la maison
- Soins thermaux, cure de boisson
- Autres soins corps
- Atelier nutritionnel; conférences nutritionnelles, démonstration de cuisine
- Activité physique (séances d'aquaforme et cours à l'espace d'activité physique)

Période : toute la saison 2026

■ MINI CURE POUR LES 18-25 ANS – UN PAS VERS L'ÉQUILIBRE – 5 jours : 520,00 € hors hébergement

Pour changer ses habitudes et préparer son retour à la maison :

Mini-cure de 5 jours pour s'accorder au rythme de vie des 18-25 ans, elle associe 4 soins thermaux journaliers, 5 séances dédiées à l'activité physique, 2 entretiens individuels avec une diététicienne, 3 ateliers pratiques (cuisine rapide pour le soir, liens entre émotions, sensations et alimentation, organisation des repas au quotidien, suivi postcure en digital)

L'objectif : amorcer des changements dans son mode de vie pour améliorer sa santé et si besoin son poids.

■ LA MINCEUR AU FIL DES SAISONS – Livre collection Le Verre et l'Assiette : 36,00 €

Parce que le poids est une affaire de santé qui concerne chacun, qu'on peut concilier minceur et gourmandise, le centre nutritionnel des Thermes de Brides-les-Bains propose 50 recettes appétissantes (4 menus de 3 plats chacun pour chacune des saisons) et accessibles, même aux novices, vivant seul, en couple ou en famille.

Parmi les questions abordées au fil des saisons dans ce livre, au printemps : manger sans gluten est-il bon pour la santé ? Un footing chaque soir compense-t-il une journée assise ? Comment faire apprécier les légumes à ceux qui ne les aiment pas ? En été : comment bien s'hydrater ? Que penser des jus végétaux ? Boire du jus de fruit et manger un fruit se valent-ils ? Comment équilibrer un pique-nique ? En automne : et si l'on variait les féculents ? Comment gérer les repas à l'extérieur ? Les légumes secs peuvent-ils remplacer la viande ? Le miel est-il préférable au sucre ? Et en hiver : peut-on manger du pain à chaque repas ? Manger plus en hiver ? Comment alléger une raclette ? Faut-il supprimer les produits laitiers en cas d'intolérance au lactose ? Boire du café et du thé est-il bon pour la santé ? Comment préparer les fêtes ?

Auteur, Sandy PLAS | **Auteure & Recettes, Nathalie NÉGRE** | Stylisme culinaire, Mélanie MARTIN | Photographie, Nicolas LOBBESTAËL

Livre Éditions Glénat France - Disponible en librairie



OUVERTURES :

Cures thermales : 23 mars au 31 octobre 2026

Grand Spa thermal : 23 mars au 31 octobre 2026

Coordonnées :
Directrice Générale : Laura LANDRY
www.thermes-brideslesbains.fr

Contact Presse : Shadow Communication
Aurélien VINZENTI : 06 58 66 80 49
aurelievinzenti@shadowcommunication.fr



Repandre le fil de l'eau et sublimer le bien-être thermal

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ NOUVEAU PROJET 2030 – LE CENTRE THERMAL SUBLIM - Budget 34 M€

La municipalité de Divonne-les-Bains a officialisé, le 12 mai 2025, un projet structurant à la suite de l'intérêt manifesté par plusieurs opérateurs pour les Thermes et l'actuel bâtiment de l'Hôtel de Ville. Le projet porté par Linkcity a été retenu pour son ambition, sa cohérence globale et sa volonté d'acquérir l'ensemble du foncier afin de développer un véritable pôle touristique et thermal d'envergure.

Vincent Scattolin, Maire de Divonne-les-Bains, précise : « Cette volonté est très claire : relancer les cures, développer un spa thermal haut de gamme, créer un véritable quartier thermal avec un écosystème médical, tout en préservant nos finances, notre environnement et en conservant la propriété de notre eau thermale. »

Un avenant a été voté en Conseil municipal afin de prolonger l'accord jusqu'au 30 juin 2026.

Le projet de Linkcity se distingue par une attention particulière portée à la ressource, qu'elle soit bâtie (les thermes existants) ou naturelle (la rivière de la Divonne et le parc). L'approche privilégie la lecture fine du site et la limitation de la consommation d'espace, au profit d'une mise en valeur du bâti et d'une véritable scénographie paysagère autour de la rivière.

L'ensemble du programme s'inscrit dans une démarche environnementale ambitieuse, avec un engagement vers l'obtention du label BiodiverCity, garantissant l'intégration de la biodiversité à toutes les étapes de conception et d'exploitation du projet.

La réutilisation de la structure existante permet de prolonger l'histoire du lieu, de limiter l'usage de matériaux neufs et de préserver les espaces verts environnants.

Sur plus de **3 500 m²**, le rez-de-chaussée et le premier étage accueilleront les thermes, le spa thermal, un café-restaurant ainsi que les espaces collectifs de l'hôtel (lobby, salon et salles de réunion). Le deuxième étage, en retrait, accueillera une soixantaine de chambres d'hôtel, chacune dotée d'une loggia. Un vaste rooftop viendra compléter l'ensemble avec un restaurant gastronomique de 80 couverts, des potagers et un bassin d'eau en plein air, offrant une vue dégagée sur le Jura :

PROJET PREMIUM

- Centre thermal de 1 800 m² SDP
- Spa thermal de 2 100 m² SDP, avec équipements extérieurs en Rooftop
- Espace fitness
- Hôtel 5* de 62 chambres et suites
- Offre restauration associée (restaurant haut de gamme en rooftop de 80 couverts)
- Pour un total de 8 250 m² SDP.

PARTIS PRIS ARCHITECTURAL DU PROJET nommé « SUBLIM » – Thermes | Spa | Hôtel | Restaurant

- Préserver l'héritage & l'environnement
- Sublimer le patrimoine & le paysage
- Bâtir en harmonie avec l'identité divonnaise
- Épouser le paysage Jurassien

PROJET OUVERTURES : 2030

Coordonnées Linkcity
Jean-Baptiste TOURSEL
Directeur Développement Arc Alpin
06 66 08 28 52 - j.toursel@linkcity.com





Une expérience thermique sur les bords du Léman

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ LE SOIN SIGNATURE « EVIAN CORPS » - 60' : 110,00 €

Massage inspiré de notre élément fondateur : l'eau. Il recrée les mouvements de l'eau sur le corps telle une vague qui vous enveloppe et dénoue avec force les tensions. Il active la micro circulation avec son effet chaud froid inédit. Invitation au lâcher-prise.

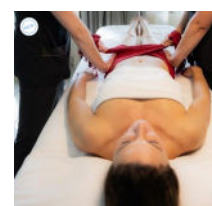
Période : toute la saison 2026



■ RITUEL REBOZO à 4 mains – 120' : 220,00 €

Vous vivez une étape de votre vie, une épreuve, un changement d'état ou vous souhaitez vous ressourcer, vous recentrer ? Ce soin est un rituel de passage d'un état à un autre, telle une chrysalide. Posez votre intention, recevez un massage enveloppant et relaxant à 4 mains, détendez votre corps dans un bain chaud à l'eau minérale naturelle evian à 37°C puis recevez un serrage du corps au rebozo, tissu qui vient envelopper et enserrer votre corps pour mieux se retrouver, se définir et s'ouvrir au renouveau.

Période : toute la saison 2026



■ CONCEPT des Thermes Evian :

Les Thermes evian® proposent des cures thermales, médicalisées ou non, mais aussi des soins et activités dédiés au bien-être et à la beauté. Les espaces Aqua, Wellness et Fitness permettent de suivre un programme régénérant, relaxant ou tonifiant adapté aux envies et aux besoins de chacun.

- Régénérer
- Relaxer
- Tonifier

3 espaces dédiés :

- **L'ESPACE AQUA POUR SE REGENERER** : Un espace confortable et chaleureux avec des équipements de dernière génération. Les protocoles de cures et de soins thermaux sont réalisés en adéquation avec le concept de « santé par l'eau » qui met en valeur les vertus reconnues de l'eau minérale evian® et permet de reconstituer ses cellules. 700 m² / 26 cabines de soins / 1 piscine thermique
- **L'ESPACE WELLNESS POUR SE RELAXER** : baigné de lumière naturelle, l'espace est entièrement dédié aux soins esthétiques et aux massages. Les praticiennes proposent des massages poly-sensoriels favorisant la relaxation et la décontraction musculaire. Le Spa a choisi comme marques partenaires : DERM ACTE et MATIS. 380 m² / 8 cabines de soins en lumière naturelle dont une cabine double / 1 appareil de cryothérapie / 2 hammams / 1 sauna
- **L'ESPACE FITNESS POUR SE TONIFIER** : vue sur le lac Léman et sur le parc, la salle de sport propose une palette de cours adaptés à tous les niveaux pour se dépenser et un espace cardio & musculation pour se tonifier. Un diagnostic est établi par des coachs sportifs. 360 m² / 3 salles / 1 piscine ludique.

OUVERTURES :

Cures thermales : 12 janvier au 19 décembre 2026

Spa thermal – soins eau minérale : 5 janvier au 19 décembre 2026

Coordonnées Direction :
Directeur Exploitation : Stéphane BUGNON
Tél. : 04 50 75 02 30
www.lesthermesevian.com

Contact Presse :
Vanessa MONSON
Tél. : 06 62 61 31 40
Vanessa.monson@evianresort.com



Destination... Savoie

Thermes La Léchère-les-Bains - Spa Ô des Lauzes

Altitude station : Δ 440 m



Un écrin de sérénité dans la vallée de la Tarentaise

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balnéaires by Rhône-Alpes :

■ CURES 18 JOURS LYMPHOEDEME - Initiation pose bandage :

Dans le cadre de la cure spéciale Lymphœdème, les Thermes proposent cette année un atelier d'initiation à la pose de bandage réducteur, afin de compléter les effets de la cure.

Tarif Bandage bras : 5,00 € la séance

Tarif Bandage jambe : 8,00 € la séance

Accès 2026 : toute la saison 2026



Nouveauté 2026

■ MINI-CURE MOBILITÉ – 6 jours – 24 soins : 305,00 € hors hébergement

Pas de place dans votre agenda pour une cure complète ? Offrez-vous une mini-cure 6 jours et profitez des bienfaits de l'eau thermale et du savoir-faire des équipes pour soulager vos douleurs et gagnez en mobilité.

4 soins thermaux parmi :

- Bain nasal, irrigation nasale, douche pré-laryngée, gargarisme, pulvérisation, aérosol.
- Thalaform hydromassant
- Aérobain
- Douche pénétrante massante
- Douche au jet
- Application d'argile thermale*
- Couloir de marche
- Douche sous immersion en piscine
- Mobilisation en piscine



Accès 2026 : toute la saison 2026

■ SOIN VULCANO – Laissez-vous envelopper par ce soin d'argile thermale nouvelle génération !

Unique en Auvergne-Rhône-Alpes et 1er spa de France à le proposer. Ce lit ergonomique innovant a été conçu pour offrir un soin de boue liquide confortable, accessible aux personnes à mobilité réduite et respectueux de l'environnement. La boue se mêle à l'eau thermale de La Léchère-les-Bains pour permettre une douche douce et homogène sur tout le corps, capable de soulager les tensions, revitaliser la peau et offrir un moment de relaxation profonde.

Soin au Spa Ô des Lauzes

Tarif : 30,00 €

■ SOIN HYDROMEL – vivez une expérience sensorielle unique, dans un cocon de douceur...

Ce soin d'enveloppement sur lit à eau devient un voyage intérieur où le corps se relâche et l'esprit s'évade. Dès les premières minutes, Hydromel enveloppe le corps dans une sensation de chaleur et de sécurité. Les soins prennent une nouvelle dimension, les actifs pénètrent aisément, les textures glissent avec fluidité et chaque geste devient un rituel. Le résultat ? Une peau rayonnante, un esprit léger.

Soin au Spa Ô des Lauzes

Tarif : 60,00 €

■ OFFRE INITIATION – ACCOMPAGNANTS CURISTES

Le temps d'une demi-journée, pénétrez dans l'univers de la cure thermale et découvrez 4 soins thermaux de votre choix. Inclus un accès Spa de 2h00 à l'espace thermal (sur présentation du planning des thermes, du lundi au vendredi).

Soin au Spa Ô des Lauzes

Tarif : 50,00 €

OUVERTURES :

Cures thermales : 23 mars au 17 octobre 2026

Spa thermal Ô des Lauzes : ouvert toute l'année

www.lalecherelesbains.com

Coordonnées Direction

Carole RECOUVREUR, Directrice

Tél. : 04 79 22 60 30

thermes@lalecherelesbains.com



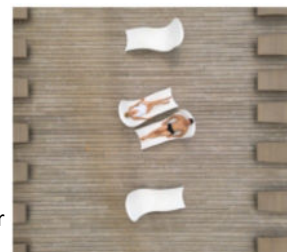
Un havre provençal entre lavande et bien-être

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ AGRANDISSEMENT Travaux 2025 -2027 – Nouveau SPA thermal :

Investissement de **6,5 M€**

Niché dans l'un des Plus Beaux Villages de France, le centre thermal fait peau neuve pour faire face à une demande croissante tant pour les cures médicales que les activités de bien-être. **L'extension** envisagée portera la surface du complexe ouverte au public à **2500 m² de surface totale en 2028**, contre 1650m² aujourd'hui. D'un montant **global de 8 millions d'euros**, les travaux d'agrandissement consistent à créer un Spa Thermal autonome et à réaliser des aménagements dans l'établissement thermal médical. Par le biais de l'extension et d'une amplitude d'ouverture à la journée, la capacité d'accueil du complexe sera doublée. Il est attendu une progression de +30% de l'activité bien-être et un **objectif de 4 000 curistes** médicalisés par an dans le cadre des cures en rhumatologie et voies respiratoires. Ce projet d'agrandissement dont la livraison est prévue en 2028 permettra de conforter Montbrun-les-Bains comme une destination « Bien-être et santé ».



■ MINI-CURE DU SPORTIF – 2 jours : 195,00 € hors hébergement

2 jours de soins thermaux pensés pour une préparation ou une récupération sportive complète. Adressé aux sportifs de tout niveau, ce programme permet de revitaliser pleinement le corps, détendre les muscles, soulager les douleurs articulaires et booster la circulation sanguine.

3 à 4 soins thermaux quotidiens sont au programme :

Jour 1 :

- Un soin Berthollaix® (étuve locale), véritable soin antalgique grâce à la vapeur et à la diffusion de jets d'eau thermale à 38°, ou un bain à hydrojets propulsés en direction des zones du rachis, des membres inférieurs et supérieurs
- Un massage musculaire du dos ou des jambes de 40' pour libérer les tensions
- Une immersion en piscine d'hydromassage de 20'
- Un parcours de marche ou une séance de kneippthérapie pour revigorer son corps

Jour 2 :

- Un enveloppement de boue purifiant et nourrissant
- Une douche à jets énergisante
- Un rituel « Jambes légères » : compresses d'eau thermale, massage drainant circulatoire de 30' et application du gel spécial jambes légères de 40'



VALVITAL - CAP SUR LA RECHERCHE

Afin de proposer de nouvelles orientations médicales dans ses établissements, ValVital continue de mener des études cliniques sur les qualités thérapeutiques des eaux thermales.

Quatre études sont en cours, chacune d'entre elles pourra démontrer l'efficacité à 6 mois d'un traitement à base d'Eau Minérale Naturelle sur une pathologie prédéfinie parmi les 12 orientations thérapeutiques couvertes par le thermalisme (Rhumatologie, Affections respiratoires, Phlébologie, Affections digestives...)

OUVERTURES :

Cures thermales : 2 mars au 5 décembre 2026

Spa thermal : 2 mars au 5 décembre 2026

Coordonnées Direction : Julie HUET ARNOUX
julie.arnoux@valvital.fr
Tél. : 04 75 28 88 61
www.valvital.fr

Contact Presse : Agence Le Büro
Camille TOMASI – 06 59 43 55 20
camille@leburo-rp.com



Destination... Savoie

Thermes Neyrac-les-Bains

Altitude station : Δ 390 m



Le bien-être thermal au cœur de l'Ardèche volcanique

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balnéaires by Rhône-Alpes :

■ AGREMENT EN PHLÉBOLOGIE :

Les Thermes de Neyrac-les-Bains ont franchi une étape décisive dans leur projet d'acquisition de l'agrément thérapeutique en phlébologie. L'étude médicale a été finalisée en 2025. Les curistes devront encore patienter avant de bénéficier de cette nouvelle orientation, le temps que les démarches administratives et médicales aboutissent. Cette future spécialisation s'appuie sur une expertise déjà éprouvée, avec des équipements en place dédiés au retour veineux : bassins Kneipp, couloir de marche tonifiant, pédiluve apaisant, pratique des compresses d'eau froide.

■ SEMAINE DÉCOUVERTE THERMALE – 5 jours – 20 soins : 285,00 € hors hébergement

Les Thermes créent les Semaines Thermales, adaptée aux agendas bien remplis :

Soins :

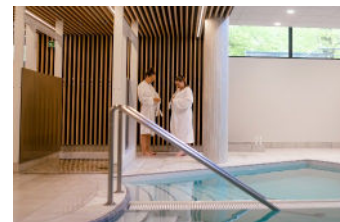
- 5 séances de cataplasmes
- 5 douches générales
- 5 douches au jet
- 5 douches pénétrantes ou 5 boues locales

Accès :

Parcours du spa « **Les Bains de Neyrac** » : piscine thermique à 32°, sauna à 90°, couloir de marche froid, cols de cygne, jacuzzi, vaporarium, bains froids à 17°, bains chauds à 38°.

Forfait avec hébergement :

Semaine Découverte & hébergement à la Résidence des Thermes** : **565,00 €**



■ CURE POST CANCER DU SEIN – 5 jours – 17 soins, 4 activités, 1 conférence : 417,00 € Hors hébergement

Je prends soin de moi après mon cancer :

Soins :

- 5 séances de cataplasmes
- 5 douches générales
- 5 compresses
- 1 conférence sur le stress
- 1 séance de yoga
- 1 cours de cuisine aux Thermes de Vals-les-Bains
- 1 séance de Pilates
- 1 atelier d'auto-massages
- 1 soin du visage
- 1 drainage lymphatique

Accès quotidiens :

Parcours du spa « **Les Bains de Neyrac** » : piscine thermique à 32°, sauna à 90°, couloir de marche froid, cols de cygne, jacuzzi, vaporarium, bains froids à 17°, bains chauds à 38°.

Forfait avec hébergement :

Cure & hébergement à la Résidence des Thermes** : **707,00 €**

■ SÉJOUR « MATIN BLANC » - 6 jours | 5 nuits au Spa thermal Les Bains de Neyrac : 820,00 €

Soins :

- 6 bains bouillonnants
- 6 douches thermales
- 6 enveloppements de limon thermal
- 3 massages sous eau thermique
- 3 massages Californiens de 30'
- 1 soin du visage Happy Face de 30'
- 1 massage du cuir chevelu et visage

Accès :

Parcours du spa « **Les Bains de Neyrac** » : piscine thermique à 32°, sauna à 90°, couloir de marche froid, cols de cygne, jacuzzi, vaporarium, bains froids à 17°, bains chauds à 38°.

Hébergement :

6 nuits à la Résidence du Spa***



OUVERTURES :

Cures thermales : 30 mars au 14 novembre 2026

Spa « **Les Bains de Neyrac** » : 30 mars au 14 novembre 2026

CONTACT THERMES :

Emilie BERTRAND – Responsable Marketing & Communication

Tél. : 04 75 37 46 68

emilie.bertrand@thermesdevals

www.thermesdeneyrac.com



Se ressourcer sur les bords du Léman, au pied des Alpes

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ MINI-CURE TONICITÉ DOS – 6 jours : 420,00 € hors hébergement

Lombalgie, raideurs, douleurs dorsales ou vertébrales ? Valvital Thonon a imaginé cette mini-cure pour répondre à ces maux. Composée de soins thermaux, d'activités physiques et d'un accès quotidien à l'espace Aqua-détente. Cette mini-cure offrira détente et relaxation du dos.

■ MINI-CURES THERMALES – 6 ou 12 jours :

L'agenda ne permet pas toujours de se libérer 18 jours pour une cure thermale. Profitez d'une mini-cure 6 ou 12 jours pour découvrir les bienfaits des soins thermaux, ou prolonger les effets d'une cure 18 jours :

- Rhumatologie
- Affections digestives et maladies métaboliques
- Affections urinaires

Sans prescription médicale. *Une attestation personnelle à signer vous sera remise à votre arrivée

Tarifs :

315,00 €/6 jours hors hébergement

630,00 €/12 jours hors hébergement

■ DÉCOUVERTE THERMALE – Demi journée : 45,00 €

Une demi-journée pour découvrir l'univers du thermalisme à travers 3 soins thermaux. Il pourra agrémenter l'expérience d'une entrée à l'espace Aqua-détente (bassins, sauna, hammam).

Tarifs :

45,00 €/Forfait 3 soins

59,00 €/Forfait 3 soins + 1 entrée Aqua-détente



VALVITAL - CAP SUR LA RECHERCHE

Afin de proposer de nouvelles orientations médicales dans ses établissements, Valvital continue de mener des études cliniques sur les qualités thérapeutiques des eaux thermales.

Quatre études sont en cours, chacune d'entre elles pourra démontrer l'efficacité à 6 mois d'un traitement à base d'Eau Minérale Naturelle sur une pathologie prédéfinie parmi les 12 orientations thérapeutiques couvertes par le thermalisme (Rhumatologie, Affections respiratoires, Phlébologie, Affections digestives...)

OUVERTURES :

Cures thermales : 2 mars au 5 décembre 2026

Spa thermal : 2 mars au 5 décembre 2026

Coordonnées Direction : Michel Essevaz
michel.essevaz@valvital.fr
www.valvital.fr

Contact Presse : Agence Le Büro
Camille TOMASI – 06 59 43 55 20
camille@leburo-rp.com



Pétillante et authentique au cœur des volcans d'Ardèche

NOUVEAUTÉS 2026 – Sélections Balineae by Rhône-Alpes :

■ SÉJOUR PLEINE SANTÉ – 6 jours : 588,00 € sans hébergement

Les Thermes de Vals-les-Bains font partie des 6 premières stations ayant intégré le concept **Station Thermale Pleine Santé 2026**, développé par la Fédération Thermale Auvergne-Rhône-Alpes. Le séjour répond aux critères exigés de la **Pleine Santé** :

2 soins thermaux quotidiens, du lundi au samedi :

- Lundi : Cataplasme 20/25' et douche au jet
- Mardi : Piscine de mobilisation et douche forte pression 25'
- Mercredi : Cataplasme 20/25' et douche pénétrante 5'
- Jeudi : Douche au jet 3' et compresse 8'
- Vendredi : Piscine de mobilisation et douche forte pression 25'
- Samedi : Cataplasme 20/25' et compresse 8'

Activités complémentaires :

- **Activités physiques** encadrées, avec accès à la salle d'activité physique et séances de marche nordique, Qi Gong et piscine thermale
- **Programme gestion du stress**, incluant shiatsu, ateliers de relaxation et accompagnement psychologique
- **Ateliers nutritionnels**, avec cours de cuisine et conseils personnalisés avec diététicienne
- **Accès aux espaces thermaux et aquatiques**, dont le Spa thermal Sequoia Redwood pour des moments de détente sensorielle.

■ SEMAINE THERMALE ADO – 6 jours – 20 soins : 396,00 € sans hébergement

La sédentarité et la malbouffe sont le fléau des jeunes. L'activité physique et la diététique sont les piliers de ce séjour organisé avec des thérapeutes spécialisés. La surcharge pondérale doit être prise en charge au plus tôt chez les enfants :

Soins :

- 6 douches au jet
- 6 douches pénétrantes
- 6 douches générales
- 6 cataplasmes

Bien-être :

- 1 séance de shiatsu
- 1 consultation avec le psychologue

Diététique :

- 1 atelier « Lecture des étiquettes »
- 1 cours de cuisine parents/ados
- 1 consultation

Activité physique adaptée :

- 1 accompagnement avec l'éducateur sportif
- Accès à la salle de sport
- 1 séance aquabike/semaine

Les parents accompagnent et peuvent profiter des tarifs accompagnants sur les activités.

Un certificat médical du médecin traitant de non contre indication aux soins proposés

■ SÉJOUR FORÊT D'ARDÈCHE – 3 jours : 450,00 € sans hébergement

Séjour au spa thermal du Séquoia Redwood :

Jour 1 :

- Douche au jet 15'
- Gommage végétal 20'
- Enveloppement sensoriel 20'
- Massage plantaire 30'

Jour 2 :

- Douche hydromassante sensorielle 20'
- Enveloppement sensoriel 20'
- Massage Californien 60'

Jour 3 :

- Bain bouillonnant 20'
- & Massage du cuir chevelu 5'
- Massage Californien 30'
- Soin visage 30'
- Entrée Journée au parcours sensoriel « Les Bassins du Séquoia/jour

OUVERTURES :

Cures thermales : 16 mars au 12 décembre 2026

Spa « Sequoia Redwood » : 14 février 2026 au 3 janvier 2027

CONTACT THERMES :

Emilie BERTRAND – Responsable Marketing & Communication

Tél. : 04 75 37 46 68

emilie.bertrand@thermesdevals

www.thermesdeneyrac.com

Indications thérapeutiques...



Les 15 établissements thermaux rhônalpins couvrent collectivement l'ensemble des affections traitées par les eaux thermales.

Les études scientifiques menées par l'AFRETH contribuent à la légitimité des cures thermales en démontrant leur efficacité. De nombreux centres thermaux de la région sont d'ailleurs engagés, par leur expertise et leur savoir-faire, dans les travaux de recherche.

- **Etude Educatherm** : en août 2019, la conclusion de l'étude Educatherm **montre des effets positifs** de la cure thermique sur le poids, l'activité physique, l'alimentation et le bien-être psychologique et physique, renforcés et pérennisés par le programme d'éducation thérapeutique « **En Thermes de santé et de Rondeurs** ». Station : **Brides-les-Bains**
- **Etude Maâthermes** : évaluation du service médical rendu de la cure thermique dans la prise en charge du surpoids & de l'obésité, en comparaison de son efficacité à celle des traitements habituels. Stations : **Brides-les-Bains, Vals-les-Bains**.
- **Etude Thermarthrose** : évaluation du service médical rendu de la cure thermique dans le traitement de l'arthrose du genou. Station : **Aix-les-Bains**.
- **Etude Thermes & Veines** : évaluation du service médical rendu de la cure thermique dans la prise en charge de l'insuffisance veineuse chronique sévère. Station : **La Léchère-les-Bains**.



	Rhumatologie - RH	Voies respiratoires - VR	Dermatologie - DER	Affection digestives Maladies métaboliques - AD	Gynécologie - GYN	Phlébologie - PHL	Affection muqueuses Bucco-laryngales - AMB	Affections urinaires - AU	Affections psychosomatiques - PSY
Aix-les-Bains Chevalley	●				●				
Aix-les-Bains Domaine Marlioz		●				●			
Allevard-les-Bains	●	●							
Brides-les-Bains	●		●						
Divonne-les-Bains	●							●	
Evian-les-Bains	●		●				●		
La Léchère-les-Bains	●			●	●				
Montbrun-les-Bains	●	●							
Montrond-les-Bains	●		●						
Neyrac-les-Bains	●		●						
Saint-Gervais Mont-Blanc		●	●			●			
Saint-Laurent-les-Bains	●								
Thonon-les-Bains	●		●				●		
Uriage-les-Bains	●	●	●			●			
Vals-les-Bains	●		●						

Stations Thermales Pleine Santé



Entretenez votre capital santé, durablement...

Les stations thermales d'Auvergne-Rhône-Alpes qui ambitionnent de devenir des **Stations Thermales de Pleine Santé**, se sont engagées dans une démarche collective visant à structurer, promouvoir et commercialiser des offres de **prévention santé** conçues pour les personnes en bonne santé et qui souhaitent le rester.

Nous sommes heureux de vous présenter nos programmes de prévention santé qui invitent chacun à devenir acteur de sa santé, à adopter de bonnes pratiques et à entretenir son équilibre au quotidien.

Les stations engagées en 2026

Dès 2026, **6 stations** et **7 établissements thermaux de la Région Auvergne-Rhône-Alpes** proposent un séjour de Pleine Santé : **Aix-les-Bains** (Thermes Chevalley & Thermes de Marlioz), **Brides-les-Bains**, **Châtel-Guyon**, **Le Mont-Dore**, **Vals-les-Bains** et **Vichy**.

Ces destinations bénéficient :

- d'un **environnement naturel** exceptionnel,
- de **ressources thermales** réputées pour leurs vertus thérapeutiques,
- d'espaces adaptés à l'**activité physique**,
- d'une **expertise nutritionnelle**,
- d'un cadre propice à la **détente** et à la **régénération**.

Une démarche simple : prendre soin de soi, avant tout

Les séjours de Pleine Santé durent **6 jours** et combinent plusieurs approches complémentaires :

- des **soins thermaux**,
- de l'**activité physique** adaptée,
- des **ateliers nutrition**,
- des **sessions de gestion du stress** et des rythmes de vie.

Ces programmes ne relèvent pas de la prescription médicale et ne sont pas pris en charge financièrement par l'Assurance Maladie.

Ils s'adressent à toute personne souhaitant préserver sa qualité de vie, améliorer ses habitudes ou s'engager dans une démarche de santé durable.

À votre arrivée, un **référént santé** échange avec vous sur vos objectifs, vos besoins et vous oriente vers le programme le plus adapté à vos attentes.

En fin de séjour, un **bilan personnalisé sera réalisé et vous bénéficierez d'un accompagnement** pour poursuivre les bonnes pratiques au quotidien.

Des habitudes simples, durables et accessibles à tous

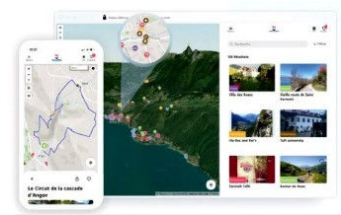
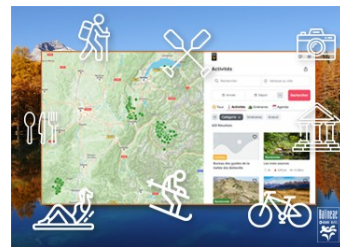
Prendre le temps, marcher davantage, respirer mieux, bouger régulièrement, manger avec plaisir et écouter son corps...

Les stations thermales d'Auvergne-Rhône-Alpes vous offrent cette parenthèse pour explorer ces bonnes pratiques et les intégrer ensuite dans son quotidien.

Prévenir, c'est agir avant que les problèmes n'apparaissent. Chaque séjour de Pleine Santé est une invitation à préserver son capital santé grâce à une expérience courte, douce et guidée par des professionnels, au cœur d'un environnement naturel privilégié.



Guide interactif de votre séjour thermal



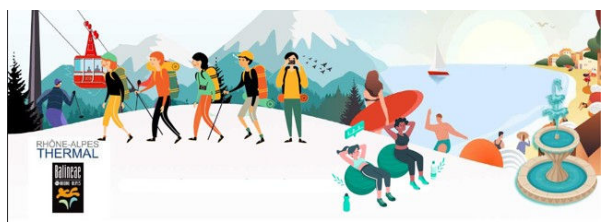
Balineae by Rhône-Alpes dévoile sa carte interactive développée avec les stations thermales de Rhône-Alpes. Cet outil innovant offre aux curistes et aux amateurs de bien-être une multitude d'activités physiques et culturelles, adaptées à tous les niveaux : randonnée, balade, sophrologie, cyclisme, exploration du patrimoine... La possibilité de sélectionner l'une des quatre saisons permet de personnaliser son expérience et de profiter des itinéraires tout au long de l'année. Partez à la découverte du territoire de votre destination thermale.

Cette initiative enrichit l'offre traditionnelle des soins thermaux en proposant des activités bénéfiques pour la santé physique et mentale. Dès 2026, 6 stations pionnières — dont Aix-les-Bains, Brides-les-Bains et Vals-les-Bains — se sont engagées dans la démarche de "Pleine Santé" et offrent un accès à la carte dynamique de leur territoire spécifique. Développée grâce à l'implication des offices de tourisme, cette carte permet de découvrir le riche patrimoine des stations thermales de Rhône-Alpes et de profiter des nombreuses activités proposées par les acteurs locaux.

En complément des soins thermaux, l'intégration d'activités physiques régulières, comme la randonnée ou le cyclisme, contribue à prévenir et limiter les effets du vieillissement, tout en améliorant le bien-être général des curistes.

Cette carte interactive s'inscrit donc dans une démarche globale de promotion de la santé et du mieux-être, en offrant aux personnes en pleine santé des outils pour entretenir leur capital santé de manière ludique et personnalisée.

Le développement de cette carte se poursuit pour intégrer prochainement les escapades et curiosités des autres destinations thermales de Rhône-Alpes. Nous vous invitons à explorer les trois premières cartes des stations thermales engagées dans cette démarche de "Pleine Santé" et à découvrir comment cette innovation participe à l'entretien du capital santé. Elle participe pleinement à la préparation du séjour en station.



<https://experiences.balineae.fr/fr/activites>

*Stations de Pleine Santé 2026 : Aix-les-Bains, Brides-les-Bains, Vals-les-Bains

Fédération Rhône-Alpes Thermal
BP 20332, 73100 Aix les Bains – France - Téléphone : 04 79 35 76 92 - Siret 341 242 121 00026
w w w . b a l i n e a e . f r



C O N T A C T P R E S S E

R h ô n e - A l p e s T h e r m a l

Sophie FOURNIER VONDERSCHER
Déléguee Générale
Tél. 06 30 03 61 35
fournier.sophie@balineae.fr

BP 20332 – 25 Boulevard des Anglais
73100 Aix-les-Bains
w w w . b a l i n e a e . f r

Dossier presse Balineae by Rhône-Alpes – Édition Janvier 2026