

LE PLEIN DE NOUVEAUTÉS CET ÉTÉ AU CENTRE THERMAL SAINT-ELOY D'AMNÉVILLE

Cet été, le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville enrichit son offre. Les curistes peuvent à présent bénéficier de séances à la carte de sophrologie et d'activités physiques adaptées. L'été, c'est aussi la possibilité pour les enfants de se soigner. Ils sont quelques-uns à consacrer trois semaines de leurs vacances à la cure voies respiratoires pour passer l'hiver suivant sans rhume ou bronchite... Pour ceux qui veulent prendre soin de leur sphère ORL de façon express, un nouveau stage de 5 jours est en construction et devrait voir le jour dans les prochaines semaines à Amnéville. Et pour découvrir l'environnement thermal, le Centre Thermal Saint-Eloy organise les jeudis de juillet un « afterwork thermal » composé de soins thermaux et d'une planche apéro.



DES SÉANCES DE SOPHROLOGIE ET D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

endant 18 jours, la cure thermale constitue une médecine préventive, d'éducation à la santé et d'amélioration de la qualité de vie du patient. La panoplie de soins thermaux dispensée chaque matin y est pour beaucoup. La cure est aussi l'occasion de se réconcilier avec son corps et de tester voire de reprendre une activité en douceur. C'est tout l'objectif des nouveaux ateliers lancés cet été par le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville.

Le mercredi de 13h30 à 14h30, **des séances d'activités physiques adaptées** sont animées par Maxime Schaack, coach sportif diplômé. Yoga et stretching, marche nordique ou fitness se succèdent chaque semaine.

Tarif : 10 € la séance de 60 minutes. Réservation à l'accueil du centre thermal.

Le jeudi de 11h à 12h30, Martine Castello propose **des ateliers d'initiation à la sophrologie**. S'accorder un moment pour soi, explorer son corps et son esprit, retrouver équilibre et harmonie... La séance est une invitation à l'épanouissement et au lâcher prise. Chaque semaine, la thématique de l'atelier varie et répond aux différents besoins : vivre zen, gestion du stress, pensée positive...

Tarif : 15 € la séance de 90 minutes. Réservation à l'accueil du centre thermal.

L'ÉTÉ, LE TEMPS DES ENFANTS AUSSI

Les bienfaits de l'eau thermale ne sont pas réservés aux adultes ! Angines, bronchites, otites à répétition... Un enfant multiplie les infections des voies ORL et les rendez-vous chez le médecin ? Une cure thermale voies respiratoires peut lui permettre de passer l'hiver suivant en toute sérénité. Au programme : inhalations de vapeur thermale pour dégager les voies aériennes, lavage des sinus, douches nasales, humage et aérosol sonore pour renforcer le système immunitaire... Le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville accueille chaque été des enfants qui souffrent de pathologies respiratoires. Et ça marche ! « *Mes trois filles sont de grandes asthmatiques. Grâce à la cure thermale, les crises sont moins fortes et elles tombent moins souvent malades.* » témoigne Tiphonie, mère de Louana, Alessia et Nélya qui seront en cure du 24 juillet au 12 août.

LE PLEIN DE NOUVEAUTÉS CET ÉTÉ AU CENTRE THERMAL SAINT-ELOY D'AMNÉVILLE (SUITE)

STAGE « SOUFFLE » 5 JOURS : UNE CURE ORL EN MODE INTENSIF



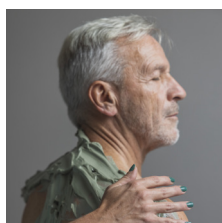
Difficile pour tout le monde de mobiliser trois semaines de son temps pour prendre soin de sa santé. Le Centre Thermal Saint-Eloy lance cet été son stage « souffle ». Pendant 5 jours, du lundi au vendredi, enfants comme adultes peuvent expérimenter trois soins de la cure thermale voies respiratoires pour nettoyer et régénérer la sphère ORL : lavage des sinus, humage et aérosol sonore. Le plus ? Pas besoin de passer par la case vestiaire, les soins peuvent se faire en tenue de ville. Ces stages « intensifs » sont proposés en juillet et août ainsi que pendant les vacances scolaires d'automne, d'hiver et de Pâques.

Tarif : 75 €/personne. Lancement à venir dans le courant de l'été.

DES AFTERWORKS THERMAUX ACCESSIBLES À TOUS LES 13 ET 20 JUILLET

Pour une première découverte de l'environnement thermal, une soirée entre amis ou entre collègues ou simplement l'envie de se faire du bien... Direction le Centre Thermal Saint-Eloy d'Amnéville. Les jeudi 13 et 20 juillet de 18h à 20h, l'établissement propose un « afterwork thermal ». L'idée ? Tester trois soins thermaux parmi les soins phares de la cure thermale rhumatologie : hydroxéur, aérobain, douche de vapeur, douche pénétrante, douche térébenthinée. Les soins ORL peuvent également être expérimentés. La soirée se termine autour de quelques mignardises et d'une boisson.

Tarif : 23 €/personne. Réservation au 03 87 70 99 43 ou sur cure-amneville.com.



REPÈRES

DOULEURS RHUMATISMALES ET AFFECTIONS RESPIRATOIRES SOIGNÉES AU CENTRE THERMAL SAINT-ELOY

Au cœur du vaste bois de Coulange, le Centre Thermal Saint-Eloy à Amnéville invite à mettre à l'écart les douleurs chroniques et à respirer au grand air. Côté rhumatologie, pas moins de 12 soins thermaux sont dispensés pour soulager les douleurs et pour redonner de la mobilité. Certains ont des vertus décontracturantes, d'autres des actions antalgiques et anti-inflammatoires. De son côté, la cure thermale voies respiratoires traite les dysfonctionnements et les infections chroniques de la sphère ORL. Les techniques de soins utilisent l'eau thermale sous trois formes : eau, vapeurs et gaz.