



AIGA

RESORT · THERMAL

Châtel · Guyon

AIGA
RESORT · THERMAL



2023

DOSSIER DE PRESSE

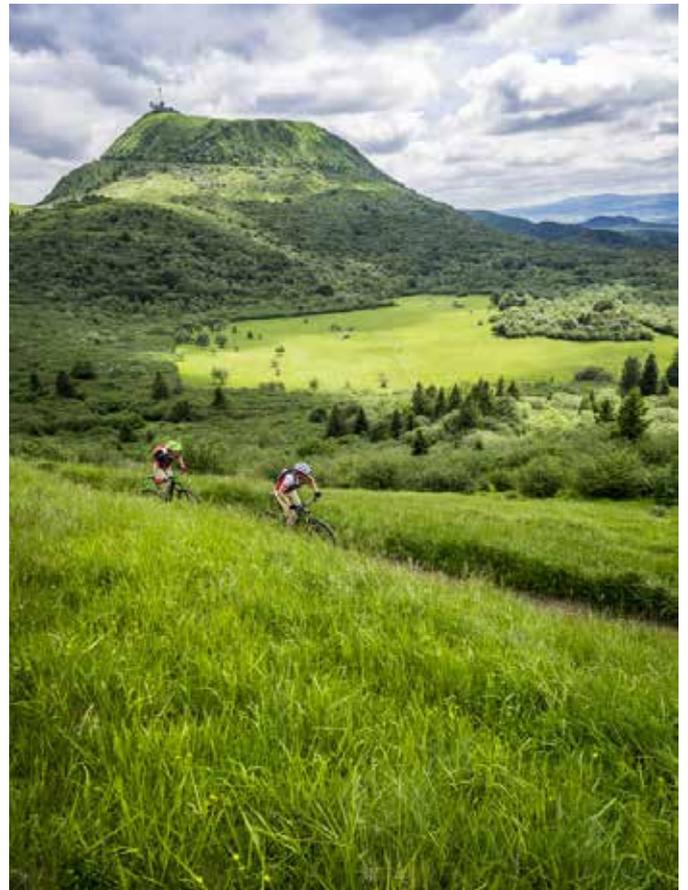
AÏGA RESORT THERMAL À CHÂTEL-GUYON,
LE THERMALISME DU MICROBIOTE INTESTINAL

CHÂTEL-GUYON

AFFECTIONS DIGESTIVES ET DU MICROBIOTE · AFFECTIONS URINAIRES · RHUMATOLOGIE

RÉSIDENCE ****⁽¹⁾ | CURE | SPA THERMAL | RESTAURANT NUTRITION SANTÉ | COSMÉTIQUES | ACTIVITÉS

⁽¹⁾ En cours de classement.



SOMMAIRE

01 AÏGA RESORT, UN RESORT THERMAL NOUVELLE GÉNÉRATION

- 4 Resort thermal nouvelle génération, en cœur de ville, Aïga resort est au service de la pleine santé.
-

02 SANTÉ & BIEN-ÊTRE, UN RESORT THERMAL DÉDIÉ À LA PLEINE SANTÉ

- 07 Une eau thermale unique, indissociable de Châtel-Guyon
 - 08 Le Spa Thermal, le bien-être au naturel au cœur des volcans d'Auvergne
 - 10 Bénéfices & soins des cures conventionnées
 - 12 Les cures thermales & cures prévention santé
-

03 LA NUTRITION EN SUPPORT DU THERMALISME DU MICROBIOTE INTESTINAL

- 14 La nutrition santé : une alimentation qui allie nutrition santé & nutrition plaisir personnalisée pour son microbiote
 - 14 PiLeJe : Aïga resort et le laboratoire PiLeJe, un partenariat soigneusement choisi dédié à la santé du microbiote intestinal
 - 15 Restaurant Nutrition Santé : une nouvelle gastronomie thermale
 - 16 Les activités nutrition santé
-

04 LES ACTIVITÉS SANTÉ & PRÉVENTION

- 17 Le pôle santé bien-être vitalité de l'ASM Omnisports
 - 18 Le pôle recherche, formation & information sur le microbiote
-

05 RÉSIDENCE DE TOURISME

- 20 À mi-chemin entre un hôtel et une résidence de tourisme
 - 21 Une architecture d'inspiration Art Déco
-

06 CHÂTEL-GUYON, STATION THERMALE HISTORIQUE

- 22 Une ville mobilisée autour du projet "pleine santé" de la région Auvergne-Rhône-Alpes et de station européenne du microbiote



AÏGA RESORT, UN RESORT THERMAL NOUVELLE GÉNÉRATION

Aïga resort est un resort thermal nouvelle génération, en cœur de ville, accessible à tous, au service de la pleine santé où se complètent au sein d'une entité moderne et innovante de 15 000 m² un établissement thermal, un spa thermal, une résidence de tourisme 4 étoiles⁽¹⁾, un restaurant et un pôle de recherche, de formation et d'information.

LA BOUTIQUE

Située dans le hall d'accueil du resort, la boutique propose une gamme de produits et accessoires pour compléter l'expérience resort dont la nouvelle gamme de cosmétiques Beauty Garden utilisée au spa.



PARCOURS & ACTIVITÉS SANTÉ & PRÉVENTION

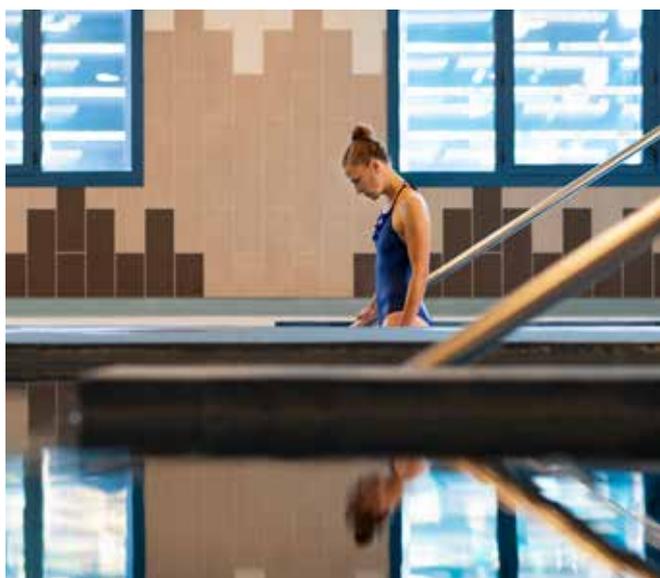
Aïga resort thermal est associé en exclusivité avec le Pôle Santé Bien-être Vitalité de l'ASM Omnisports pour offrir un encadrement optimal en complémentarité des soins de bien-être lors d'un séjour bien-être et santé ou d'une cure thermale conventionnée.

⁽¹⁾ En cours de classement.



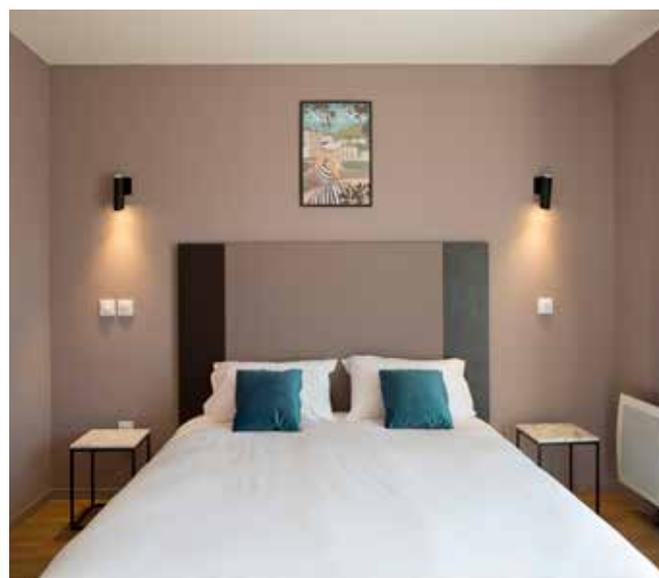
LES THERMES

L'espace thermal et l'espace thermal premium offrent un environnement de soins lumineux et fonctionnel pour réaliser une cure thermique conventionnée ou une cure prévention santé.



RÉSIDENCE DE TOURISME *****(1)

Intégrée au resort, la Résidence hôtelière 4 étoiles permet un accès immédiat aux espaces de soins tout en offrant à chaque résident confort et quiétude.



SPA THERMAL

L'expérience sensorielle du Spa Thermal est unique grâce à l'association de l'eau thermale de Châtel-Guyon et de la gamme cosmétiques bio Beauty Garden, à partir des plantes du potager. Une offre de soins variée et complète, inspirée de l'environnement volcanique de la région, est proposée.



RESTAURANT

Situé au cœur du resort, le restaurant de 90 couverts est ouvert à tous, toute l'année, du petit-déjeuner au dîner. Son Chef, propose une cuisine, alliant goût et qualité nutritionnelle.



⁽¹⁾ En cours de classement.



SANTÉ & BIEN-ÊTRE

UN RESORT THERMAL DÉDIÉ À LA PLEINE SANTÉ

UNE EAU THERMALE UNIQUE, INDISSOCIABLE DE CHÂTEL-GUYON

Issue d'une profondeur de plus de 3500 m, l'eau minérale naturelle jaillit au cœur de la cité thermale après avoir acquis une minéralité exceptionnelle au contact des roches volcaniques

Fortement concentrée en silicium et en oligo-éléments, l'eau thermale naturelle de Châtel-Guyon est une eau chloro-bicarbonatée calcique agréée pour les cures thermales conventionnées dans les indications "Appareil digestif et urinaire" (AD-AU) et "Rhumatologie" (RH).



Sa concentration en silicium, constituant essentiel du cartilage, est exceptionnelle, ainsi que sa concentration en magnésium (la plus riche d'Europe) et lithium. Elle a ainsi des propriétés anti-inflammatoires, anti-rhumatismales et anti-stress auxquelles s'ajoute l'effet vasodilatateur du CO₂ dissous dans l'eau.



LE SPA THERMAL, LE BIEN-ÊTRE AU NATUREL AU CŒUR DES VOLCANS D'AUVERGNE

En complément de la cure thermale, ou dans le cadre d'un séjour bien-être au sein du resort thermal et touristique Aïga, le curiste et le touriste de santé peuvent profiter d'un moment de détente et d'évasion au sein du **Spa Thermal**. Ce nouvel espace de soins raffiné et chaleureux, inspiré de l'environnement volcanique de la région, propose une expérience sensorielle gourmande et innovante unique. Dans la nature préservée de cette terre de bien-être, le **Spa Thermal** est la rencontre parfaite entre le savoir-faire des soins de bien-être à l'eau thermale naturelle, la plus

riche d'Europe en magnésium, et des soins du corps, grâce aux vertus apaisantes des fleurs et des légumes de saison, matières premières d'une gamme cosmétiques **Beauty Garden** 100% bio locale pour retrouver le meilleur de la nature.



LES OFFRES DE SOINS BIEN-ÊTRE AU SPA THERMAL

CHOUCHOUTER MON MICROBIOTE **Exclusivité Aïga resort thermal**

Parce que l'harmonie du corps et du microbiote est indispensable au bien-être, le confort digestif apporté par les soins thermaux experts de Châtel-Guyon est complété naturellement par les massages ventraux apaisants.

ESCAPADE 5 DEMI-JOURNÉES

- 5 bains apaisants
- 3 bains de boue thermale ou douches de boue thermale
- 2 massages du ventre à l'huile bio de calendula ou sous eau thermale (20 min)
- 2 applications ventrales d'un cataplasme chaud de boue thermale
- 2 douches escargots
- 1 atelier de cuisine santé
- 1 séance d'aquagym, d'aquazén ou d'aquabike
- + accès libre aux équipements de bien-être du spa.

625€

FORFAIT ½ JOURNÉE 3 SOINS

- 1 douche escargot
- 1 application ventrale d'un cataplasme chaud de boue thermale
- 1 massage du ventre à l'huile bio de calendula ou sous eau thermale (20 min)
- + accès libre aux équipements de bien-être du spa

139€

FORFAIT 2 ½ JOURNÉES 5 SOINS

- 2 douches escargot
- 1 application ventrale d'un cataplasme chaud de boue thermale
- 1 massage du ventre à l'huile bio de calendula ou sous eau thermale (20 min)
- 1 bain hydromassant
- + accès libre aux équipements de bien-être du spa

225€

⁽¹⁾ Bassin de détente en eau thermale (cols de cygne, couloir de nage à contre-courant, transats à bulles immergés...), bain à remous extérieur, solarium, hammams, salle de repos en lumière noire, tisanderie et douches expérimentales. Équipements accessibles sous réserve de disponibilité (Suite aux mesures sanitaires liées à la COVID-19, l'accès aux hammams est susceptible d'être fermé par arrêté administratif.)

ESCAPADE ME RELAXER AU CALME DES VOLCANS • 18 soins (5 demi-journées)

Éliminer le stress accumulé, apaiser les tensions musculaires... Les soins d'hydrothérapie à l'eau thermale naturelle, riche en magnésium et silicium issus des profondeurs volcaniques, apporteront relâchement et détente : *5 bains apaisants, 3 bains de boue thermale ou douches de boue thermale, 2 massages relaxants à l'huile bio de calendula (20mn), 1 massage délassant sous eau thermale (20mn), 3 douches générales et locales au jet, 1 gommage du corps bio au calendula et au sucre de betterave, 2 soins des mains à la vapeur thermale, 1 séance d'assouplissements / étirements ou de pilates. Accès libre aux équipements de bien-être du spa.*⁽¹⁾

735€



BEAUTY GARDEN, "De la Graine à la Crème"



Beauty Garden, ce sont **des produits labélisés, éco-conçus, naturels, authentiques, bio et respectueux de l'environnement**, fabriqués à partir des plantes du potager d'un producteur local, Bernard Mas et de son équipe, à **Auriac en Corrèze**.

Les légumes et les fleurs du potager sont transformés en cosmétiques pour le corps et le visage pour nettoyer (savon et crème main au calendula, démaquillant à la camomille, baume à la pensée sauvage, gommage à la noix, lotion à la menthe), cocooner et protéger (concentré de pâquerette, masque au potimarron, masque au concombre), hydrater et régénérer (sérum aux fleurs blanches, crème à la carotte violette).

Tous les produits Beauty Garden utilisés pour les soins visage et corps au Spa Thermal sont en vente à la Boutique, située dans le hall d'accueil du resort, qui propose également une large gamme de produits et accessoires pour compléter l'expérience resort.



⁽¹⁾ Bassin de détente en eau thermale (cols de cygne, couloir de nage à contre-courant, transats à bulles immergés...), bain à remous extérieur, solarium, hammams, salle de repos en lumière noire, tisanderie et douches expérientielles. Équipements accessibles sous réserve de disponibilité (Suite aux mesures sanitaires liées à la COVID-19, l'accès aux hammams est susceptible d'être fermé par arrêté administratif.)



BÉNÉFICES & SOINS DES CURES CONVENTIONNÉES

APPAREIL DIGESTIF ET URINAIRE (AD-AU)

LES PATHOLOGIES ASSOCIÉES À CETTE ORIENTATION

- Syndrome de l'Intestin Irritable (S.I.I.)
- Maladies Inflammatoires Chroniques de l'Intestin (M.I.C.I) (Maladie de Crohn / Recto-Colite Hémorragique)
- Infections urinaires : cystites à germes intestinaux



L'EFFET DE L'EAU DE CHÂTEL-GUYON

L'eau minérale naturelle agit directement sur la motricité du côlon. Elle régularise le transit intestinal, et a une action anti-inflammatoire au niveau de la muqueuse intestinale et une action réparatrice de la barrière intestinale.

LES SOINS ASSOCIÉS AUX PATHOLOGIES

La cure de boisson

L'eau thermale de Châtel-Guyon est un véritable "médicament naturel". Elle est consommée par voie orale, plusieurs fois par jour.

La douche locale au jet

Réalisée en position allongée, le jet est appliqué sur le ventre dans un mouvement circulaire (sens du transit intestinal) pour réduire les spasmes et favoriser la diminution de la sensibilité abdominale.

Entéroclyse ou goutte à goutte intestinal

L'entéroclyse est une instillation douce d'eau thermale dans le rectum, diffusée en goutte-à-goutte. L'eau thermale réalise un véritable pansement intestinal, grâce à son action cicatrisante, anti-inflammatoire et calmante.

La douche intestinale

Lavement évacuateur à l'eau thermale, ce soin permet de préparer le côlon à recevoir l'entéroclyse et d'assurer une meilleure efficacité de la cure de boisson.



LES BÉNÉFICES

- Régulation du transit
- Soulagement des douleurs coliques et troubles associés
- Atténuation de l'inflammation intestinale
- Diminution de la perméabilité intestinale

RHUMATOLOGIE (RH)

LES PATHOLOGIES ASSOCIÉES À CETTE ORIENTATION

- Arthrose dans toutes ses localisations et manifestations
Rhumatismes ab-articulaires
- Rhumatismes inflammatoires chroniques (en dehors des poussées)
- Séquelles douloureuses des traumatismes ostéo-articulaires et de la chirurgie orthopédique
- Fibromyalgie



L'EFFET DE L'EAU DE CHÂTEL-GUYON :

L'eau minérale a un effet général antalgique, sédatif et relaxant. Sa concentration en silicium, constituant essentiel du cartilage articulaire, est exceptionnelle. Les sels minéraux et les oligo-éléments présents, notamment le magnésium et le lithium, favorisent la diminution des crampes et des spasmes musculaires (effet antistress) et la stimulation des défenses immunitaires.

LES SOINS ASSOCIÉS AUX PATHOLOGIES

Le bain de boue en piscine

Soin majeur de l'indication en rhumatologie, le bain de boue est réalisé en immersion complète du corps dans un mélange composé d'eau thermale et d'argile montmorillonite qui facilite la décontraction musculaire et favorise la souplesse articulaire.

Les cataplasmes d'argile

Imbibés d'eau thermale, les cataplasmes sont appliqués chauds. Ils ont une action anti-inflammatoire et durable en rhumatologie.

La piscine thermale

Réalisation de mouvements doux, dans un bassin d'eau thermale chaude, la mobilisation douce en apesanteur est plus facile, elle atténue les douleurs et diminue les contractures tout en renforçant la musculature.



LES BÉNÉFICES

- Soulagement des douleurs articulaires
- Diminution de la prise de médicaments
- Amélioration de la souplesse et de la mobilité





LES CURES THERMALES & CURES PREVENTION SANTÉ

CURE THERMALE CONVENTIONNÉE

La cure thermale conventionnée, sur prescription médicale et prise en charge par la sécurité sociale, est composée de 18 jours de soins avec 4 à 6 soins (simple ou double orientation) en moyenne par jour délivrés dans l'établissement thermal (les Thermes) ou dans l'espace thermal premium (Spa Thermal).

CURE PRÉVENTION SANTÉ

Les cures prévention santé s'adressent à toutes les personnes en bonne santé qui souhaitent faire une pause thermale, prolonger les bienfaits de leur cure conventionnée ou simplement accompagner un curiste. Les soins sont réalisés à l'établissement thermal (les Thermes) ou à l'espace thermal premium (Spa Thermal) sans prescription médicale, du lundi au samedi, et ne sont pas pris en charge par l'Assurance Maladie.

LES CURES PRÉVENTION SANTÉ

Modulable de 1 à 5 jours, avec 4 soins par jour parmi : bain au choix, bain de boue, douche générale au jet, douche locale au jet, douche sous immersion en piscine, pédidouche-manudouche.

Établissement thermal 59€ - Établissement thermal premium 79€.

MASSAGES NON THÉRAPEUTIQUES* SOUS AFFUSION D'EAU THERMALE

Planifiées pendant les 3 semaines de cure. 9 ou 18 séances de 10 mn pour favoriser décontraction abdominale ou musculaire.

99€ (9 massages)

**Non remboursé par l'Assurance Maladie, prise en charge par certaines mutuelles dans les cadre des soins complémentaires de cure.*

SÉJOUR LIBRE DE 6 JOURS "BIEN-ÊTRE DIGESTIF"

4 soins par jour parmi : bain (hors bain de boue), cataplasme abdominal, douche générale au jet, douche locale au jet abdominal, douche sous immersion en piscine, entérocyse (3 maximum). Pour ce soin une consultation du médecin thermal est obligatoire.

Etablissement Thermal : 325€ / Etablissement Thermal Premium : 419€

DEUX ESPACES DÉDIÉS POUR LES CURES THERMALES & CURES PRÉVENTION SANTÉ

Un espace thermal de 5 000 m² pour réaliser sa cure thermale en toute sérénité. Fonctionnel et équipé d'un matériel de soins moderne, il bénéficie d'un environnement lumineux et confortable propice au calme, permettant de profiter sereinement des soins thermaux dispensés par un personnel professionnel et attentionné.

Un espace thermal Premium de 1 700 m² pour une cure thermale d'exception. Inspiré de ce que la nature auvergnate a de plus beau, l'espace premium offre un cadre de soins calme, préservé et raffiné pour la réalisation de la cure thermale conventionnée ou la cure prévention santé. Garant d'un grand confort, ce nouvel espace de soins à dimension humaine réserve de nombreux avantages et des services exclusifs aux curistes pour allier soins thermaux, détente et bien-être. Un bassin en eau thermale de 150 m² avec cols de cygne, couloir de nage à contre-courant, transats immergés est relié par un accès nordique à un bain à remous extérieur ouvert sur une terrasse avec solarium extérieur.

LA NUTRITION

EN SUPPORT DU THERMALISME DU MICROBIOTE INTESTINAL



Alors que les eaux thermales de Châtel-Guyon sont déjà utilisées pour traiter les affections digestives ou rhumatismales et améliorer le fonctionnement intestinal, le resort propose un nouveau concept médical unique : Le Thermalisme du Microbiote Intestinal.

Développé en collaboration avec le Docteur Didier Chos, Président de l'Institut Européen de Diététique et Micronutrition, et Solveig Darrigo Dartinet, Diététicienne-Nutritionniste, le thermalisme du Microbiote Intestinal s'appuie sur les 3 révolutions de la médecine moderne : le **décodage du génome humain**, l'**épigénétique** et l'**étude du génome du microbiote intestinal**.

Ces 3 révolutions biomédicales ont permis d'affirmer que les habitudes de vie modulent en permanence le programme génétique de chaque personne et que chacun vit en cohabitation fructueuse avec plus de 100.000 milliards de bactéries. Chaque individu est donc unique, il a son propre métabolisme et ses propres besoins. Tout comme les approches médicales modernes, le thermalisme d'aujourd'hui est en constante évolution et se doit d'être personnalisé.



Le Concept Médical Aïga resort thermal s'articule autour de **3 axes principaux** :

- Une **nutrition personnalisée** pour un microbiote en forme, devenant un modèle innovant de nutri-gastronomie thermique.
- Une **approche micronutritionnelle** permettant l'établissement de profils nutritionnels destinés à personnaliser les différents conseils.
- Un **soin attentif apporté au microbiote intestinal**, en utilisant toutes les propriétés cicatrisantes, antalgiques et probablement modulatrices du microbiote intestinal des eaux thermales de Châtel en soins locaux et en boisson.



LA NUTRITION SANTE : une alimentation qui allie nutrition santé & nutrition plaisir, personnalisée pour son microbiote

À la fois nutritive et gustative, la nutrition santé tient compte des dernières avancées scientifiques en micronutrition qu'elle met en assiette de façon saine et savoureuse pour tout client, quel que soit son état de santé. Une restauration qui correspond à la **Cuisine 4 "S"** - Simple, Saine, Savoureuse, Sur-mesure et aux exigences actuelles de la nutrition santé.

À CHACUN SON PROFIL NUTRITIONNEL

Chaque client, qu'il soit curiste ou en séjour loisir, présente un profil nutritionnel différent. Afin de l'identifier et d'adapter au mieux les activités nutrition durant son séjour, un bilan personnalisé est proposé par la diététicienne-nutritionniste. Il oriente vers un programme sur-mesure avec des thèmes de conférences et/ou d'ateliers cuisine-santé qui lui conviennent. Des conseils sont également donnés pour les menus au restaurant ou à concocter dans le lieu de résidence. L'ensemble des activités nutrition et la restauration restent accessibles à la carte selon le besoin ou l'envie.

Rien de mieux pour apprivoiser une alimentation Simple, Saine, Savoureuse et Sur-mesure (le 4 "S") durant tout le séjour et repartir avec toutes les clés pour prendre soin de soi !

AÏGA RESORT ET LE LABORATOIRE PILEJE, UN PARTENARIAT SOIGNEUSEMENT CHOISI DÉDIÉ À LA SANTÉ DU MICROBIOTE INTESTINAL



En complément des bienfaits des soins thermaux et des cures de boissons à l'eau thermale de Châtel-Guyon pour traiter les maladies chroniques digestives et rhumatologiques, ou encore pour réguler le métabolisme en général, Aïga Resort propose, avec le soutien du laboratoire PiLeJe à ses curistes de bénéficier de la "modulation personnalisée du microbiote intestinal".

Des programmes de compléments adaptés à chacun et d'adaptations alimentaires permettant d'éviter les intolérances ou susceptibilités alimentaires sont proposés pendant le séjour thermal. Cette approche micronutritionnelle de l'alimentation est réalisée par les professionnels de santé d'Aïga resort (diététicienne-nutritionniste, médecin thermal.)* qui définissent le profil Santé à l'arrivée du curiste à partir de deux questionnaires fonctionnels et alimentaires adaptés au traitement thermal. Le questionnaire fonctionnel spécifique Aïga s'articule autour de 4 profils principaux - Microbiote, Stress, Métabolique, Déficits - ; il est complété par le questionnaire alimentaire Aïga pour l'élaboration du profil Santé de chacun.



LE LABORATOIRE PILEJE, PARTENAIRE EXCLUSIF D'AÏGA RESORT THERMAL :

Depuis 30 ans, PiLeJe conçoit, fabrique et commercialise des solutions de santé visant à améliorer durablement la qualité et l'espérance de vie en bonne santé des patients présentant des troubles fonctionnels, des facteurs de risques ou des maladies chroniques. Complémentaires aux médicaments, les solutions de santé mises au point par PiLeJe sont prescrites par des professionnels de santé sur la base de conseils individualisés.



RESTAURANT NUTRITION SANTÉ : UNE NOUVELLE GASTRONOMIE THERMALE

La restauration du resort répond à la fois aux attentes des curistes présentant une **pathologie digestive avérée** (crohn, cœliaque...) ou des troubles digestifs, et aux clients non médicalisés souhaitant une **alimentation saine et équilibrée**, avec une dimension plaisir. **Didier Chos**, médecin et Président de l'Institut Européen de Diététique et Micronutrition, **Solveig Darrigo-Dartinet**, diététicienne-nutritionniste, ont travaillé en exclusivité sur la carte du restaurant : une **restauration de qualité gustative et nutritive**, adaptée aux principes de la micronutrition, composée de produits sains, naturels (voire bio) et préparés dans le respect de leurs atouts nutritifs (acides gras essentiels, vitamines, minéraux...).

L'offre de restauration nutrition santé permet d'obtenir un microbiote en forme et un maximum de plaisirs gustatifs.



UNE RESTAURATION QUI RÉPOND AUX NOUVELLES ATTENTES DES CONSOMMATEURS

UNE ALIMENTATION SANTÉ & BIEN ÊTRE / ÉQUILIBRE :

adaptée aux pathologies digestives avérées, ou en prévention des troubles/pathologies, l'art du manger mieux.

UNE AUTHENTICITÉ ET UNE NATURALITÉ CONSERVÉE :

peu ou pas de produits transformés, des aliments du terroir et labellisés (AOC), des produits issus de productions bio ou de l'agriculture raisonnée.

UNE DÉGUSTATION PLAISIR :

une présentation attrayante dans le respect du goût et des saveurs préservées.

UNE DÉMARCHE ÉQCO-RESPONSABLE :

produits locaux de saison, AOP.



LES ACTIVITÉS NUTRITION-SANTÉ

Différents ateliers sont proposés durant le séjour thermal, pour un apprentissage nutritionnel alliant théorie et pratique. Ils se déroulent dans la cuisine pédagogique et conviviale du resort et sont animés par une diététicienne-nutritionniste.

Ces ateliers sont l'occasion de découvrir la cuisson basse température qui favorise une bonne digestion, une optimisation des teneurs en micronutriments de l'alimentation et évite les risques de toxicité liés aux températures élevées.



ATELIER CUISINE SANTÉ - 2H00 - 27€

Chaque atelier se déroule en 3 temps : un moment d'échange sur le thème abordé, la réalisation de plusieurs recettes et la dégustation des préparations.

Les thèmes abordés :

- Une assiette bien composée : les bonnes associations alimentaires
- Petit-déjeuner et goûter sur-mesure
- La cuisine maison sans gluten : conseils et astuces
- Recettes digestes aux fruits et aux légumes
- Cuisiner sans lactose
- Choisir et doser les différentes matières grasses

CONFÉRENCES NUTRITION - 1H30 - 6€

Les conférences nutrition abordent les thèmes suivants :

- Manger Simple, Sain, Savoureux et Sur-mesure pour préserver sa santé
- La chrono-alimentation : savoir composer ses différents repas
- Comment chouchouter son microbiote : alimentation et thermalisme

CONSULTATIONS NUTRITION - 1H00 - 55€

Pour un suivi nutritionnel personnalisé, en complément des ateliers cuisine ou des conférences, une consultation réalisée par la diététicienne-nutritionniste d'Aïga resort thermal est possible. Au cours de cet entretien, elle établit un bilan micronutritionnel et propose des conseils sur-mesure et adaptés.

PACK NUTRITION

1 consultation + 1 conférence + 2 ateliers = **99€**

LES ACTIVITÉS

SANTÉ & PRÉVENTION

Le resort propose des activités Santé et Prévention inspirées des 3 piliers de la prévention Santé : **une activité sportive régulière et adaptée, une alimentation "Santé et plaisir" et des activités détente.**

LE PÔLE SANTÉ BIEN-ÊTRE VITALITÉ DE L'ASM OMNISPORTS



Composante indissociable de la santé et du bien-être, **l'activité physique régulière** a des vertus reconnues pour tous. Aïga Spa Thermal s'est associé en exclusivité avec le **Pôle Santé Bien-être Vitalité de l'ASM Omnisports.**

ASM Vitalité est le Pôle santé Bien-être créé au sein du mythique club centenaire de l'ASM Omnisports de Clermont-Ferrand. Il vise à **promouvoir les bienfaits de l'activité physique régulière sur la santé de chacun.**

Aïga resort thermal s'est donc naturellement associé avec cet acteur incontournable de la prévention santé par **l'activité physique adaptée à tous** pour offrir un encadrement optimal en **complémentarité des soins de bien-être** lors d'un séjour bien-être et santé.

Pour bénéficier de l'expertise professionnelle de l'ASM Vitalité et être accompagné par des professionnels diplômés dans leur spécialité, dans l'espace bien-être **ou Spa Thermal**, il suffit de choisir le parcours le mieux adapté à ses besoins en lien avec les orientations thérapeutiques de la cure thermale conventionnée ou en fonction de ses envies lors de son séjour bien-être.

Chaque parcours comprend :

- Un bilan initial de condition physique
- Des activités en salle et en bassin d'eau thermale naturelle
- Des activités extérieures

> www.asm-vitalite.com/apas-thermales/

PARCOURS VITALITÉ - 119€

Pour un bilan santé complet et un programme personnalisé et adapté à la condition physique.

7 activités de 45 min au choix : pilates, aquazen, aquabike, rando zen, marche nordique, aquagym, assouplissements / étirements, renforcement musculaire (+ nature), sophrologie, yoga.

1 bilan final de condition physique

À LA CARTE

Pour une pause bien-être, des activités sont proposées selon les envies en fonction des disponibilités et des programmations de la journée, au choix parmi les activités en salle, en bassin ou à l'extérieur : **pilates, aquazen, aquabike, rando zen, marche nordique, aquagym, assouplissements/étirements, renforcement musculaire (+ nature), sophrologie, yoga.**

Activité* **12€**

* Toutes les activités sont accessibles à tous les âges et à tous les niveaux, réalisées en groupe et ouvertes aux accompagnants. Une façon simple de découvrir pendant votre séjour thermal des activités bénéfiques à votre santé dans une ambiance conviviale.

LE PÔLE RECHERCHE, FORMATION & INFORMATION SUR LE MICROBIOTE

Ce pôle regroupe activités et compétences dédiées au thermalisme du microbiote intestinal : consultations de médecine thermique, consultations de micronutrition, ateliers et conférences de cuisine santé, programmes d'accompagnement de la cure thermique. L'information et l'évaluation scientifiques sont le fil conducteur des professionnels qui accueillent les hôtes du resort. De cette démarche scientifique sont nés une étude observationnelle sur l'efficacité de la cure thermique à Châtel-Guyon (Probiotherm), l'évaluation de profils nutritionnels personnalisés et des programmes d'accompagnement à thèmes de la cure thermique conventionnée.



ÉTUDE SCIENTIFIQUE : PROBIOTHERM

L'efficacité de la cure thermique de Châtel-Guyon est désormais scientifiquement démontrée. Une première dans le domaine médical, l'étude PROBIOTHERM vient de confirmer les bienfaits ressentis par les patients présentant un SII⁽¹⁾ qui viennent suivre une cure thermique à Châtel-Guyon.

Cette étude observationnelle a été réalisée sur 161 patients, en utilisant les critères d'évaluation standards des études scientifiques :

1. Score de sévérité du SII de Francis (diminution moyenne du score de 276,2 à 214,6 en 18 jours et confirmée au bout de 3 mois).
2. Évaluation de la consistance des selles par l'échelle de Bristol⁽²⁾ (normalisée en 18 jours et confirmée au bout de 3 mois).
3. Évolution positive de la qualité de vie selon le questionnaire GIQLI (Gastrointestinal Quality of Live) de 83 à 95,3 en 18 jours, maintenue à 90,4 au bout de 3 mois.

CONCLUSION DE L'ÉTUDE :

La réduction significative de la sévérité des symptômes du syndrome de l'intestin irritable et l'augmentation de la qualité de vie confirment les effets positifs de la cure thermique de Châtel-Guyon. Ces effets s'expliquent notamment par une amélioration des douleurs abdominales et du transit intestinal.



FIBROMYALGIE EN COMPLÉMENT DE VOTRE CURE THERMALE.

189€⁽¹⁾ en complément du forfait de soins

Que votre fibromyalgie soit accompagnée ou non de troubles digestifs, nous vous proposons de profiter des bienfaits de la relaxation conduite par des experts et des conseils nutritionnels pour vous aider à diminuer les déséquilibres du microbiote fréquemment associés à votre pathologie.

Ce programme comprend :

- 2 avantages soin :
 - > Le doublement des zones d'application de cataplasmes sur prescription de votre médecin thermal.
 - > 1 massage non thérapeutique 20 min
- 3 séances de Yoga 45 min
- 3 séances de Rando Zen 45 min
- 6 séances de Réveil musculaire 45 min
- 1 consultation diététique avec notre diététicienne-nutritionniste 1h

- 1 accès aux équipements de bien-être du spa : bassin de détente de 150 m², bain à remous et solarium extérieurs, tisanerie... (~~détail p. 42 de la brochure thermique~~)
- La présence d'une association de patients durant votre cure pour échanger et trouver des conseils utiles.

Les soins se déroulent le matin et les activités les après-midis.



COLOPATHIE, MALADIE DE CROHN ET RECTO-COLITE HÉMORRAGIQUE

189€⁽¹⁾ en complément du forfait de soins

Les ateliers et les conférences réalisés par nos experts vous aident à retrouver confiance, à vous relaxer et vous apportent conseils et astuces pour découvrir la nutrition santé.

Ce programme comprend :

- 3 séances de Pilates 45 min
- 1 séance de Sophrologie 1h
- 3 séances de Yoga 45 min
- 3 séances d'Aquagym 45 min
- 1 conférence nutrition avec notre diététicienne-nutritionniste 1h
- 1 atelier de cuisine santé pour vous apprendre de manière simple et ludique les bases 2h
- 1 consultation diététique avec notre diététicienne-nutritionniste 1h

- 2 "activités de la semaine" définis par nos coachs ASM Vitalité
- 1 Vitalité test comprenant un bilan initial de condition physique
- 1 accès aux équipements de bien-être du spa : bassin de détente de 150 m², bain à remous et solarium extérieurs, tisanerie... (~~détail p. 42~~)
- La présence d'une association de patients durant votre cure pour échanger et trouver des conseils utiles.

Ces activités se déroulent les après-midis.



⁽¹⁾ Supplément non pris en charge par l'Assurance Maladie à ajouter au montant du forfait thermal de soins prescrits.

⁽²⁾ Bassin de détente en eau thermale (cols de cygne, couloir de nage à contre-courant, transats à bulles immergés...), bain à remous extérieur, solarium, hammams, salle de repos en lumière noire, tisanerie et douches expérientielles. Équipements accessibles sous réserve de disponibilité (Suite aux mesures sanitaires liées à la COVID-19, l'accès aux hammams est susceptible d'être fermé par arrêté administratif).

AÏGA RÉSIDENCE

INTÉGRÉ AU CŒUR DU RESORT THERMAL



À MI-CHEMIN ENTRE UN HÔTEL ET UNE RÉSIDENCE DE TOURISME

Aïga résidence****⁽¹⁾ c'est le privilège d'accéder, directement en peignoir, depuis son appartement, à son espace de soins. C'est également simplifier ses démarches avec un interlocuteur unique pour tout son séjour et disposer de services en plus, optionnels, pour se simplifier la vie (ménage, demi-pension ou pension complète, accès au spa...).

Une résidence****⁽¹⁾, un cadre de vie d'exception relié directement aux thermes

En relation directe avec votre espace thermal de soins, la résidence****⁽¹⁾ offre tout le confort d'un hébergement thermal nouvelle génération, à mi-chemin entre un hôtel et un meublé de tourisme. Grâce à une décoration raffinée dans le pur style Art Déco Belle Époque, ses 90 appartements totalement indépendants allient à la perfection charme intemporel et modernité.

Du studio à la suite 2 pièces, pouvant accueillir 1 à 4 personnes, tout l'espace nécessaire et les services essentiels sont à disposition pour vivre une cure thermale unique et totale.

Des appartements de grand confort

Spacieux et fonctionnels, tous les logements de la résidence****⁽¹⁾ disposent d'un équipement complet pour simplifier la vie et rendre le séjour agréable : un espace cuisine entièrement équipé (plaques vitrocéramiques, réfrigérateur, lave-vaisselle, four micro-ondes et grill, cafetière, bouilloire, grille-pain, vaisselle et ustensiles de cuisine), penderie, sèche-cheveux, balcon ou terrasse dans la majorité des appartements, télévision avec chaînes internationales et Wifi.

⁽¹⁾ En cours de classement



LES TARIFS HORS RESTAURATION

Dans le cadre d'un séjour cure conventionnée de 20 nuits du dimanche au samedi :
Studio à partir de 790€ - Appartement à partir de 1 190€

Dans le cadre d'un séjour cure prévention de 6 nuits du dimanche au samedi :
Studio à partir de 371€ - Appartement à partir de 467€

UNE ARCHITECTURE D'INSPIRATION ART DÉCO



Aïga resort thermal a fait appel à l'architecte Pierre Diener, du cabinet DGA à Paris, agence d'urbanisme et d'architecture figurant parmi les leaders mondiaux en conception de stations touristiques, resorts et équipements de tourisme et de loisirs et à Emmanuel Houssin, architecte d'intérieur, agence i.com Architecture.

Le patrimoine de Châtel-Guyon prend racine dans la seconde partie du XIX^e siècle, de l'Art Nouveau, de la Belle Époque et des Arts Décoratifs. Le code architectural du resort s'est inspiré du riche patrimoine Art Déco de Châtel-Guyon, mêlant façades en céramique, ornements architecturaux géométriques et parois vitrées ornées de grilles décoratives sur le thème de l'eau offrant une alternance entre intimité et lumière.

Chaleureux et fonctionnel, le choix architectural se prolonge à l'intérieur des espaces pour offrir confort et caractère propices à un séjour réussi. Ce sont les éléments architecturaux qui vont parler de ce qui se passe à l'intérieur. La façade parle de l'eau. Les balcons traduisent les habitations. Le bâtiment est de plus en plus ajouré lorsqu'on s'élève. Les terrasses et les pergolas indiquent la présence du restaurant et du spa. On se repère grâce aux fonctions qui sont exprimées de l'extérieur. L'atrium est récurrent dans les thermes. Il est bleu et lu depuis dehors.

Véritable ôde à l'époque de l'âge d'or du thermalisme et des établissements fastueux de la Belle Époque, Aïga resort thermal est une véritable œuvre d'urbanisme dans l'Histoire thermale de Châtel-Guyon !



CHÂTEL-GUYON

STATION THERMALE HISTORIQUE

Une ville mobilisée autour du projet "pleine santé"
de la région Auvergne-Rhône-Alpes et de station européenne du microbiote

La station thermale de "pleine santé" de Châtel-Guyon est une véritable destination touristique qui propose des offres globales alliant santé, bien-être, activités physiques, nutrition, loisirs au sein d'un parcours client personnalisé et faisant travailler ensemble tous les acteurs de la station : l'objectif est de construire des programmes permettant d'être ou de rester en "pleine santé".

AÏGA, UN RESORT THERMAL NOUVELLE GÉNÉRATION AU CŒUR D'UNE NATURE PRÉSERVÉE

La prise en charge globale et personnalisée du client est au cœur de l'offre et s'articule autour d'une notion de médecine du style de vie et de bien-être global déterminant les services et produits : tout est fait pour préserver ou améliorer l'équilibre du microbiote intestinal indispensable à la pleine santé de l'organisme.

À Châtel-Guyon, chaque client peut ainsi profiter de prestations et de services personnalisés selon ses envies et les recommandations des professionnels de la station, pour être et vivre dans un état de bien-être physique et mental durable.





À LA DÉCOUVERTE DES ENVIRONS : TERRA VOLCANA !

Née en 2018 de la fusion de Riom-Limagne, Châtel-Guyon et Volvic, **la jeune destination Terra Volcana, les Pays de Volvic** a tout d'une grande. Sa promesse : l'épanouissement, celui de la nature, de l'eau, la culture, des hommes et des femmes, des passions et des ambitions.

Une destination qui réveillera vos émotions et qui éveillera vos sens.

Son astuce ? Le partage. Terra Volcana, c'est une offre pleine nature complète, des événements culturels et sportifs internationaux mais aussi des sites de visites captivants.

Ajoutons à cela un patrimoine riche valorisé par un pays d'art et d'histoire, celui de Riom, et une offre pleine santé - bien-être unique dont la station de Châtel-Guyon et l'Aïga resort thermal sont les dignes porte-drapeaux.

Ses secrets ? Ici sont réunis des sites majeurs dont un, **la Chaîne des Puys** - Faille de Limagne, est inscrit au Patrimoine mondial de l'UNESCO. Quel meilleur endroit pour la pratique des loisirs nature ? Au cœur de ce territoire le Parc d'exploration Vulcania et le Volcan de Lemptegy permettent une meilleure compréhension du volcanisme auvergnat. Du côté de Volvic, c'est la célèbre eau minérale mais aussi **sa fameuse pierre** qui crèvent l'écran comme à l'Espace Information des Eaux Volvic ou à la Grotte de la Pierre.

Soif de découvertes, rêves de grands espaces, aspiration au mieux vivre, désir d'expériences ? Nul doute, Terra Volcana est une terre d'excellence. Elle devient paradis des familles, sportifs, amateurs de loisirs, amoureux d'art et d'histoire ou curistes bien sûr.

AUX PIEDS DES VOLCANS D'Auvergne, CHÂTEL-GUYON

Entre plaine et montagne, à 20 minutes de Clermont-Ferrand et 10 minutes de Volvic, la station thermale de Châtel-Guyon est nichée sur les contreforts des Combrailles et domine la plaine de la Limagne. Porte d'entrée du **Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne** dont la **Chaîne des Puys est inscrite depuis juillet 2018 au patrimoine mondial de l'UNESCO**, Châtel-Guyon est au cœur d'un site naturel unique.

Située dans le Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne, Châtel-Guyon est une ville d'eau accueillante et vivante, où vous aimerez vous ressourcer.

Son environnement préservé, ses parcs et son accès direct à la nature environnante, son architecture thermale ainsi que ses nombreux événements culturels ou sportifs vous garantissent de passer un séjour agréable.

Reconnue comme "la station européenne de l'intestin" pour l'efficacité de ses eaux sur les pathologies digestives, la station traite également avec succès les affections rhumatologiques.

Loin de l'agitation des villes, la cité thermale de Châtel-Guyon est idéale pour se ressourcer, en profitant de la nature préservée, du calme, de la pureté de l'air et de l'eau.



FRANCE THERMES

UNE NOUVELLE APPROCHE DU THERMALISME

Le Groupe France Thermes développe une vision moderne de l'exploitation thermale qui repose sur un projet médical spécifique à chaque resort et sur la projection d'une médecine thermale de prévention et d'accompagnement des pathologies chroniques dans une recherche de "pleine santé". Ainsi l'association d'un thermalisme médicalisé, d'activités physiques, de nutrition et d'une offre de soins de bien-être est totalement complémentaire.

Fondé en 2009 par Sylvain Serafini, France Thermes est un groupe français expert en développement et en exploitation de Resorts thermaux et touristiques ; il a bâti son expertise autour du concept de Resort : proposer sur un même lieu une offre homogène de soins médicalisés et de bien-être, les cosmétiques, l'hébergement, la restauration et les loisirs pour le plus grand nombre à réserver auprès d'un seul interlocuteur.

Le groupe France Thermes exploite aujourd'hui les stations thermales de Bagnoles-de-L'Orne (B'O Resort) en Normandie, de Châtel-Guyon (Aïga Resort), La Compagnie de Vichy et Néris-les-Bains en Auvergne Rhône Alpes, Salies-de-Béarn en Nouvelle Aquitaine et Vittel dans les Vosges.

Totalisant à ce jour 6 Resorts, le groupe accueille plus de 42 000 curistes conventionnés par an, 10 restaurants et près de 1 250 chambres en hôtels et résidences de tourisme du 2 au 5 étoiles en France, 2 hôtels et centres de soins 4 et 5 étoiles à l'étranger et compte plus de 1 000 salariés

 9 A avenue du Général de Gaulle
CS 10051
63140 Châtel-Guyon

 resa@aiga-resort.com

aiga-resort.com

Tél. 04 73 86 00 08



Quai de la Presse - Relations Médias & e-RP
15 Quai de la fontaine - 30 000 Nîmes | tél. 33(0)4 66 67 04 91

Visuels & Dossier disponibles sur la Press Room sur www.quaidelapresse.com

Cristel Pical - 06 84 95 25 75 - cristel@quaidelapresse.com

Caroline Depas - 06 73 39 58 79 - caroline@quaidelapresse.com