

Rencontres du S.P.A.S.

Syndicat professionnel des activités de Spa



Miser sur
le préventif !

Le spa, un acteur majeur

Lundi 9 novembre 2015

Auditorium des Rives
d'Enghien
Lucien Barrière



ESCALE AFFAIRES
SPARK & SPA
NS SPORT & SPA

ESCALE AFFAIRES



PERGOLA NOVA



LES THERMES



P MALLEVILLE-THERMES

LA STATION THERMALE DU GRAND PARIS



Pour partager son expérience du thermalisme avec ses partenaires européens, la station thermale du Grand Paris est très fière de vous accueillir aujourd'hui à l'occasion de ces Rencontres S.P.A.S. du Syndicat professionnel des activités de spa. Unique station thermale d'Ile de France, notre ville possède des atouts légués par l'histoire et la nature. Ces atouts sont devenus des devoirs environnementaux.

Ville de congrès et de bien-être, Enghien-les-Bains a vocation à accueillir ces débats. Dans un cadre de vie où la présence de l'eau définit la ville, Enghien-les-Bains obéit ainsi à un principe de responsabilité, incarné par ailleurs dans une lecture locale et exigeante de l'Agenda 21 qui guide le développement urbain. Le bien-être est cette notion qui recoupe les objectifs sociétaux et environnementaux du développement durable : un souci du monde qui passe par la préoccupation de chacun.

Que de chemin parcouru depuis la découverte des eaux sulfurées au XVIII^e siècle par Louis Cotte, jusqu'à l'ouverture des Thermes pour le secteur ORL. La ville possède aujourd'hui sa renommée, liée à un bouillonnement culturel qui conduit le public francilien au cœur des arts numériques ou de concerts monumentaux sur son lac. Reconnue aujourd'hui Ville créative de l'UNESCO pour les arts numériques, elle n'en oublie pas cependant ses fondamentaux, liés aux sources et à la santé publique. La Ville a investi depuis le début des années 2000 pour reconstruire sa station touristique et thermale et promouvoir un thermalisme moderne qui révèle tous les atouts d'une médecine préventive, écologique et humaniste. La concession avec le groupe Barrière a permis de donner naissance à un partenariat intelligent entre public et privé. Enghien-les-Bains doit aujourd'hui sa reconnaissance au superbe établissement thermal qui fait face au lac, géré en partenariat avec la Société d'exploitation des eaux et des thermes d'Enghien-les-Bains.

Philippe Sueur, maire d'Enghien-les-Bains
1^{er} Vice-président du Conseil départemental du Val d'Oise





RENCONTRES SPAS 2015 • MOT DE BIENVENUE



L'intérêt suscité par les Rencontres du SPAS 2014 nous a conduit à mettre en œuvre cette deuxième édition : un regard porté vers l'avenir, vers le devenir du spa et peut-être aussi vers celui de l'homme. Comment concevoir sereinement demain sans notion de prévention ? Comment aider les individus à mieux vivre au quotidien et surtout à vieillir plus qualitativement ? Face à une société qui s'internationalise, qui avance très (trop !) vite et qui demande toujours plus à l'être humain, comment ne pas s'interroger sur la place et le rôle des unités de bien-être... de mieux être ?

Miser sur le préventif ! le spa un acteur majeur

Utopie ou réalité de terrain, besoins et attentes du consommateur ou nécessité dans une démarche de développement durable, les interrogations des dirigeants et des managers sont multiples alors que le spa évolue et se transforme.



Au niveau international, le spa, espace de bien-être, devient de plus en plus une des composantes de la santé globale (OMS - 1946). La demande du consommateur se transforme et la crise mondiale impose à tous le plus juste prix pour des prestations qualitatives, efficaces et pertinentes. Consommer, certes pourquoi pas, mais consommer utile : solutionner les petits maux du quotidien, la fatigue et le surmenage pour ne pas déclencher une pathologie ou, plus simplement, entretenir son corps pour lui permettre d'affronter harmonieusement le temps et les années qui passent. La prévention santé, au cœur des demandes, est certainement un enjeu majeur pour demain.

Merci au Professeur Chazal d'avoir accepté de nous apporter son expertise et ses connaissances dans ce domaine ; son regard extérieur à notre secteur est précieux.

Merci à Anne Autret, à Marie Morani et l'équipe d'Aquae, d'avoir mis, une nouvelle fois, leur énergie au service de ces Rencontres. Merci enfin à nos partenaires, plus nombreux cette année, pour leur soutien et leur accompagnement.

Nous vous souhaitons une journée de découvertes, d'échanges et de convivialité.

Jean-Jacques Gauthier, président du SPAS

Gilles de Frémicourt, secrétaire général du SPAS





PROGRAMME



8h30

Accueil des participants

Auditorium des Rives d'Enghien les Bains

9h

Allocution de bienvenue

Jean-Jacques Gauthier - Président du SPAS

Gilles de Frémicourt - Secrétaire Général du SPAS

9h15

Prévention santé, l'enjeu du XXI^e siècle

Pr Jean CHAZAL : Doyen de la Faculté de médecine de Clermont-Ferrand

10h30

Pause Café

11h

Le soin de prévention ...une préoccupation récente des utilisateurs !

Sylvain SERAFINI : Président de B'O Resort Bagnoles de l'Orne

12h30

Déjeuner buffet - Salon Pergola Nova Lucien Barrière

14h

La sophrologie Caycédienne : outil de prévention... et de spa

Corinne BRILLAT : Sophrologue Enseignante à Sofrocay Paris

15h15

Revue de presse des nouveautés numériques dans le domaine du spa

Présentation Gilles de Frémicourt

16H

Pause

16H30

Objets connectés et respiration bien-être

• **Respirelax : en un « clic » prévenir et communiquer**

Thierry Thomas : Directeur des Thermes d'Allevard

• **O2CHAIR® fauteuil de respiration, la technologie au service du bien-être**

Jean-Louis Portales : PDG d'Innovzen

18h

Clôture des Rencontres du SPAS



PRÉSENTATION DES INTERVENANTS



Pr Jean CHAZAL

Doyen de la Faculté de médecine de Clermont-Ferrand

Jean CHAZAL est Professeur des Universités, Anatomiste et Neurochirurgien, Doyen Directeur de la Faculté – ou Unité de Formation et de Recherche – de Médecine de Clermont-Ferrand depuis le 1^{er} juillet 2012.

Ancien Président de la Société Française de Neurochirurgie, de la Société de Neurochirurgie de langue française et du Collège Français des Professeurs d'Anatomie, il est, au sein du Conseil de Développement du Grand Clermont, le promoteur du Centre Expérimental de Prévention Individualisée en Auvergne (CEPIA), inscrit dans les projets prioritaires de la Stratégie de Spécialisation Intelligente de sa région. Le premier objectif de ce projet est de développer une médecine nouvelle, de précision, préventive, prédictive, personnalisée, participative, dont le but est de permettre à tous de vivre plus longtemps en gagnant des années de vie active et de bien-être. Ce projet est construit avec des partenariats privés / publics, scientifiques et techniques (Faculté de Médecine, INSERM, Centre de Recherche en Nutrition Humaine, Mutualité Française, SANOFI, Michelin...).



Sylvain SERAFINI

Président de B'O Resort Bagnoles de l'Orne.

Issu d'une formation supérieure en gestion hôtelière et à la suite d'expériences réussies à des postes commerciaux, marketing ou de direction dans l'hôtellerie et les parcs de loisirs dans des contextes de création ou de fort développement, Sylvain SERAFINI a repris B'O Resort en 2009 en créant une offre intégrée sous forme de Resort qui a permis de doubler la taille du site en 5 ans autour d'une nouvelle marque forte. Le Resort continue sa progression et se concentre également sur des sujets de croissance externe. Un premier Resort Thermal supplémentaire devrait rejoindre le groupe à horizon 2018.



Corinne BRILLAT

Sophrologue Enseignante à Sofrocay Paris.

De formation initiale paramédicale et sociale, la trajectoire de Corinne Brillat s'oriente vers le monde de l'entreprise où elle exerce durant une vingtaine d'années auprès des dirigeants d'entreprise, dans les fonctions ressources humaines, communication presse et événementielle puis dans la direction d'un centre de formation professionnelle. Au cours de son parcours de vie personnelle, elle rencontre la Sophrologie Caycédienne et se forme à cette pratique. Master Spécialiste de Sophrologie Caycédienne et praticienne depuis 20 ans, elle intervient en cabinet pour une clientèle privée et en entreprises sur des actions de conseil, d'accompagnement de managers et de formation à la gestion de soi. Elle est également intervenante à l'Académie de Sophrologie Caycédienne de Paris où se forment de futurs sophrologues. Depuis plus de 20 ans, outre les approfondissements et actualisations de la méthode de Sophrologie Caycédienne, elle se forme et pratique différentes méthodes de communication et de développement personnel telles que l'Ontologie Dynamique Appliquée, EFT, Communication non violente, Praticien PNL (IFPNL), Process Communication Management (Kahler Communication France), méthode TIPI.



Thierry THOMAS
Directeur des Thermes d'Allevard

Objets connectés - outils de prévention et liens actifs dans les relations patients-soignants
Successivement responsable du développement et de la communication puis directeur des Thermes d'Allevard, Thierry Thomas est à l'origine de la création, en 2012, de la première application gratuite issue du monde thermal : Respirelax. Trois ans après son lancement, Respirelax compte aujourd'hui plus de 310.000 utilisateurs et se classe encore dans le top 50 des applications « forme et santé » les plus téléchargées sur l'App Store. Une success-story qui dépasse largement le cadre du thermalisme car son usage est désormais régulièrement conseillé par les médecins et thérapeutes dans la gestion du stress.



Jean-Louis Portales
PDG d'Innovzen

Passionné de sports, brevet d'état d'éducateur sportif option ski alpin, moniteur de plongée, compétiteur et grand apnéiste, coach sportif / gestion du stress, professeur de yoga, Jean-Louis Portales est un autodidacte qui étudie depuis plus de 20 ans la respiration. Au fil de sa pratique, Il a compris la puissance d'une respiration contrôlée sur la gestion du stress et des émotions, sur les performances sportives et la motivation, ses bienfaits incroyables sur la santé psychique et physique.

Il vient d'acquérir un lieu unique, aux portes des Causses et Cévennes (Patrimoine mondial de l'Unesco), le Château de Madières «ChâteauZen», ancien Hôtel 4 étoiles, afin de se retirer au calme et au grand air, pour mettre au point avec son équipe le fauteuil O2CHAIR, concept unique au monde. Il est convaincu que la compréhension de la respiration et la mise en place d'exercices pratiques peuvent grandement améliorer la santé de ses concitoyens. Officiellement nommé Breathing Center, ChâteauZen est un endroit à la fois expérimental et pédagogique pour partager et transmettre un savoir-faire et savoir-être.





« PRÉVENTION SANTÉ, L'ENJEU DU XXI^e SIÈCLE ! »



Professeur Jean CHAZAL
Doyen de la Faculté de Médecine de Clermont-Ferrand

En France, comme dans tous les pays où le système de santé est très développé, la prévention devient une priorité en raison du coût toujours plus élevé du curatif. La santé représente la dépense collective la plus importante, avec une augmentation régulière, de 2,5 % par an en moyenne, quelles que soient les mesures mises en place.

Dans notre pays, l'espérance de vie au-delà de 65 ans est parmi les plus élevées en Europe, plus de 19 ans pour les hommes, plus de 23 ans pour les femmes.

Malheureusement la France se place moins bien pour la mortalité prématurée avant 65 ans (12^{ème} rang européen) en raison du développement de maladies chroniques telles que les maladies cardio-vasculaires, les cancers, les maladies respiratoires, les diabètes... Chaque année en Europe, 36 millions de personnes décèdent prématurément de ces maladies, avec comme facteurs de risques principaux la sédentarité (6 % des décès dans le monde), le surpoids et l'obésité (5 %), éventuellement en association avec l'hypertension artérielle (13 % des décès), le tabagisme (9 %) et l'hyperglycémie (6 %).

Le plan « Stratégie Nationale Santé » mis en place par la Ministre de la Santé, et aujourd'hui les lois de santé, ont été élaborés en raison, en partie, de la constatation d'inégalités considérables entre les sommes allouées au curatif et celles investies dans le préventif.

Dans les hôpitaux, là où se pratique le curatif, un plan drastique de réduction du nombre de lits a été mis en place, et la politique menée actuellement a pour objectif de déplacer de façon significative le curseur du curatif vers le préventif.

La médecine évolue de façon très significative, en même temps que l'ensemble des professions de santé, avec des progrès considérables de la technologie et de la compréhension des maladies.

Le concept de médecine 4P (Préventive, Prédicative, Personnalisée et Participative) (Leroy Hood, Seattle 2000) est réactualisé, et résumé récemment dans le New England Journal of Medicine (mai 2015) sous le terme de « precision medicine ».

La nutrition et l'activité physique, aidées par la génétique et la métabolomique, constituent les deux piliers essentiels de la prévention des situations pathologiques, hétérogènes et différentes d'un individu à l'autre.

Les maladies liées à la nutrition représentent un facteur source d'inégalité sociale et de santé.

En France, des améliorations ont été obtenues depuis l'instauration du Plan National Nutrition Santé (PNNS) en 2001 et du Plan Obésité (PO) en 2010. En complément d'actions de communication et d'information destinées à orienter la population vers des comportements nutritionnels adaptés, il paraît indispensable d'agir par une offre éducative en terme d'alimentation afin d'orienter la prévention avec la prise en compte de facteurs de vulnérabilité individuelle.

L'inactivité physique, associée au surpoids et à l'obésité, constitue un facteur de sur-morbidité et finalement de surmortalité souvent en synergie avec des comportements alimentaires inadaptés : surconsommation de boissons sucrées, alimentation trop riche en sucres ajoutés (pouvant se compliquer d'hyperglycémie et de diabète) et en sel (pouvant générer une hypertension artérielle).

La pratique régulière d'une activité physique est un facteur de prévention majeure des maladies chroniques, particulièrement des diabètes, des infarctus du myocarde, des hypertensions artérielles, des accidents vasculaires cérébraux, des cancers du sein, et des cancers du colon.

Il est admis qu'après 60 ans, des années (jusqu'à 14 ans) de vie en bonne santé pourraient être gagnées par la pratique de l'activité physique (30 minutes par jour), associée au traitement ou à la prévention de l'hypertension artérielle, du diabète et du surpoids. Chez le sujet plus âgé, la survenue de la dépendance pourrait être retardée de 7 ans.

Si les actions bénéfiques de l'activité physique et de la nutrition associées sont indiscutables, des publications de haut niveau scientifique, des conférences de consensus nationales et internationales montrent que l'activité physique seule, indépendamment de la nutrition, a également des effets positifs très significatifs.

La mise en place depuis 2013 de réseaux sport/santé/bien-être par une action conjointe du Ministère chargé des Sports et du Ministère de la Santé a pour but de favoriser la prise en charge des maladies chroniques par l'activité physique.

Les métiers de la rééducation et de la réadaptation, les stations thermales participent largement à la médecine curative. Mais leur rôle est également déterminant dans la prévention secondaire mais aussi dans la prévention primaire, en amont du dépistage et du diagnostic des maladies chroniques, avec l'ambition de gagner des années de vie active et de bien-être physique et psychologique.

Ces rencontres du S.P.A.S., dont le thème est « miser sur le préventif », s'inscrivent parfaitement dans l'enjeu majeur qu'est la prévention dans la première moitié de ce XXIème siècle.

Le S.P.A.S., dont l'objectif « clairement déterminé : le bien-être (Jacques DESPLAN) », ne peut être qu'un acteur déterminant, au même titre de l'activité physique.

Le bien-être mental et social (définition de la santé par l'OMS), participe largement à la prévention des maladies chroniques, causes de sur-morbidité ou surmortalité, ces maladies générant des actions curatives très coûteuses.





LE SOIN DE PRÉVENTION ... UNE PRÉOCCUPATION RÉCENTE DES UTILISATEURS !



Sylvain SERAFINI, Président de B'O Resort

Il faut souvent remonter aux origines des choses pour s'apercevoir que nous n'inventons jamais totalement. Si nous regardons bien l'étymologie du mot « spa », nous nous apercevons qu'il emprunte un acronyme signifiant « Sanitus per Aqua », la santé par l'eau. Les spa modernes ne revendiquant jusqu'à présent que peu d'engagement sur la santé, contrairement aux thalasso et centres thermaux, cela devrait plutôt se traduire par « Salus Per Aqua », soit les soins par l'eau.

Il est intéressant également d'observer la porosité qui tend à s'accroître entre ces différents univers en même temps très proches : le spa, la thalasso et le thermalisme. Chacun avec ses contraintes propres, commence à faire un pas vers l'autre pour y puiser ce qu'il a de meilleur. Ceci entretenant sans doute encore plus la confusion chez l'utilisateur.

Mais, une réalité plus crue fait désormais converger les demandes des clients vers tous ces centres. D'une part, des facteurs sociétaux toujours plus impactants comme le stress ou la pollution par exemple, l'augmentation des pathologies chroniques qui pénalise la vie quotidienne de millions d'européens, d'autre part, le vieillissement de la population avec une espérance de vie en bonne santé qui diminue.... Si vous ajoutez à ce cocktail l'intérêt grandissant à entretenir son capital santé le plus naturellement possible en réponse à une industrie du médicament largement remise en question, et un contexte de moindre prise en charge par les assurances santé des conséquences des maladies, vous tenez sans doute là un premier pas voulu et imposé vers la prévention santé.

De plus, la définition de la santé par l'OMS, est tout à fait éloquent pour nos activités : « la santé est un état complet de bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». Cette définition de la santé démontre que le bien-être, loin d'être un « gadget », est un objectif qui vise à la santé globale de chacun. Et il joue un rôle important : avant d'être malade, pour retarder la maladie ou les effets du vieillissement, pour favoriser un retour de la santé après une maladie, mais également dans les traitements de stress ou de surmenage considérés désormais comme de réelles souffrances.

Le premier enseignement que l'on peut tirer de ces observations est que le bien-être n'est donc pas opposable à la santé mais bien complémentaire. Le deuxième enseignement est que la prise de conscience grandissante des utilisateurs vers la préservation, voire l'optimisation de son propre capital santé est devenu un objectif. Et, cette prise de conscience s'accompagne d'une recherche de sens sur les pratiques liées au bien-être. Sans doute un phénomène d'abandon progressif de la « papouillologie » aux techniques douteuses et aux effets inexistantes pour laisser place à des soins aux effets mesurables sur la santé et l'état général de l'individu.

C'est précisément sur cet axe et cette demande nouvelle que l'exemple du Spa thermal de B'O Resort peut être cité. L'univers du spa thermal s'est défini autour des fondamentaux du thermalisme que sont l'eau minérale naturelle aux vertus avérées et l'expertise en hydrothérapie tirée de la médecine thermique (dont les effets sont désormais scientifiquement prouvés sur les pathologies chroniques comme l'insuffisance veineuse ou la lombalgie par exemple). Une importance accrue est donnée à la définition du protocole de soins par l'effet recherché, afin que l'utilisateur identifie d'emblée le programme qui lui correspond. Ainsi la gamme Dos, par exemple, permettra aux clients souhaitant atténuer les effets du mal de dos ou les éviter, de savoir que ce programme est fait pour eux. Une phase de conseil en amont peut aussi guider le client vers la gamme la plus adaptée

à son besoin et éventuellement graduer la proposition en fonction de son attente et de son état physique ou psychologique. La personnalisation en cabine est également souvent proposée pour parfaire l'adaptation du soin au client. Le sérieux de la conception des protocoles de soins est un enjeu majeur. Il passe par des connaissances médicales et physiologiques des concepteurs pour garantir l'intégrité de l'offre. Un engagement sur les résultats devient alors incontournable. L'effet doit être mesurable instantanément, voire dans la durée pour être légitime.

La formation des équipes est un enjeu majeur dans ce contexte car la technicité des soins augmente; l'attente et la connaissance des clients nécessitent de se positionner comme spécialiste des soins de prévention et de prodiguer des conseils à mettre en œuvre en post séjour.

La dimension détente et bien être, plus en rapport avec l'idée que le grand public a actuellement du spa, est également présente en bonne place dans le Spa Thermal. N'oublions pas que le stress est en partie soluble dans le massage et le soin de bien-être ! Au travers des soins de beauté du corps ou du visage, la prise de conscience du corps s'accroît, l'estime de soi remonte, permettant d'intensifier la démarche préventive.

Ce sont donc bien la combinaison d'une gamme de soins axés sur la prévention et une offre de soins de bien être qui formalisent un concept de spa de prévention. Ne nous y trompons pas, cette demande grandissante est une nouvelle façon de consommer le spa. Plus qu'une mode c'est un effet sociétal irréversible auquel nous devons nous adapter. C'est aussi l'opportunité d'accroître la valeur des prestations car, d'une part, elle est légitime et, d'autre part, plus facilement acceptée par le consommateur. Ainsi, le spa pourrait passer du poste dépenses du budget de nos clients à celui d'investissement sur la durée ! Le soin n'est donc plus l'unique besoin ou l'unique action qui améliore le séjour, mais doit plus largement améliorer la qualité de vie.

B'O RESORT EN NORMANDIE

Situé en Normandie au cœur du parc naturel régional Normandie Maine et d'un massif forestier de 7000 hectares, entre Caen et le Mans et à seulement 2h30 de Paris. B'O Resort, marque commerciale qui regroupe depuis 2012 toutes les activités des anciens thermes de Bagnoles de l'Orne, développe sous forme de Resort intégrant les soins, l'hébergement (320 clefs), la restauration, les boutiques et les gammes cosmétiques, des activités de médecine thermique sur prescription médicale et des activités de loisir dont une résidence 4* ouverte en 2013 et un spa original de 2 000m² (60 cabines) ouvert en 2012 faisant largement appel aux actifs locaux comme les polyphénols extraits de la pomme à cidre de Normandie ou certains actifs de la forêt (chlorophylle, lierre, pâquerette...). L'équipe de BO Resort est composée de 270 personnes dont 75% sur l'activité soins. Le Resort sera ouvert du 13 février au 13 novembre 2016.





« DÉCOUVREZ LA SOPHROLOGIE CAYCÉDIENNE »



Corinne Brillat

QU'EST-CE QUE LA SOPHROLOGIE CAYCÉDIENNE ?

Un entraînement du corps et de l'esprit pour développer sérénité et mieux-être

La Sophrologie Caycédienne est un entraînement personnel basé sur des techniques de relaxation et d'activation du corps et de l'esprit. Elle a pour objectif le renforcement des attitudes positives au quotidien. Elle participe activement à la gestion du stress et des émotions négatives qu'elles soient d'origine professionnelle ou personnelle.

La pratique régulière de la Sophrologie Caycédienne permet d'optimiser ses propres capacités et de vivre ses valeurs au quotidien, de façon autonome et dans le respect de la personnalité de chacun. Elle comporte des applications spécifiques dans les branches clinique, sociale, pédagogique et peut également être utilisée dans l'entreprise comme dans les milieux artistique et sportif.

« Caycédienne » comme Caycedo

La sophrologie a été développée dans les années soixante par le Dr Alfonso Caycedo. Son approche résolument médicale et scientifique vise alors à apporter à ses patients une amélioration de leur qualité de vie. La Sophrologie Caycédienne n'est pas une branche de la sophrologie mais bien la sophrologie dans sa forme authentique telle que développée par le Dr Caycedo.

DÉCOUVRIR SÉRÉNITÉ ET MIEUX-ÊTRE

Une nouvelle conscience de soi : la pratique régulière de la Sophrologie Caycédienne favorise le développement de la perception positive du corps, de l'esprit, des états émotionnels et des valeurs personnelles. Cette découverte permet peu à peu une transformation positive de l'attitude envers soi-même et envers les autres.

Des expériences variées : selon les objectifs recherchés, les techniques sophrologiques sont porteuses de sensations de vitalité et d'énergie ou au contraire de relâchement des tensions et de sérénité. Certaines permettent d'activer la concentration sur un objectif précis ou un souhait personnel.

LES APPLICATIONS AU QUOTIDIEN

Mieux-être au quotidien : la pratique régulière de la Sophrologie Caycédienne permet de développer la résistance au stress et d'améliorer la qualité de vie tant sur le plan personnel que professionnel :

- meilleure qualité du sommeil ;
- sensation de vitalité, récupération rapide ;
- gestion des émotions ;
- en entreprise : amélioration de l'efficacité personnelle, du travail en équipe et de la communication ;
- éducation et sport : les techniques sophrologiques sont utilisées pour améliorer la concentration, la mémorisation et pour développer une attitude positive face aux difficultés ;
- à l'école : programmes spécifiques à destination des enfants et des adolescents, préparation des examens ;

- dans le milieu sportif : en soutien des plans d'entraînements techniques et physiques et pour la préparation aux compétitions.
- **Santé** : la Sophrologie Caycédienne apporte aux professionnels de la santé un ensemble de techniques qui peuvent être utilisées de façon isolée ou en complément d'un traitement, par exemple dans les cas d'anxiété, dépression affections psychosomatiques, de préparation d'interventions, récupération post-opératoire, de rééducation.

POUR QUI ? COMMENT ?

Toute personne intéressée peut pratiquer la Sophrologie Caycédienne sans limitation d'âge ou de condition physique : enfants, étudiants, adultes, ou personnes âgées. En séance individuelle ou en groupe selon les objectifs recherchés.

Sofrocay, Académie Internationale de Sophrologie Caycédienne

Sofrocay, abréviation de « Sophrologie Caycédienne », est une organisation qui fédère plus de quarante écoles de formation au master en Sophrologie Caycédienne et plusieurs milliers de sophrologues formés dans le respect de l'authenticité de la méthode. Que ce soit pour pratiquer la Sophrologie Caycédienne ou s'entraîner avec un professionnel, Sofrocay est aujourd'hui la référence en matière de sophrologie.

SOPHROLOGIE ET SPA

Un des champs d'application de la sophrologie est le domaine de la prévention tout comme les spas. Permettre aux personnes de sentir leur corps et se sentir mieux dans leur corps en installant la détente. Les soins en SPAS sont assurés par un praticien et les personnes reçoivent le soin. La sophrologie peut parfaitement s'adapter aux pratiques de SPAS en apportant un plus dans la conscience de l'alliance du corps et de l'esprit. La somatisation positive avec l'esprit associée aux soins du praticien de spas optimiserait les effets des soins.

Cette méthode vient percuter notre corps, les structures de notre corps, la biologie de notre corps avec l'intention de somatiser du positif, des sentiments positifs, des sentiments de bien être. Et par la répétition que nous appelons, en sophrologie, vivantielle, nous allons pouvoir dévoiler des parts de nous-mêmes, approfondir notre connaissance de nous même, développer et renforcer nos propres capacités. Le sophrologue est, selon le Professeur Caycedo, un « professeur d'existence ». Nous entraînons les personnes à mettre de la conscience sur leur propre fonctionnement, de leur corps, de leur esprit et elles auront de plus en plus de facilité à réveiller les capacités innées de leur corps. Elles deviennent de plus en plus autonomes avec les outils de sophrologie et renforcent leurs capacités à gérer le quotidien, leurs projets personnels et professionnels. Petit à petit, elles se sentent mieux et gèrent mieux leurs émotions. C'est une discipline au service de la vie.

En cela elle se rapproche des soins de SPAS et vient les compléter. Le soin de SPA est extérieur à la personne, la personne s'en remet au praticien. Elle ressent un bénéfice immédiat de bien être mais ne met pas nécessairement de conscience sur ce qui se passe chez elle. La sophrologie est une démarche plus intérieure. L'alliance des deux est certainement un facteur d'optimisation des soins.

La méthode de sophrologie caycédienne est parfaitement adaptable à tout public, dans n'importe quel contexte ; elle peut donc parfaitement s'intégrer dans les structures SPAS.



OBJETS CONNECTÉS ET RESPIRATION BIEN-ÊTRE RESPIRELAX : EN UN « CLIC » PRÉVENIR ET COMMUNIQUER



Thierry THOMAS
Directeur des thermes d'Allevard

L'application Respirelax a été développée en 2012 par les Thermes d'Allevard (Isère-France), qui utilisent depuis plusieurs années la cohérence cardiaque dans le cadre de protocoles médicaux : fibromyalgie, maladie respiratoires chronique, stress... Cette application permet de retrouver calme et détente en quelques minutes seulement et d'atteindre un état dit de cohérence cardiaque. Au-delà de ses évidentes implications médicales, cette technique a aussi convaincu et pénétré des mondes très variés. Les militaires, et c'est une référence, l'utilisent, entre autre, dans la formation des pilotes de chasse et le traitement des traumatismes de guerre. Les sapeurs-pompiers accentuent, avec elle, leur résistance aux chocs émotionnels.

Elle fait aussi partie intégrante, depuis des années, de l'entraînement de sportifs de haut niveau tels Tiger Woods (golf), Roger Federer (tennis), Florent Manaudou (natation) ou Michael Jordan (basket-ball). Et c'est maintenant le monde de l'entreprise qui découvre ses vertus sur la performance, l'efficacité, l'aide à la décision et la résistance au stress... Même le Français Ubisoft, troisième développeur de jeux vidéo au monde vient de sortir en octobre dernier une application de développement personnel (O. Zen) qui s'articule autour de la pratique de la cohérence cardiaque.

MAIS REVENONS À RESPIRELAX

A l'usage, cette « appli » conçue comme un gadget sans prétention, par un fan de Steve Jobs, s'avère être redoutablement efficace. Elle permet de tisser des liens solides avec les patients soignés aux Thermes. De retour à leur domicile, les curistes, peuvent ainsi poursuivre un soin enseigné lors de leur séjour. Et si le rendez-vous est quotidien, voire bi ou tri quotidien comme nous le conseillons avec Respirelax, l'impact sur la fidélisation du patient n'est pas neutre.

Autre effet collatéral : un travail sur l'image de l'entreprise. Un impact d'autant plus performant dans un thermalisme qui s'inscrit aujourd'hui plus dans un passé « has been » que dans une dynamique 2.0 !



Application
Respirelax
à télécharger



OBJETS CONNECTÉS ET RESPIRATION BIEN-ÊTRE

O2CHAIR® FAUTEUIL DE RESPIRATION, LA TECHNOLOGIE AU SERVICE DU BIEN-ÊTRE



Jean-Louis PORTALES
PDG d'Innovzen

Le déséquilibre entre la vie professionnelle et la vie personnelle, les journées bien remplies, les soucis quotidiens peuvent générer du stress, des troubles du sommeil, souvent à l'origine de nombreuses maladies. Pour atteindre une relaxation maximale et donc une meilleure gestion du stress, grâce à une respiration consciente, INNOVZEN® a développé un concept novateur : O2CHAIR®, le premier fauteuil de respiration au monde.

O2CHAIR®, réapprendre à respirer

Le fauteuil O2CHAIR® d'INNOVZEN® est né d'une idée simple : « vouloir apporter une aide novatrice et efficace à mon père asthmatique en associant les fauteuils de massage aux techniques de respiration³ ».

O2CHAIR® concentre ses fonctions sur l'ensemble des mouvements respiratoires thoraco-abdominaux. Ce fauteuil révolutionnaire propose de rendre la respiration « consciente ». Il permet d'apporter des bienfaits physiques et psychiques grâce à une respiration plus profonde et plus lente.

L'application INNOVZEN® (Google Play et Apple Store), disponible sur la tablette intégrée au fauteuil ou sur un smartphone, accompagne chaque séance grâce à une interaction directe avec le siège.

O2CHAIR®, adapté à plusieurs utilisations

Le fauteuil O2CHAIR® s'adresse à un public très varié (entreprise, voyageurs, sportifs ...) dont le point commun est de vouloir accéder aux bienfaits d'une respiration consciente. Il peut être utilisé dans le monde du spas et des thalassothérapies grâce à son action sur la respiration qui décuple la détente et le bien-être apportés par ces établissements

À PROPOS D'INNOVZEN®

INNOVZEN® est une société française spécialisée dans le bien-être, la santé et le sport, qui utilise la technologie ainsi que le coaching pour améliorer la santé des personnes. Créée en 2014 et implantée à Ganges (34), INNOVZEN® s'est entourée d'une équipe d'une vingtaine de personnes, experts de la respiration et de la santé, ingénieurs ou encore commerciaux ayant permis la conception et la commercialisation du projet.

Parmi les experts internationaux qui ont accompagné INNOVZEN®, figure le Dr David O'Hare. Diplômé de la faculté de médecine de Marseille, titulaire de diplômes universitaires de diététique, de nutrition, de médecine aéronautique et spatiale ainsi que de psychothérapie cognitive et comportementale.

Pendant trente années de pratique libérale, celui-ci a combiné les prises en charge traditionnelles et les apports de la psychothérapie cognitive et comportementale en particulier dans le domaine du stress et des troubles du comportement alimentaire. Surtout, il a appliqué une méthode respiratoire issue du biofeedback : la cohérence cardiaque. Fort de cette riche expérience, c'est tout naturellement que le Dr David O'Hare, est venu apporter son expertise à la réalisation de cet outil novateur.



PARTENAIRES DES RENCONTRES 2015



AQUÆ - L'officiel Thermalisme Thalasso & Spa

Aquæ est une lettre d'informations professionnelles bimensuelle à diffusion nationale, destinée aux acteurs du thermalisme, de la thalassothérapie et du spa (hôtelier, day spa, médi-spa, etc), et par extension, aux secteurs de la santé bien-être. Positionné comme un outil de veille, Aquæ paraît un mardi sur deux à raison de 22 numéros par an. La lettre est également complétée par un site internet avec des actualités quotidiennes ainsi que des hors-séries thématiques. Pour sa quatrième année éditoriale, Aquæ lancera au printemps 2016 une version bilingue (anglais-français) de son hors-série consacré à l'innovation internationale.

www.aquae-officiel.fr



L'ACTU SPA et BIEN-ÊTRE

L'Actu Spa & Bien-être est un blog d'informations BtoB spécialisé dans l'actualité du spa, de la thalasso, de la beauté et du bien-être. Nouveaux lieux, nouveaux produits, nouvelles marques de soin, formation, études de consommation, rachats, nominations... La vie économique et les grandes tendances du secteur y sont décryptées par Anne Autret, journaliste free-lance spécialisée en beauté, bien-être et consommation, également consultante en communication.

www.spabyanneautret.com



HYDRO-JET system France

Hydro-jet System France est l'importateur exclusif pour tous les pays francophones de la table de massage Hydro-active wellsystem et de son option le wellsystem-spa.

La révélation technologique de l'hydro-massage par le créateur et l'inventeur de l'Hydrojet dans le monde. C'est une vraie alternative thérapeutique ou ludique efficace pour combattre les effets mécaniques du stress et du mal de dos et pour rééquilibrer le système neurovégétatif.

Le wellsystem permet de fidéliser vos patients ou clients avec un soin complet, une vraie bulle multi sensorielle, sans déshabillage, sans contrainte d'hygiène et pour tous.

Cryo-jet System France est l'importateur de la Cryo-jet Cabine, toute dernière génération de Cabine de Cryothérapie Corps Entier. Prouvée et approuvée depuis 35 ans au Japon, cette technique trouve des indications particulièrement efficaces et pertinentes dans les domaines médicaux, sportifs et dans la prévention et le bien-être. La cryothérapie Corps Entier est reconnue et utilisée par les sportifs de haut niveau depuis de nombreuses années, que ce soit en traumatologie, récupération ou préparation physique.

www.hydrojetsystem-france.com

www.cryojetsystem-france.com



YON-KA

La marque Yon-Ka, pionnière des soins phyto-aromatiques - Visage, Corps et Solaire - créée en 1954 par les laboratoires MULTALER, société 100% française, est aujourd'hui distribuée dans 50 pays et dans plus de 5000 Instituts de beauté, Day spas, Spas Hôteliers... Elle doit sa réputation à sa grande exigence qualitative, son expérience et son savoir faire professionnel.

www.yonka.com



EUREDUC

EUREDUC, société Française basée à Rambouillet (78), créée il y a plus de 35 ans, conçoit et fabrique des appareils de Pressothérapie et de Vacuothérapie. Les équipements EUREDUC sont destinés aux professionnels de santé, sportifs et centres de remise en forme. Depuis peu, EUREDUC se positionne, tant avec ses appareils de Pressothérapie que de dépresso-massage, dans les Thermes Marins, centre de Thalassothérapie, Spas et Centres de bien-être.

www.eureduc.eu



SPA DE BEAUTE : le supplément spa des Nouvelles Esthétiques - Mensuel professionnel

Parce que notre réputation n'est plus à faire, parce que le marché (lectorat et annonceurs) nous le réclamait depuis longtemps, parce que qui, mieux que nous, connaît le monde de la beauté et du bien-être ? C'est donc en toute légitimité que nous avons décidé de créer ce nouveau supplément mensuel des Nouvelles Esthétiques : Spa de Beauté. Spa de Beauté a été conçu pour apporter à tous les professionnels du spa un mensuel riche d'articles de fond. Nous souhaitons vous mettre entre les mains des solutions pratiques : les tendances, les actualités, ce qui marche, ce qui ne marche pas, les nouveaux acteurs, les nouveaux projets, ce qui se fait ailleurs, les concepts inédits, les innovations en soin, en équipement...

Tous les mois, retrouvez dans Spa de Beauté, en plus des articles, nos rubriques : Spa Créations, Spa Soins, Spa Thalasso, Spa Thermalisme, Spa Actualités. Notre objectif est de faire de Spa de Beauté une référence aussi incontournable, professionnelle et sérieuse que Les Nouvelles Esthétiques sur le marché de l'esthétique. Indétrônable depuis plus de 60 ans.

Et parce que nous avons de grandes ambitions pour Spa de Beauté, nous avons également imaginé Le Village Spa de Beauté. Il s'agit d'un espace à part, 100% spa, avec ses conférences 100% spa, et ses exposants 100% spa, en parallèle du 46ème Congrès International d'Esthétique Appliquée les 2, 3, 4 Avril 2016, à Paris, Porte de Versailles, Hall 5.

www.nouvelles-esthetiques.com

oshibori concept
la serviette à portée de main

OSHIBORI CONCEPT INTERNATIONAL

Spécialisé dans la production et la commercialisation de serviettes Oshibori à usage unique, sous plusieurs formes. L'Oshibori est originellement le nom de la serviette d'accueil servie au Japon. Nous avons adapté cette tradition de bienvenue en un produit d'accueil original à usage unique, référencé en produit cosmétique totalement hygiénique et qui offre un support marketing indéniable. Notre gamme de produit se divise en 3 grandes catégories :

- Oshibori coton: serviettes parfumées en coton (100% coton), disponibles dans des packagings neutres ou personnalisables ;
- Oshibori gaufrés: serviettes parfumées gaufrées également disponibles dans des packagings neutres ou personnalisables (gammes : lingette hydratante visage et mains, lingette nettoyante /démaquillante , lingette relaxante apaisante et bientôt lingette intime ;
- Oshibori dry: serviettes sèches (100% coton) à usage unique de différentes tailles (Table de massage 200x100 - Serviette de Douche 110X60 - Fitness 100X33 - Soins des pieds 48x65 - Soins des Mains et Visage 40X40 - Soins des Mains 23x23).

Tous ces produits sont disponibles en petites quantités avec un minimum de commande de 50 unités.

www.oshiboriconcept.com



THÉS CHRISTINE DATTNER

Christine Dattner exerce sa passion pour le thé depuis 37 ans. Elle débute sa carrière en qualité de directrice du comptoir de thé parisien Betjeman et Barton dans les années 80, puis crée sa propre marque, les Contes de thé, rive gauche, à Paris ; elle sera par la suite directrice du département thé du groupe Olivier Langlois. Depuis 2011, elle distribue ses propres compositions sous la marque Christine Dattner ; une magnifique gamme de thés et eaux de fruits en vrac ou en sachets mousseline cousus à la main avec sur-enveloppe biodégradable aux couleurs du thé. Une sélection idéale, qualitative et luxueuse.

www.christinedattner.com



LABEL « SPAS DE FRANCE »

Avec près de deux cents membres, le réseau "Spas de France" est le premier groupement de centres SPA français, réunis autour d'un même engagement de qualité, d'éthique et de services à la clientèle. L'ensemble des "Spas de France" ont été visités, audités et sélectionnés pour la qualité des prestations, du lieu et des installations, ainsi que pour la qualification de leur personnel. Les centres Spa répondent aux vingt critères rigoureux et sélectifs de la charte de qualité du Label "Spas de France" dont l'objectif est de distinguer et de désigner les Spas professionnels. Ces centres s'engagent tous dans une démarche de qualité active afin de mieux encadrer et garantir le bien-être de leur clientèle. Le label "Spas de France" permet donc de mettre en avant une image « porteuse », d'une qualité plus exigeante allée à une approche commerciale cohérente. Adhérer au groupement du label "Spas de France" induit le respect des critères de la charte de qualité, d'une philosophie professionnelle et déontologique. La labellisation "Spas de France" est une démarche volontaire de la part de l'exploitant visant à qualifier son établissement.

www.spasdefrance.fr



PRÉSENTATION

LE SPAS, LE SEUL SYNDICAT PATRONAL DU SECTEUR SPA BIEN-ÊTRE

Créé en septembre 2010, le SPAS se veut un des organes fédérateurs des professionnels du secteur et affiche sa détermination à encadrer et surtout à accompagner la profession dans son développement et dans l'affirmation de son identité. L'actuel développement du secteur sans structure officielle de guidage (pas de code APE ni de convention collective spécifique) est pour le moins surprenant mais, à l'évidence, provisoire ; la multiplication des enseignes, l'attrait du public et la montée en puissance du domaine ne pourront se faire sans l'existence d'un cadre administratif.

La mise en place par les pouvoirs publics d'une réglementation concernant les spas sans consultation préalable de la profession (ou consultation partielle de certains représentants non significatifs ou non représentatifs) est possible à tout moment mais, dans un tel contexte, la plupart des acteurs concernés pourrait se trouver en situation de difficultés. Le regroupement des professionnels du secteur est donc certainement la bonne alternative face à cette échéance inévitable.

Il existe actuellement des organisations regroupant des acteurs du secteur mais pas de structure professionnelle réunissant électivement les forces vives du domaine, à savoir, les gestionnaires de spas ! Face aux pouvoirs publics, nous devons être représentés non seulement de la manière la plus forte mais aussi la plus cohérente ; des avancées sont souhaitables (réappropriation du terme massage) mais elles ne pourront exister que par une action concertée et collective de la profession.

Depuis plusieurs mois, le SPAS multiplie les actions pour promouvoir le secteur et rappelle la singularité de la profession trop souvent assimilée à un « sous produit » de la filière cosméto-esthétique. Promouvoir les codes du secteur, créer du lien et renforcer les échanges entre professionnels, être source de nouvelles pistes de développement ou plus simplement venir en aide aux exploitants pour la plupart impactés par la crise économique, telles étaient les pistes pour organiser et mettre en place cette deuxième journée de rencontres professionnelles.

Si le secteur du spa est jeune, il n'en reste pas moins en constante évolution et le besoin de se renouveler sans cesse est récurrent : pour partir à la conquête d'une clientèle encore peu adepte des soins de spa ou fidéliser la population déjà conquise, toujours en demande de nouveautés en termes de mieux être, d'anti-stress ou d'anti-âge.

Pour être plus fort et plus représentatif, le SPAS à besoin d'adhérents motivés et déterminés : ensemble, nous construisons les cadres du secteur Spa Bien-être que nous souhaitons durable.

www.syndicat-spas.fr



www.syndicat-spas.fr

