

**ECOLE SUPERIEURE DES SCIENCES ET TECHNIQUES
DE LA SANTE DE SOUSSE**

Section : Physiothérapie

2^{ème} Année Physiothérapie

Certificat Thalassothérapie

**PRESENTATION DE LA
THALASSOTHERAPIE**

Dr.Sadok Gabbiche

Année Universitaire : 2009-2010

PRESENTATION DE LA THALASSOTHERAPIE

PLAN

A – Définition de la thalasso

B – Implantation d'un centre de thalasso

C – Prestations d'un centre de thalassothérapie :

D – Histoire de la thalassothérapie

E – La thalassothérapie et la société

F – La Thalasso en France

G – La Thalasso en Tunisie

H – Fédération internationale de thalassothérapie

PRESENTATION DE LA THALASSOTHERAPIE

A – Définition de la thalasso :

La thalassothérapie est une méthode à la fois thérapeutique, préventive et de promotion de la santé et du bien-être, utilisant simultanément dans un site marin privilégié, sous surveillance médicale et avec le concours d'un staff qualifié, les éléments du milieu marin, l'eau de mer, les algues, les boues marines, les sables et toutes autres substances extraites de celui-ci.

B – Implantation d'un centre de thalasso :

Le centre de thalassothérapie doit se situer idéalement en bordure immédiate de mer et sous l'influence directe du climat marin, dans un environnement naturel sain, hors de toute source de pollution

C – Prestations d'un centre de thalassothérapie :

- balnéothérapie
- héliothérapie
- algothérapie
- fangothérapie
- psammothérapie
- Exercice sur terrain de sable
- Cure de boissons de 250ml

D – Histoire de la thalassothérapie

Basée sur les bienfaits de l'eau de mer, source de vie, la thalassothérapie soignait déjà autrefois nos ancêtres. Les origines de la thalassothérapie remontent à l'Antiquité. La thalassothérapie soulageait alors les maux de l'homme. La thalassothérapie s'est aujourd'hui modernisée pour répondre à nos besoins. Reconnue de nos jours par la médecine, la thalassothérapie nous offre plutôt une pause bien être dans notre [stress](#) quotidien.

Hippocrate recommandait déjà 400 ans avant J.C l'usage de la thalassothérapie pour les démangeaisons de la peau. De même, Platon déclarait à propos de la thalassothérapie que "la mer lave tous les maux de l'homme". La thalassothérapie trouve ses racines dans l'Antiquité quelques siècles avant Jésus Christ chez les peuples vivant près de la mer.

Les Romains et les Grecs connaissaient la thalassothérapie sous la forme de bains froids et chauds alternés. Mais la thalassothérapie est par la suite délaissée à la chute de l'Empire Romain. Cette époque de décadence a jeté en effet une certaine méfiance sur la thalassothérapie. C'est fin XVIIe voire XVIII e siècle que la thalassothérapie intéresse à nouveau, notamment en [Angleterre](#).

C'est pourtant en France que naît le premier [centre de thalassothérapie](#) à Dieppe en 1778. On parle alors non pas de thalassothérapie mais de centre de traitement des bains de mer. D'autres centres de thalassothérapie se multiplient ensuite dans toute cette région jusqu'en [Angleterre](#). La thalassothérapie voit ses vertus reconnues par la médecine en 1849.

Dès lors, on voit éclore des centres de thalassothérapie dans les années 50 au XX e siècle un peu partout sur le littoral de la Manche, la côte atlantique jusqu'en Méditerranée. Depuis les années 80, la thalassothérapie s'est démocratisée partout en Europe et dans le monde entier et en particulier en Tunisie avec le premier centre ayant vu le jour en 1994 : Abounawas Boujaafar. La [France](#) regroupe cependant plus de la majorité des centres de thalasso thérapie dans le monde pour la diversité de ses stations balnéaires.

E – La thalassothérapie et la société

D'un point de vue thérapeutique, la thalassothérapie trouve ses bienfaits dans les richesses du milieu marin. L'eau de mer, le climat marin, les algues et la boue marine sont les ingrédients du succès de la thalassothérapie. Les sels minéraux, les oligoéléments et les ions marins resserrent votre organisme pour une thalassothérapie qui fait du bien à votre corps.

La thalassothérapie est une médecine douce reconnue pour soulager de nombreuses douleurs chroniques. La thalassothérapie est souvent recommandée pour les problèmes d'arthrose, d'ostéoporose, de rhumatismes, rééducation sportive, vasculaires et tant d'autres.... Mais vous pouvez aussi perdre une taille ou vous raffermir grâce à la thalassothérapie grâce aux [cures minceur](#).

La thalassothérapie est de plus en plus appréciée pour la cure de rajeunissement qu'elle procure. Dans une société tournée vers la jeunesse et la beauté, la thalassothérapie séduit de plus en plus une clientèle soucieuse de préserver son capital santé. Véritable source de bien être, la thalassothérapie est devenue l'occasion de se relaxer lors d'un séjour 100% détente en bord de mer. La thalassothérapie fait aujourd'hui plus figure de [remise en forme](#) même si ses vertus curatives ne sont pas dénigrées.

F – La Thalasso en France

Les cures thalasso en France sont très prisées pour la diversité des stations balnéaires de ce pays. Un large choix de [centres thalasso](#) en France s'offre à vous pour votre bien être. La Manche, la côte atlantique ou la Méditerranée : diverses régions pour un séjour [thalasso](#) en France dont vous apprécierez les bienfaits.

La thalasso en France propose de nombreux soins pour retrouver vitalité. Partir en vacances thalasso en France permet de s'échapper du stress quotidien. C'est pourquoi, depuis ses origines la thalasso en France est réputée pour "laver les maux de l'homme" (Platon). Différents centres de thalasso en France sont à votre disposition pour un week-end de plaisir

La thalasso en France se développe dès le XVIIIe siècle. La thalasso en France était surtout reconnue pour ses bains de mer. La thalasso en France s'étend peu à peu sur la côte normande : différents centres de thalasso en France voient le jour, de Dieppe en 1778 jusqu'au Touquet début XXe siècle.

Les centres de thalasso en France se multiplient alors sur tout le littoral, de la [Baule](#) à Antibes. Le séjour thalasso en France devient une cure de rajeunissement grâce aux richesses du milieu marin. Un voyage thalasso en France est aujourd'hui un vrai moment de détente pour une simple remise en forme, une cure minceur ou pour soigner un mal plus profond. L'eau de mer, le climat marin, et la diversité des régions font de la thalasso en France un véritable succès.

Plus qu'une simple remise en forme, des vacances thalasso en France peuvent guérir vos maux du quotidien comme vos maladies chroniques: fatigue, stress, avec l'algothérapie ou la balnéothérapie pour l'arthrose. Une cure thalasso en France, c'est aussi un remède aux rhumatismes grâce aux jets sous marins, ou aux problèmes vasculaires avec les drainages lymphatiques. Un [weekend thalasso](#) en France est, de plus, un vraie cure diététique grâce à une alimentation équilibrée et de l'aquagym.

Un grand choix de cures thalasso en France vous permet d'adapter votre séjour thalasso selon vos besoins. Optez plutôt pour un centre de thalasso en Méditerranée, comme celui de Thalazur Antibes par exemple si les temps pluvieux vous dépriment. Si la côte atlantique vous séduit, partez profiter de la vue imprenable qu'offre le centre de thalasso Thalassa Quiberon. Enfin, les cures de thalasso du centre Thalassa le Touquet vous raviront pour leur professionnalisme.

G – La Thalasso en Tunisie

Plus réputée pour ses séjours en club, la **thalasso en Tunisie** regorge de stations balnéaires. Les vacances thalasso en Tunisie permettent de savourer la douceur du climat tout en retrouvant la forme. De nombreux [hôtels thalasso en Tunisie](#) offrent des soins à la carte pour éliminer le stress quotidien en bord de mer. La qualité de l'accueil et le charme touristique de ce pays feront de votre [séjour thalasso](#) en Tunisie un vrai plaisir au soleil.

De nombreux forfaits **hôtels thalasso en Tunisie** à [petits prix](#) vous permettront de découvrir un cadre somptueux pour vous relaxer. Une [cure thalasso](#) en Tunisie allie le charme oriental à la diversité de ses sites et la proximité de ses terrains de golf.

Découvrez pendant votre **séjour thalasso en Tunisie** les différentes cultures de ce pays : phénicienne (Carthage), romaine et arabo musulmane (Grande mosquée de Kairouan, Tunis). Vous pourrez apprécier durant ce **voyage thalasso en Tunisie** l'artisanat (céramique, bijouterie, cuivre) dans un cadre magique à 2h de vol de l'Europe.

Trente Neuf [centres de thalasso en Tunisie](#) vous accueillent pour votre détente. Lors du choix de votre hôtel thalasso en Tunisie, n'oubliez pas de lier votre établissement aux charmes touristiques du pays. Optez pour un **hôtel thalasso en Tunisie** où les thermes y sont intégrés comme les Thermes marins de Carthage qui vous séduiront pour leur hammam mythique sous une coupole étoilée. Divers soins et cures à la carte vous sont proposés dans ce [centre de thalasso de Tunisie](#).

D'autres centres de thalasso en **Tunisie** vous attendent, en bord de mer comme par exemple L'hasdrubal Thalassa, près de Yasmine hammamet. Cet établissement propose comme **cure de thalasso en Tunisie** notamment hydromassage, algothérapie, piscine d'eau de mer ou spa notamment à partir de 400 dinars tunisiens la chambre double l'été.

Autre **hôtel thalasso en Tunisie**, le Karthago Hammamet, au style unique d'un paquebot de luxe. A partir de 535 dinars tunisiens le forfait hôtel thalasso Tunisie de 4 jours pour une chambre double en été, vous vous offrirez détente et bien être grâce à la physiothérapie, les soins capillaires ou les soins spécifiques.

De superbes hôtels thalasso en Tunisie vous ouvrent les portes pour enlever fatigue et stress, mincir et vous offrir de vraies vacances relaxation.

H – Fédération internationale de thalassothérapie

La Fédération Internationale de Thalassothérapie - Mer et Santé

Elle a été créée en 1986, date à laquelle on assiste à un développement de centres sur tout le littoral français, par des médecins, des scientifiques, et des dirigeants d'institut de thalassothérapie soucieux de conserver les valeurs de la Thalassothérapie : l'utilisation de l'eau de mer naturelle, un site privilégié en bordure de mer.

Elle représente auprès du grand public et des organismes officiels les centres de thalassothérapie qui adhèrent volontairement à sa charte qualité. Elle garantit la qualité des soins et le respect de l'appellation "thalassothérapie" en France et elle fait connaître officiellement la thalassothérapie à l'étranger.

☐☐2008 : Regroupement des Professionnels de la Thalassothérapie

Le 01 Février 2008, la Fédération Internationale de la Thalassothérapie et le Syndicat National de la Thalassothérapie se sont regroupés sous une seule entité : Le Syndicat National de la Thalassothérapie.

Le Syndicat développera 3 axes prioritaires :

- Une Commission " Mer et Santé "
- Une Commission " Scientifique " " Développement durable "
- Une Commission " Sociale "

☐☐Centres de Thalassothérapie

Ces entreprises et établissements doivent obligatoirement être implantés dans un site marin, qui par l'utilisation de l'eau de mer et la valorisation des spécificités du climat et des produits extraits de la mer, concourent activement au bien-être physique et mental des personnes qu'ils accueillent, grâce à l'élaboration et à la pratique d'ensembles individualisés, organisés et continus de soins et de prestations, appelés « cures » et soins de Thalassothérapie.

Un établissement de Thalassothérapie met en oeuvre une pluralité de techniques et de services dont le principal objectif est d'assurer la prise en charge globale du curiste et l'optimisation des bienfaits du milieu marin, dans un but préventif ou curatif.

En sont exclus : les Hôtels de Tourisme avec ou sans Restaurant, les Résidences Hôtelières et de Tourisme, les Etablissements Thermaux et de Remise en Forme qui n'entrent pas strictement dans la définition d'un institut de Thalassothérapie.

☒☒ Thalassothérapie et SPA

Dans beaucoup de centres de Thalassothérapie, un espace SPA est proposé à la clientèle. Vous retrouvez des soins « zen » avec un personnel hautement qualifié et certains soins « spas » peuvent être intégrés dans votre programme de cure. Les centres de Thalassothérapie disposent de toutes les compétences, technologie pour créer les meilleurs spas.

SYNDICAT NATIONAL DE LA THALASSOTHERAPIE

Tel : (33) 2 40 11 72 35

Les membres du bureau

L-M CLUS (Président)
S. RAULIC (Vice-Président)
P.SANCHO (Trésorier)
O. BRUGERE
G. DELEPAUX
P. GOMEZ
J-L PLEUVRY