

emotionSpa Magazine

& Beauty

DOSSIER

**LA FOLIE
COSMÉCEUTIQUE**

UN MARCHÉ
EN PLEINE CROISSANCE

*Mad about
Cosmeceuticals*

**UN SPA
DANS 200 m²**

De la théorie
à la pratique

*A Spa in 200 m²
From theory to practice*

SPÉCIAL

INNOVATIONS

ÇA FAIT LE BUZZ

VICHY SPA HOTEL JUVIGNAC

La prévention et le capital santé beauté de la peau

PAR/BY PASCALE BROUSSE



Vichy Spa Hôtel propose un parcours entièrement dédié à votre capital santé. Fort de son expertise dans la ville éponyme, cet établissement a ouvert en mai dernier aux portes de Montpellier. Le Vichy Spa Hôtel a la particularité d'être installé sur le Domaine de Fontcaude, où se situe un ancien établissement thermal. Deux sources alimentent le site, dont les vertus bienfaitantes étaient utilisées dès l'époque romaine.

Le « Spa » s'étend sur 2 600 m² et offre une palette de cures et d'activités impressionnante. Le confort absolu de l'hôtel, la gastronomie de pointe orchestrée par les frères Pourcel et le Golf International attenant font de cette destination le 4 étoiles du bien-être.



Piscine chauffée

LA GESTION DE SA SANTÉ, INTÉGRANT LA BEAUTÉ

Faisant partie du Groupe Clinipole, acteur majeur de la santé en Languedoc Roussillon, Vichy Spa Hôtel Montpellier Juvignac propose à sa clientèle de bénéficier de l'expertise d'un pôle de compétence large (médecin nutritionniste, médecin esthétique, pool de kinésithérapeutes et coachs sportifs). Depuis les séjours bien-être jusqu'aux cures médicalisées, Vichy Spa Hôtel offre une méthode unique de soins par l'eau de source. En effet, les eaux bicarbonatées calciques de Fontcaude sont reconnues en dermatologie pour leur effet anti-inflammatoire, apaisant et cicatrisant (nb : la reconnaissance de l'appellation « eau thermale » est en cours).

UN SPA DE SANTÉ

Avec ses 15 cabines de soin, le Spa de Fontcaude est l'un des plus vastes du sud de la France. Son point fort est sa piscine de 210 m², complétée par une piscine extérieure de 60 m², qui offre de nombreux services : bassin de rééducation, jets, vélos, parcours aquatique, etc.

DÉCLINÉ SUR 2 600 M², LE SPA PROPOSE LES SOINS VICHY LABORATOIRES ET SKINCEUTICALS

Il y a deux types de cures : les « thérapeutiques » (« Je m'affine » et « Je rajeunis » cure minceur et anti-âge) et les cures « d'agrément », anti-stress, remise en forme et beauté. Les patients des cures thérapeutiques sont reçus par le Dr CHEVALLIER ou par l'un des médecins esthétiques. Ceux qui ont choisi le « check-up » 3 semaines en amont du séjour (845 euros) auront une véritable photographie de leur état de santé ainsi qu'une prise en charge médicale avec résultats et conseils à la clé.

Tous peuvent bien sûr choisir de se faire chouchouter au Spa, avec de nombreux soins experts visage et corps, assurés par l'Endermolift et SkinCeuticals (dont le diagnostic de peau). Les soins d'hydrothérapie complètent le lâcher-prise avec la fameuse Douche de Vichy

Autre particularité du lieu : le bistrot by J&L POURCEL intègre des plats diététiques conçus en collaboration avec le Dr Laurent CHEVALLIER et des recettes spécialement conçues à base d'eau de Vichy ! Richelement minéralisée (plus de 3 g par litre), celle-ci préserve mieux la couleur des légumes et diminue le temps de cuisson grâce à l'action anti-pectine du bicarbonate de sodium tout en réduisant l'adjonction de sel.

VICHY SPA HOTEL JUVIGNAC Preventive care and skin beauty health capital

UK VICHY SPA HOTEL OFFERS A PROGRAMME WHICH IS ENTIRELY DEVOTED TO YOUR HEALTH CAPITAL. ON THE STRENGTH OF ITS EXPERTISE IN THE TOWN OF THE SAME NAME, THIS ESTABLISHMENT OPENED IN THE OUTSKIRTS OF MONTPELLIER LAST MAY. A SPECIAL FEATURE OF THE VICHY SPA HOTEL IS THE FACT THAT IT IS ON THE FONTCAUDE ESTATE, SITE OF A FORMER THERMAL SPA. TWO SPRINGS, WHOSE BENEFICIAL PROPERTIES WERE ALREADY BEING USED BACK IN ROMAN TIMES, SUPPLY THE SITE WITH WATER. THE 'SPA' EXTENDS OVER 2,600 M² AND OFFERS AN IMPRESSIVE VARIETY OF TREATMENT COURSES AND ACTIVITIES. THE HOTEL'S ABSOLUTE COMFORT, CUTTING-EDGE GASTRONOMY PRODUCED BY THE POURCEL BROTHERS AND ADJOINING INTERNATIONAL GOLF COURSE, MAKE THIS A 4-STAR WELLBEING DESTINATION.

MANAGING YOUR HEALTH AND INCORPORATING BEAUTY CARE

As part of the Clinipole Group - a major player in the health sector in Languedoc Roussillon - Vichy Spa Hotel Montpellier Juvignac offers its customers the chance to enjoy a centre with wide-ranging skills (doctors specialising in nutrition and aesthetic medicine as well as a pool of physiotherapists and sports coaches). From wellbeing stays to medicalised courses of treatment, Vichy Spa Hotel offers a unique method of treatments using spring water. Indeed, Fontcaude's calcium bicarbonate waters are well known in dermatology for their anti-inflammatory, soothing and healing properties (N.B. the 'thermal spring water' label is in the process of being approved).

A HEALTH SPA

With its 15 treatment rooms, the Fontcaude Spa is one of the biggest in the south of France. Its main strength is its 210 m² swimming pool, supplemented by a 60 m² outdoor pool, which provide several services: a re-education therapy pool, water jets, bikes, aquatic circuits, etc.

SET OVER 2,600 M², THE SPA OFFERS VICHY LABORATOIRES AND SKINCEUTICALS TREATMENTS

There are two types of treatment packages: the "therapeutic" courses ("I'm slimming down" and "I look younger" - slimming and anti-ageing courses) and the "leisure", anti-stress, back-in-shape and beauty treatment courses.

The patients who come for therapeutic courses of treatment are welcomed by Dr. CHEVALLIER or by one of the aesthetic medicine doctors. Those who, 3 weeks prior to their stay, have chosen the "check-up" (€845) will obtain a real insight into the state of their health as well as medical treatment with results and advice into the bargain. Everyone can, of course, choose to be pampered at the Spa, with several expert face and body treatments provided by Endermolift and SkinCeuticals (including skin diagnosis). The hydrotherapy treatments complete the process of absolute relaxation with the famous Vichy Shower.

Another special feature is the J&L POURCEL Bistro that offers healthy dishes designed in partnership with Dr. Laurent Chevallier and specially designed recipes using Vichy water! Because it has a high mineral content (more than 3g per litre), it maintains the colour of vegetables better and reduces cooking time thanks to the anti-pectin action of the sodium bicarbonate while simultaneously reducing added salt.

RENCONTRE Dr Laurent CHEVALLIER



Médecin nutritionniste et praticien attaché à la Clinique du Parc et au CHRU de Montpellier. Il dirige le pôle Nutrition de plusieurs cliniques et est l'auteur de nombreux ouvrages, dont « Maigrir sans lutter » (Fayard - 2014). Soulignons que le Docteur a été actif en dénonçant les méfaits du Bisphénol A dès 2009 devant les parlementaires (il est interdit en France depuis janvier 2015) et est très impliqué sur les causes de méfaits de la santé (ondes / électro sensibilité, etc.).

Quelle est l'histoire de votre arrivée ici ?

Dr Laurent CHEVALLIER : Vichy Spa Hôtel est venu me chercher à la proche Clinique du Parc où j'occupe et qui s'est impliquée dans le concept. J'ai développé les deux programmes de cures uniques, « Cure Remise en santé » et « Cure exclusive Check-up et Coaching », en coordination avec les experts du Groupe Clinipole et Vichy Spa Hôtel.

SUR LE PLAN ADDICTIF, UN CERVEAU DE PERSONNE OBÈSE FONCTIONNE COMME UN CERVEAU DE DROGUÉ !

Quelle est la spécificité de l'axe minceur ?

Dr L.C. : Ils sont décrits dans mon dernier livre « Maigrir sans lutter », où je décris l'influence des neurotransmetteurs sur nos pulsions alimentaires. La cure « Remise en santé » donne lieu à un vrai sevrage, développé en fonction du profil nutritionnel de la personne. Il s'agit de se défaire de l'addiction au sucre et au gras. Nous leur apprenons à éviter les sucres ajoutés.

Décrivez-nous les bénéfices du sevrage.

Dr L.C. : Lorsqu'il y a addiction (au sucre et au gras), le récepteur à la dopamine est inhibé. Le premier bénéfice sera de lever cette inhibition grâce au sevrage. Il faut savoir qu'un cerveau d'obèse est similaire à un cerveau de drogué ! (*i.e sur le plan addictif*). L'approche neurobiologique permet des avancées considérables, grâce à la prouesse de l'IRM fonctionnel. Les résultats sont optimisés avec la prise de tryptophane et l'activité physique est obligatoire, même douce.

Quels autres conseils donnez-vous ?

Dr L.C. : Une fois le sevrage effectué, le patient rentre en phase de stabilisation et peut réintroduire des « extras », sans en acheter toutefois. Il faut absolument éviter les exhausteurs de goût (comme le glutamate) dans les produits de grande consommation, l'aspartam et rester en mode « sain ». Dans mon livre, j'élargis le spectre au choix de la literie (faire attention aux matelas traités et contenant des nanoparticules, choisir un matelas en latex où n'iront pas les acariens), à la cuisson des aliments (attention au revêtement des poêles, etc.).

ON A TESTÉ La Cryothérapie

Bien connue des sportifs de haut niveau, la cryothérapie tend à se démocratiser en Spa. Pour le grand public, elle est accessible moyennant une attestation médicale (pouvant être réalisée sur place, afin de vérifier notamment votre bonne santé cardio-vasculaire). L'expérience consiste à recevoir du froid à haute dose (azote), pouvant aller jusqu'à -170°, durant 2 à 3 minutes. L'effet est saisissant. Les bénéfices sont nombreux, certains sportifs l'utilisent au quotidien : stimulation et fortification de l'organisme, effet analgésique, anti-inflammatoire. Il est intégré dans la cure minceur. Sommeil de bébé assuré le soir !

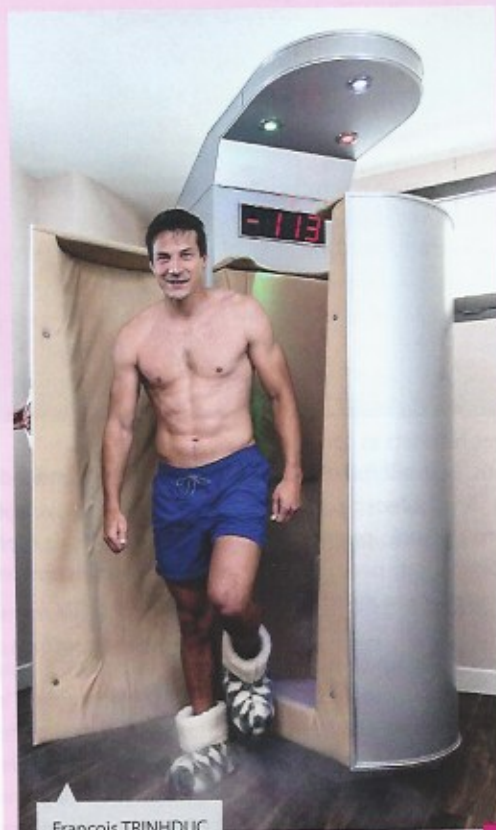
→ Séance de cryothérapie : 2min, 25 euros.

WE TESTED

The cryotherapy treatment

Cryotherapy is well known to high-level athletes and is becoming more common in Spas. It is accessible to the general public with a medical certificate (which can be obtained on-site, especially to check your cardio-vascular health). The experience involves having a high dose of cold (nitrogen) applied at up to -170° for 2 to 3 minutes. It has an intense effect that provides numerous benefits and some athletes use it daily for stimulation and strengthening of the body, its pain-killing and anti-inflammatory effect, etc. It is part of the slimming course of treatment. You are guaranteed to sleep like a baby at night!

Cryotherapy session : 2 mins, 25 euros.



Francois TRINH DUC

MEET Dr Laurent CHEVALLIER

Doctor specialising in nutritionist and practicing medicine at the Clinique du Parc and CHRU (Centre Hospitalier Régional Universitaire) in Montpellier, he runs the Nutrition Centre at several clinics and is the author of several books including "Maigrir sans lutter" (Lose weight without struggling) published by Fayard in 2014. It should be pointed out that Dr. Chevallier has been active in denouncing the harmful effects of Bisphenol A since 2009 to members of parliament (it has been banned in France since January 2015) and is very involved in finding the causes of harmful effects to health of waves / electro-sensitivity etc..

What brought you here?

Dr. Laurent CHEVALLIER: Vichy Spa Hotel sought me out at the nearby Clinique du Parc where I work and which became involved in the concept. I developed two programmes comprising unique courses of treatment - "Back to health" and the "Exclusive Check-up and Coaching Treatment" - in tandem with experts from the Clinipole Group and Vichy Spa Hotel.

What is specific about the approach to slimming?

Dr. L.C.: In my latest book "Maigrir sans lutter" (Lose weight without struggling), I describe the influence of neurotransmitters on our food cravings. The "Back to health" course of treatment leads to genuine weaning from these cravings, and is developed according to the person's nutritional profile. It involves conquering an addiction to sugar and fat. We teach how to avoid added sugars.

Tell us about the benefits of weaning.

Dr. L.C.: When there is addiction (to sugar and fat), the dopamine receptor is inhibited. The first benefit is to remove this inhibition through weaning. It is important to understand that an obese person's brain is similar to a drug addict's brain! (i.e. in terms of addiction). The neurobiological approach has enabled considerable progress to be made thanks to achievements of functional MRI. The results are optimised by taking tryptophan, an essential amino acid, and doing physical activity - even minimal - is mandatory.

What other advice do you give?

Dr. L.C.: Once the weaning process is complete, the patient enters a stabilisation phase and can reintroduce "treats" even if they can't buy them. They must avoid flavour enhancers (such as glutamate) in widely consumed products and aspartame and stay in "healthy" mode. In my book, I widen the spectrum to include the choice of bedding (be wary of mattresses which are treated and contain nanoparticles, choose a latex mattress which doesn't attract mites, etc.) and how food is cooked (be careful with frying pan coatings, etc.).



Fontaine de glace



Bain hydromassant



Modelage

Mon avis

En conclusion, fort de ses 99 chambres impeccablement désignées par Brigitte DUMONT de CHASSART, Vichy Spa Hôtel est propice au ressourcement le temps d'un court séjour ou d'une cure. Grâce à sa situation géographique méridionale, il s'adresse à deux types de clients : bien-être (plusieurs nuits à visée massage, santé) et loisir (des étrangers qui découvrent l'hôtel lors d'une escale par exemple).

Avec l'implication du nutritionniste star Dr CHEVALLIER, nous avons l'assurance ici d'avoir des protocoles efficaces et durables, notamment en minceur. Un concept qui place en son centre la gestion et la responsabilité de sa santé, qui sera LA grande tendance des 20 années à venir et la première raison de se déplacer.

Vichy Spa Hôtel possède tous les atouts de la réussite et de la duplication dans de nombreux pays.



My Opinion

In conclusion, with its 99 rooms impeccably designed by Brigitte Dumont de CHASSART, Vichy Spa Hotel is conducive to recharging one's batteries during a short stay or course of treatment. With its geographic location in the south of France, it is aimed at two types of customers: wellbeing (several nights with a focus on massages/ health) and leisure (tourists who discover the hotel during a stopover, for example).

With the involvement of star nutritionist Dr CHEVALLIER, we are guaranteed effective and sustainable protocols, particularly in terms of slimming. At the heart of this concept is the management and responsibility for one's health, which will be THE big trend over the next 20 years and the main reason for visiting.

Vichy Spa Hotel has all the ingredients needed for success and can duplicate the concept in many other countries.