

## Liste des soins de beauté, des activités et des prestations complémentaires

« Swiss/Phytotherapy®- Mességué®- Phytoline® »

## TABLE DES MATIÈRES

1	Soins de beauté aux extraits de plantes.....	2
2	Activités et prestations complémentaires .....	2
2.1	La gymnastique en piscine .....	2
2.2	La salle de fitness.....	3
2.3	Le sauna.....	3
2.4	Le hammam.....	3
2.5	La tisanerie .....	4
2.6	La boutique des produits.....	4
2.7	Le laboratoire de macération et la « cuisine des plantes ».....	4
2.8	L'exposition des plantes aromatiques.....	5

## 1 SOINS DE BEAUTÉ AUX EXTRAITS DE PLANTES

---

Lors d'une cure « Swiss Phytotherapy®- Mességué® - Phytoline® », les curistes peuvent profiter au gré de leurs envies de soins et de traitements de rajeunissement du visage et du corps en général avec des produits naturels très spécifiques à nos établissements.

Nous proposons les soins suivants :

- Soin du visage
- Soin du buste
- Peeling corporel
- Soin et nettoyage du dos
- Epilation à la cire (moustache, aisselles, bikini, bras, demi-jambe, jambe entière, sourcil et visage)
- Teinture des cils / sourcils
- Beauté des mains
- Beauté des pieds

## 2 ACTIVITÉS ET PRESTATIONS COMPLÉMENTAIRES

---

### 2.1 La gymnastique en piscine

La gymnastique en piscine est un excellent moyen de brûler les sucres avant qu'ils ne se transforment en graisse. Sans effort, le corps est soulagé de son poids grâce à une ceinture spéciale qui permet au corps de flotter dans l'eau. Cette gymnastique en piscine sous contrôle d'un moniteur spécialisé permet d'améliorer la condition physique générale. L'amélioration du système cardio-vasculaire est essentielle et ceci est possible grâce à des exercices dans l'eau qui facilitent le retour du sang vers le cœur. Ce phénomène est le résultat de la pression de l'eau sur le système veineux superficiel des membres inférieurs qui n'entraîne pas la moindre dilatation des veines.

Donc, non seulement le corps se fortifie, mais les calories sont brûlées en souplesse.

## 2.2 La salle de fitness

Les centres de cures « Swiss Phytotherapy® - Mességué® - Phytoline® » sont équipés de salles de fitness dans lesquelles nous proposons, entre autres, des cours de stretching.

## 2.3 Le sauna

Le sauna est un bain de chaleur sèche entre 60° et 95°C. Il provoque le réchauffement du corps et par ce processus permet une amélioration du système immunitaire grâce à la transpiration et à l'évaporation de la sueur.

Grâce à ces séances de sauna, les réactions suivantes sont ressenties : détoxification de la peau, entraînement mécanique du cœur et des vaisseaux sanguins, stimulation du système neurovégétatif et stimulation et régulation de sécrétions hormonales.

## 2.4 Le hammam

Le mot « hammam » vient de la langue arabe et signifie « bain de purification ». Son but est de laver et de purifier le corps. Le hammam a un taux d'humidité très élevé. Sa température se situe entre 40 et 48°C.

Les effets suivants sont ressentis lors d'une séance d'hammam : sudation et désencrassement de la peau, détente du système neurovégétatif, décontractant musculaire, stimulant respiratoire (effet augmenté par l'addition d'huiles essentielles comme le pin ou l'eucalyptus).

## 2.5 La tisanderie

Dans nos centres de cures « Swiss/Phytotherapy® - Mességué® – Phytoline® », plusieurs salons sont équipés de « tisanderie » où les curistes peuvent se détendre et déguster des infusions à longueur de journée. Ce moyen de drainage et de relaxation fait partie de la recette anti- stress nécessaire pour obtenir les meilleurs résultats possibles en matière de prévention-santé.

## 2.6 La boutique des produits

A la fin de leur séjour, notre médecin ou notre naturopathe conseille à chaque curiste une recette personnelle pour continuer leur cure à la maison afin de ne pas perdre les bienfaits qu'ils ont obtenus durant leur séjour chez nous. Ils peuvent trouver ces produits à notre boutique.

De plus, des produits de beauté et nos spécialités à base de plantes se trouvent également en vente libre dans cet espace.

## 2.7 Le laboratoire de macération et la « cuisine des plantes »

Dans les centre de cures « Swiss/Phytotherapy®- Mességué® - Phytoline® », nous avons aménagé de véritables « cuisines des plantes ». C'est dans ces espaces que nous faisons bouillir et macérer toutes sortes de plantes.

Nous préparons les mélanges de plantes qui remplissent de grandes cuves. Elles sont chauffées, puis vont bouillir et macérer durant des heures afin d'en extraire les propriétés bienfaitantes. Ces différentes décoctions et macérations de plantes servent aux bains complets, aux bains de pieds et aux bains de mains.

Après votre visite chez le phytothérapeute ou chez le naturopathe, il va préparer pour chaque curiste une recette personnalisée en choisissant plus ou moins l'une ou l'autre de ces macérations.

## 2.8 L'exposition des plantes aromatiques

Dans nos centres de cures les plantes sont utilisées soit en infusion, soit en décoction, soit en macération, soit en extraits liquides afin de dynamiser l'efficacité des traitements.

Mais avec une exposition, nous souhaitons surtout montrer la qualité et la pureté des plantes que nous utilisons. Durant plus de 30 ans, Maurice Mességué, son fils Didier et son entourage se sont battus contre l'invasion des produits chimiques, des pesticides, des herbicides et des insecticides dans les cultures de plantes. Aujourd'hui encore, nous faisons analyser les plantes que nous recevons afin de s'assurer qu'elles ne contiennent pas de produits chimiques.

Nous sommes fiers de la qualité de nos plantes et c'est pourquoi nous souhaitons à travers cette exposition vous faire partager notre savoir-faire et notre expérience.

