



Allemagne

Communiqué de Presse

Paris, le 28 juin 2007

ILS SONT FOUS, CES ALLEMANDS !

Ils sont fous, ces Allemands, et féroces consommateurs de bien-être !

La bière, le vin, le chocolat, la craie, rien ne leur fait peur, pas même le vinaigre qui se trouve remis au goût du jour et pour lequel ils ont été jusqu'à créer une académie !

www.essigakademie.de

Le vinaigre n'a pas fini de nous surprendre !

Utilisé en thérapie à l'époque des Babyloniens, soit 4000 ans avant JC, mais aussi par les Chinois, les Egyptiens (Cléopâtre raffolait des bains à l'essence de vinaigre !) et les Grecs, il fut très en vogue au Moyen-Âge sous forme d'inhalations, bains de vapeur, massages et enveloppements, Nous savons que la gourde des soldats romains contenait de l'eau additionnée de vinaigre, ce qui était supposé être un excellent moyen de défense pour le système immunitaire. Au pied de la croix, c'est ce qu'on aurait tendu au Christ, au Moyen-Âge, on s'en servait aussi pour chasser les sorcières, et au dix-septième siècle, les Japonais l'utilisaient pour conserver leurs poissons.

De nos jours en Allemagne, des cours spéciaux sur l'utilisation du vinaigre sont dispensés dans le cadre de l'industrie de l'hôtellerie et des spas. Le vinaigre de bain retrouve ses lettres de noblesse !



En Bavière, il n'y a pas que le sel qui fait fureur, les bains de chocolat sont très appréciés, mais peut-être pas autant que les soins à base de pommes du terroir, bain de pommes, vinaigre de pomme, tout ce qui touche à la pomme est bon pour la forme, y compris une délicieuse boisson à base de jus de pomme et herbes fraîches !

www.apfelbad.com et www.vitalis-dr-Joseph.com

Et si vous optez encore pour le vin !

Des bains à la crème fraîche et à l'huile de pépins de raisins, et tous les classiques enveloppements au service de votre silhouette.

www.biorelle.de

La craie de la Mer Baltique fait merveille et rend la peau douce comme de la soie, c'est à Rügen que ce soin unique s'apprécie le mieux.

info@tc-hotels.de

Des produits de beauté à base de pastel

La Thuringe est la patrie du pastel puisque c'est là que fut autrefois cultivée, pour ses feuilles qui donnaient une couleur bleue, cette plante de la famille des crucifères, qui sombra ensuite totalement dans l'oubli avec l'utilisation d'autres méthodes de teinture. Seul moyen dont on disposait autrefois pour teindre les étoffes, on disait aussi que les guerriers s'enduisaient le corps de pastel pour se donner un aspect féroce et impressionner leurs ennemis ! Hippocrate en recommandait l'utilisation pour guérir les blessures. On a au vingtième siècle découvert d'autres propriétés du pastel, notamment dans le domaine de la dermatologie et de la cosmétique, et de là à développer toute une



gamme de produits, le pas fut vite franchi. Une ligne de produits de soins visage et corps est désormais disponible.

www.erfurt-tourist-info.de



Allemagne

LE BAIN DE BIÈRE : UNE CURE DE JOUVENCE

Dans la station thermale de Bad Elster, dans le sud du land de Saxe, les clients peuvent se baigner dans la bière.

La station thermale stocke la bière pour le bain dans des charrettes de chêne spécialement fabriquées pour cet usage. Chaque bain est rempli devant les yeux des baigneurs. Environ trois litres de bière mélangés avec l'eau du bain à une température de 37 °C produisent un résultat fortement mousseux. Pendant ou après le bain, on peut déguster un verre de bière noire. Il est conseillé de se reposer après le bain environ une demi-heure pour laisser agir les ingrédients de ce pur produit naturel.

La « bière spéciale bain » a été conçue par la brasserie du monastère de Neuzelle dans le Brandebourg. La particularité d'un tel bain, c'est qu'après, la peau sent le malt et pas la bière. Helmut Fritsche, propriétaire de la brasserie du monastère se montre enthousiaste : « on se sent comme un nouveau-né ». Et à juste titre, car la levure qui se trouve en quantité non négligeable dans la bière est un merveilleux hydratant pour la peau et constitue aussi un excellent remède pour les peaux sèches et l'eczéma. De plus, les vitamines et les minéraux contenus stimulent le métabolisme, l'acide carbonique favorise la circulation du sang. Si vous ajoutez à cela les effets calmants du houblon, vous n'hésitez plus à vous plonger dans un bain de bière !

www.saechsische-staatsbaeder.de, www.bad-elster.de



Allemagne

Bière anti-âge

Qui n'aimerait pas retarder les outrages du temps et réconcilier le corps avec l'esprit et l'âme ? La brasserie du monastère de Neuzelle a développé une « bière de jouvence » qui comprend l'algue d'eau douce « Spirulina », de l'eau saline et des flavonoïdes. L'élément de base de la bière anti-âge est le « bain de bière » de la même brasserie.

Les ingrédients ont les effets suivants :

Le houblon est supposé avoir un effet calmant en usage externe.

Les vertus de la levure sont connues dès le Moyen Age. Elle est riche en vitamines du complexe B et en minéraux.

L'eau saline a un effet curatif. Elle stimule le métabolisme et la digestion et a un effet modérateur sur la pression artérielle.

L'algue « Spirulina », avec plus de 100 substances nutritives, fait partie des aliments naturels les plus riches et les plus complets.

Les flavonoïdes ajoutés auraient un effet anti-infectieux.

Chez nos voisins d'outre-Rhin, la bière anti-âge se met au service du bien-être holistique. Mais attention, l'abus d'alcool est aussi dangereux pour la santé !

www.klosterbrauerei.com/neuzelle



Allemagne

L'« OR NOIR » DE BAD KOHLENGRUB

Les bains de boue se pratiquent depuis 1872. Pourquoi à Kohlgrub ? Parce qu'il s'agit d'une région montagneuse à forêts de pins. Bad Kohlgrub se trouve à 900m dans le pays alpin bavarois entre des prairies, des marais et des forêts. Cette région constitue un réservoir naturel, c'est un véritable cadeau du ciel pour la forme et la santé. Et un bon point de départ pour des excursions vers l'Autriche.

Traitement holistique par excellence, la boue améliore circulation et métabolisme. Recommandée pour les rhumatismes, les glandes hormonales, et les traitements de l'ostéoporose, cela en fait un traitement de choix pour les problèmes féminins. Il renforce le système immunitaire et est excellent pour le système nerveux, ce qui fait de lui un excellent facteur de régénération et de réduction du stress. Sans compter ses nombreuses applications dans le domaine cosmétique.



LE BAIN DE PETIT LAIT DE SISSI

Pour une peau aussi douce que lait et miel

L'impératrice avait coutume de dire que tout ce qu'on se mettait sur la peau, on devait être capable d'en manger !

Les vertus thérapeutiques du lait étaient déjà connues depuis Hippocrate au 4^{ème} siècle avant JC et Paracelse au Moyen-Âge.

Cléopâtre elle aussi entretenait la légendaire beauté de son corps grâce au lait et au miel. Au cours de ses nombreux séjours à Bad Kissingen, la célèbre impératrice Sissi, qui à l'origine était une princesse bavaroise, prenait également des bains de lait ou plus exactement de petit lait.

L'office thermal de la Bavière ne voulait pour rien au monde nous cacher les bienfaits de ce soin original. Il lui est donc venu à l'idée de le recréer, à partir de recettes dévoilées bien longtemps après la mort de l'impératrice et tombées dans le domaine public. Les bienfaits naturels de l'eau de source salée mélangée à du petit lait (nature, parfumé à l'orange ou à l'ananas), additionnée de crème fraîche et de miel, sont désormais à notre portée sous forme de petits flacons remplis de cette préparation spéciale pour le bain.

Allongez vous donc dans un bain imprégné de ce breuvage ; détendez vous et profitez de cette eau salée (vous renforcerez ainsi votre système cardiaque et diminuerez votre tension), gorgez vous de ses vitamines (Vitamines B pour l'essentiel) et de ses minéraux (comme le calcium, l'iode ou le potassium). Votre peau, vos cheveux, même vos ongles n'en deviendront que plus beaux et plus forts.

Dans ce bain magique, soulagez vos coups de soleil, calmez vos démangeaisons, apaisez votre eczéma. Cette préparation à base de petit



Allemagne

lait est en plus excellente pour prévenir l'apparition des rides.

L'albumine du petit lait est un bon hydratant pour la peau et constitue un facteur anti-pollution intéressant.

Tout en vous prélassant dans ce bain à 36°C de 20 minutes, prenez le temps de boire la tasse de lait que la baigneuse vous tendra généreusement. Votre corps profitera ainsi à la fois de l'intérieur et de l'extérieur.

Après le bain, ne vous séchez pas immédiatement. Enveloppez vous plutôt dans une couverture douillette et profitez encore de la détente pendant 20 à 30 minutes en vous laissant bercer par une douce mélodie.

En buvant cette préparation lactée, vous pourrez par ailleurs apprendre la manière dont on peut traiter les dysfonctionnements du foie, du métabolisme, de la peau ou du système digestif. Cette boisson joue aussi le rôle d'un laxatif doux et permet d'éliminer les toxines et les cellules mortes et de purifier votre corps. Elle est recommandée en cas d'ostéoporose.

Alors il n'y a plus à hésiter, lancez-vous sur les pas de Sissi et venez vous plonger dans un bain impérial exclusif à Bad Kissingen !

Email : tourismus@badkissingen.de

Internet : www.badkissingen.de



L'ARGOUSIER

Plante miracle de la nature au service de la beauté

En Allemagne plus qu'ailleurs, la tendance est aux produits naturels indigènes. Alors quoi de plus autochtone qu'un arbuste originaire d'Asie acclimaté en Europe depuis bien avant Jésus Christ ?

« Sanddorn », argousier, communément appelé « l'or orange » en vertu de sa couleur caractéristique, se voit également appelé « le caviar de la Baltique » en référence à ses origines, ou encore « le citron du nord » (c'est le fruit qui contient le plus de vitamine c en Europe). On ne le trouve à l'état naturel que dans certaines régions d'Allemagne.

Venu d'Asie, cet arbuste se trouvait dans la région de Brandebourg entre 13000 et 9800 avant JC, dans des régions extrêmement arides. Il se nourrit du soleil et de la lumière d'où il tire toute son énergie. Cet arbuste hermaphrodite, à la fois mâle et femelle, se trouve à des altitudes très élevées, jusqu'à 5000 mètres au Tibet, où ses baies jouent un rôle important dans la médecine traditionnelle.

Cet arbuste pousse sur les rivages de la mer du Nord et de la Baltique. On s'en est servi autrefois pour fixer les dunes, mais ce n'est qu'après avoir découvert son exceptionnelle teneur en vitamines (le citron ou l'orange contiennent 50 mg de vitamine C pour 100 g de fruit, l'argousier en contient 450 mg !) qu'on l'a vu sous un autre angle.

Sur la pittoresque île de Rügen, les arbousiers poussent encore à l'état sauvage. Un peu partout dans l'ancienne Allemagne de l'est, les argousiers prolifèrent, il existe même une société des amis de l'argousier. Depuis les années 90, l'huile d'argousier n'a cessé de susciter l'intérêt et quantité de produits cosmétiques ont vu le jour : crème pour



le visage, lotion pour le corps, huile de soins et de protection solaire, baumes pour les lèvres, savon-crème, gel pour la douche, et shampoing, tous excellents pour la peau et efficaces contre la pollution.

Actuellement en Allemagne outre les fabricants de produits cosmétiques, on trouve de nombreux spécialistes de l'argousier ainsi que de nombreux produits : vin, jus, liqueur et infusions.

www.landurlaub-ruegen.de

L'huile d'argousier, la star des huiles

L'huile du fruit de l'argousier possède une grande quantité de bêta-carotène, il est recommandé d'utiliser cette huile en cosmétique pour la protection et les soins de l'épiderme. L'huile de pépin participe à la régénération des tissus épithéliaux. On l'utilise dans les soins pour les grands brûlés. Elle a servi à soigner les lésions de la peau et des muqueuses des personnes touchées par l'accident de Tchernobyl. Les antioxydants présents dans l'huile conviennent à merveille aux peaux stressées et fatiguées. L'huile protège, entretient et guérit, la présence de vitamine F lisse la peau, stimule la régénération des cellules et ralentit le processus de vieillissement.

Les crèmes pour la peau à base d'huile d'argousier ont une texture particulièrement agréable et rendent la peau lisse et soyeuse.

A l'époque de la Grèce antique, les éleveurs de chevaux mélangeaient des baies à la nourriture de leurs chevaux afin que ceux-ci aient un poil bien lustré.



De nos jours, les Tibétains se soignent encore régulièrement la peau avec l'argousier dont la haute teneur en vitamines permet de renforcer l'immunité de façon générale, protège du froid, de la fatigue, et aussi du vieillissement.



LA MASSAGE DE BREUSS

Qu'est-ce que la massage de Breuss?

Cette méthode est un excellent complément à d'autres types de massages ou techniques thérapeutiques.

Il se combine très bien avec l'application de la méthode Dorn par exemple.

C'est une action douce sur la colonne vertébrale, avec beaucoup d'huile de Millepertuis, qu'on magnétise avec du papier de soie. Il s'agit d'un massage à action profonde.

Rudolph Breuss était un Autrichien qui a aidé beaucoup de gens à lutter contre le cancer (jus de Breuss).

Il était un des premiers à savoir corriger la colonne vertébrale de manière douce.

Le traitement est un massage énergétique et en profondeur du dos qui élimine les tensions nerveuses. La colonne vertébrale est d'abord relaxée puis étirée par un doux massage des vertèbres lombaires. Une application à base d'huile de millepertuis régénère ensuite les nerfs et les cartilages. Les mains de la thérapeute effectuent des pressions sur les apophyses pour libérer les blocages et analgésier les points douloureux. Les muscles s'assouplissent, la circulation est réactivée et la mobilité des mouvements améliorée.



LA « VINOTHERAPIE » REVUE ET CORRIGEE PAR LES ALLEMANDS

« Etre beau avec le vin Gutedel » : une méthode exclusive « Marija Maretic »

La méthode de soins a été élaborée par une fille de vigneron d'origine croate qui depuis sa plus tendre enfance a vu fouler les raisins au pied dans de grandes cuves. D'où son idée par la suite de créer une ferme de beauté à Badenweiler puis à Bad Bellingen.

Marija Maretic s'est installée dans le Markgräflerland, région située dans le sud de la Forêt Noire entre Fribourg en Breisgau et Bâle en Suisse. Célèbre pour ses douces collines, ses vallées ensoleillées et ses vignes à perte de vue, cette région est la patrie du Gutedel, une variété de vigne produisant un vin blanc sec dont le bouquet fin et discret est apprécié des connaisseurs et que Marija Maretic n'a pas hésité à convertir en cure cosmétique. C'est au cœur d'une nature préservée que se trouve Bad Bellingen, célèbre pour ses thermes, ses cures et soins de raisins.

Une méthode qui ne vous laissera pas de glace !

L'originalité de cette méthode est que tous les produits sont élaborés exclusivement à partir de raisins surgelés à une température de - 8 °C ce qui garantit la teneur en produits actifs et dispense de l'utilisation de conservateurs.

Les traitements stimulent la circulation sanguine, purifient, hydratent, raffermissent et rajeunissent la peau. Ils font merveille pour la cellulite, les vergetures et l'acné.



Allemagne

Principaux soins pour le visage:

- nettoyage en profondeur de la peau avec l'huile de pépin de raisins
- tonique au vin Gutedel
- application en mouvements circulaires sur le visage de glaçons de vin surgelés
- massage facial avec des raisins pressés surgelés
- masque de beauté aux extraits de raisin, miel et huile de pépin de raisins

Pour les inconditionnels de soins du corps

- bain de vin pétillant

Pour en savoir plus : www.marija-m.de

Les cures de Bad Bellingen

La cure de raisins

Le docteur Dr. Dieter Hoffmann a développé une cure de raisins « Gutedel » qui renforce le système immunitaire. Les 2 kilos de raisins absorbés chaque jour par les clients proviennent exclusivement de la culture biologique. Riche en minéraux, oligo-éléments, vitamines, acides aminés et acides gras essentiels, le raisin est connu pour ses propriétés laxatives et son effet dépuratif. La cure est idéale pour préparer le corps aux rigueurs de l'hiver et pour mincir.

www.bad-bellingen.de



L' »OR BLANC » DES FALAISES

Caspar David Friedrich, amoureux de l'île de Rügen, au bord de la Baltique, a immortalisé sur différentes esquisses et tableaux les désormais célèbres falaises de Rügen.

Or, ces merveilleuses falaises de craie ne sont pas uniquement un régal pour les yeux, saviez-vous qu'elles sont aussi un véritable trésor pour la santé ? Les vertus de cette craie sont reconnues médicalement et elle est utilisée dans les stations thermales de Rügen depuis plus d'une centaine d'années.

Au bord de la mer Baltique, le climat tonique et les hôtels spas de très haute qualité attirent une clientèle internationale en quête de ressourcement.

Blancs, Bienfaisants et Ecologiques : Les soins à la Craie Blanche

La craie, cet « Or blanc », a plus de 70 millions d'années et constitue la base de nombreux soins. La poudre de craie travaillée et mélangée à l'eau de mer forme une base crémeuse, dotée de propriétés bénéfiques pour la peau. Cette base de soin bienfaisante est utilisée en application dermatologique (maladie de la peau, irritations) ou esthétique (cellulite, film cutané). Ce produit qui fait merveille pour la peau est 100% naturel et totalement exempt d'allergènes.

Détendez vous sur fond de plages de sable blanc : après un soin, votre peau, douce comme de la soie, est apaisée, reposée et rajeunie. L'action drainante et relaxante de la craie vous aidera à soigner corps et esprit.



Allemagne

Le Bain de Craie :

Dans ce type de bain, chauffé entre 36° et 38°, le corps entier se relaxe et se purifie. L'effet drainant et nourrissant de la craie est bel et bien ressenti. Les parties de votre corps qui ont particulièrement besoin d'attention seront frictionnées de crème de craie, ce qui renforce l'efficacité du soin et l'effet de bien-être à la sortie du bain.

Sur demande, votre bain sera enrichi d'huile de romarin, de rose ou de mélisse, ou bien encore de lait de jument, d'algues ou d'huile de sésame.

Masque douceur pour peaux sensibles :

Composée de craie, d'huile, et de miel, cette crème, appliquée 20 minutes sur le visage, vous laissera une sensation de fraîcheur.

Le soin « Cléopâtre » pour décolleté :

Ce mélange est composé de craie, de lait de jument, d'huiles de sésame, d'amande et de ricin, de miel et d'extrait de rose. Appliqué sur votre décolleté, il apaisera cette zone sensible.

En savoir plus sur la craie :

Le musée de la Craie : <http://www.kreidemuseum.de/>

Le Comptoir de la Craie : <http://www.arcus-kontor.de/>

Office du Tourisme de Rügen : <http://www.ruegen.de>

Les bonnes adresses de soins

Rügen, la plus grande île allemande, est l'endroit idéal pour cette « cure de craie ». L'air marin et la qualité de la craie permettront à votre corps de bénéficier à long terme de ce moment de détente passé au bord de ce littoral idyllique.



Allemagne

L'Hôtel Park Ambiance

Cet hôtel propose un grand choix de soins à base de craie.

Parallèlement à toute cette gamme, une nouvelle méthode de relaxation innovante y a été développée. Variez les plaisirs et découvrez les vertus de la « Relaxation Alpha », « l'Alphaliegé » ! Cette grande innovation vient de recevoir le prix européen du spa 2006.

La technique consiste à adapter les vibrations du siège ainsi que la musique ambiante au rythme de la respiration afin d'atteindre le niveau alpha. Ce niveau de relaxation des plus efficaces entraîne une modification de votre état de conscience. Reposez vous sur le mode « Alpha » et vivez l'harmonie !

Pour plus d'informations : <http://www.hotel-ambiance.de>

D'autres bonnes adresses :

- Hotel Hanseatic : <http://www.hotel-hanseatic.de/hotel/index.php>
- Hôtel Travel Charme Binz, Rügen : Le seul hôtel 5 étoiles supérieur du nord d'Allemagne : <http://www.travelcharme.com>

Contact Presse :

Marie Mévellec

21, rue Leblanc, 75015 Paris

Tél. : 01 40 20 17 03

E-mail : marie.mevellec@d-z-t.com