



**Station thermale et touristique
aux portes de Grenoble**

Dossier de presse 2016

SOMMAIRE

• **URIAGE, LES BONS PLANS 2016 !**

- Les dégustations thermales d'Uriage :
Respirer à Uriage !
L'instant Douceurs
Faire peau neuve !

• **URIAGE, LA SANTÉ**

- La station thermale
- L'eau thermale
- Les + en 2016 !
Soins de la peau post-cancer
Education thérapeutique pour les personnes ayant du psoriasis ou de l'eczéma
- Remise en forme
Le Centre d'hydrothérapie
Remise en forme sans ou avec hébergement
- La source de soin en dermato-cosmétique : la gamme de produits Uriage

• **URIAGE, LA NATURE**

- Le parc d'Uriage et son parcours des nichoirs et arbres remarquables
- L'Espace Naturel Sensible du Marais
- Le réseau des 10 sentiers balisés
- L'Adabel, le réseau des fermes de Belledonne
- Les fermes du pays d'Uriage
- Aide à la découverte : Vélos à Assistance Electrique

• **URIAGE, LA CULTURE**

- La gastronomie :
Les Terrasses
La Tour Maline
- Le festival Uriage En Voix
- Les Rencontres Philosophiques d'Uriage
- Le centre culturel Le Belvédère

• **URIAGE, LE TOURISME D'AFFAIRES**

- Au casino Joa
- Au Grand Hôtel****
- A l'hôtel Les Mésanges***

• **URIAGE, quelques chiffres**

• **URIAGE, contacts**

URIAGE, LES BONS PLANS 2016 !

En 2016, place aux dégustations thermales d'Uriage : des produits « tout compris », à déguster seul ou à deux !

▶ Respirer à Uriage !

Mini-cure ORL

6 jours (5 nuits) en hôtel 3 étoiles

24 soins thermaux à l'Etablissement Thermal d'Uriage (4 soins par jour)

A partir de 455€ / personne

▶ L'instant doux

Le raffiné en duo...

2 jours (1 nuit) en hôtel 4 étoiles

2 soins thermaux au choix et accès libre au Centre d'Hydrothérapie Thermale

A partir de 197€ / personne

▶ Faire peau neuve !

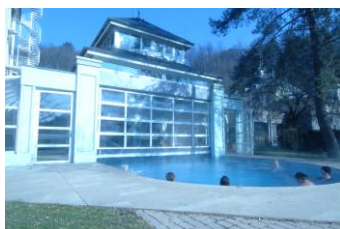
Mini-cure dermatologique

6 jours (5 nuits) en hôtel 3 étoiles

24 soins à l'Etablissement Thermal d'Uriage (4 soins par jour)

A partir de 455€ / personne

A réserver en ligne sur www.uriage-les-bains.com



URIAGE, LA SANTÉ

LA STATION THERMALE

L'Histoire raconte que ce sont les animaux, qui, grâce à leur instinct, ont les premiers utilisé l'eau d'Uriage pour ses vertus antiseptiques et cicatrisantes.

L'eau d'Uriage est une eau sulfurée, chlorurée sodique dont la concentration moléculaire est semblable à celle du sérum sanguin.

Elle offre une meilleure tolérance des soins thermaux habituels et favorise le passage du soufre et des oligo-éléments dans l'organisme, améliorant ainsi leur efficacité.

Toute une palette de techniques est utilisée :

- bain bouillonnant, douche pulvérisée, douche filiforme,
- piscine de mobilisation, application de boues, massages sous l'eau, hydromassage, Berthollet, aérobain des mains et des pieds,
- douche nasale et rétronasale,
- aérosol, humage, pulvérisation de gorge,
- soins spéciaux : lavage de sinus par méthode de déplacement de Proetz, insufflation respiratoire (réalisés par un médecin)



• **URIAGE, LA SANTÉ**

L'EAU THERMALE

Née au cœur des Alpes, l'Eau Thermale d'Uriage est bactériologiquement pure et naturellement isotonique, soit en parfait équilibre avec les cellules de la peau. Elle convient parfaitement aux peaux les plus sensibles. Elle bénéficie d'une teneur exceptionnellement élevée en sels minéraux et en oligo-éléments. Ces propriétés jouent un rôle biologique essentiel et lui confèrent des propriétés apaisantes, réparatrice, anti-radicalaire, anti prurigineuse et hydratante.

L'eau thermale est donc particulièrement recommandée en dermatologie, en rhumatologie. Et pour traiter les voies respiratoires.

- dermatologie et stomatologie :

psoriasis, eczémas, dermatoses prurigineuses, acnés, soins bucco-dentaires,

- voies respiratoires :

rhinites, rhino-pharyngites, sinusites, otites, trachéites, bronchites, broncho-pneumopathies,

- rhumatologie :

arthroses, lombalgies, sciatiques, rhumatismes inflammatoires, périarthrites.

- En dermatologie, ORL et rhumatismes de la main, mini-cures de 6 ou 12 jours (hors prise en charge)

La station thermale est ouverte en 2016 du 02 mai et au 17 décembre



**Les +
en 2016 !**

. Soins de la peau post-cancer

A l'écoute de votre peau pour votre confort et votre bien-être

Vous suivez ou avez suivi un traitement contre le cancer, chimiothérapie ou radiothérapie, avec pour conséquences un certain nombre de problèmes cutanés :

- . Dessèchement cutané intense,
- . Sensations de brûlures,
- . Rougeurs, irritations, échauffement sur le visage ou le corps,
- . Peau réactive, irritable,
- . Fissures et crevasses au niveau des pieds ou des mains,
- . Enfin, si vous avez suivi une intervention chirurgicale, une cicatrice enflammée.

Même si ces traitements d'atténuent après les divers traitements, vous ressentez le besoin d'avoir une prise en charge sur mesure, par des professionnels qui sauront soigner et apaiser cette peau qui a souffert.

L'Établissement Thermal d'Uriage les bains propose des soins dermatologiques personnalisés.

**Les +
en 2016 !**

. Education thérapeutique pour les personnes ayant du psoriasis ou de l'eczéma

Cette année l'établissement thermal d'Uriage propose une nouvelle forme de programme : l'éducation thérapeutique du patient.

Elle prend la forme d'ateliers destinés aux personnes atteintes d'eczéma ou de psoriasis et à leurs accompagnants qui souhaitent mieux vivre avec la maladie.

Ils permettent à la personne de s'adapter à toutes sortes de situation. Ce programme est personnalisé en fonction des besoins et des attentes du patient.

Ce programme, une première en France dans un établissement thermal, est efficace pour diminuer les effets négatifs de la maladie sur la vie quotidienne du patient.

Ainsi les patients pourront :

- ▶ expliquer leur maladie aux autres,
- ▶ identifier et éviter ce qui la déclenche ou l'aggrave,
- ▶ adapter les soins à l'état de la peau,
- ▶ appliquer au mieux les traitements,
- ▶ être à l'aise avec leur maladie,
- ▶ savoir en parler,
- ▶ savoir se soigner et s'hydrater au quotidien et gérer son exposition au soleil.

Ce service est proposé en début de cure thermale. Le programme est intégré à la cure pour permettre un suivi personnalisé. (100€ 3 semaines)



• **URIAGE, LA SANTÉ**

REMISE EN FORME : le centre d'hydrothérapie thermale

Ce centre de remise en forme haut de gamme utilise les propriétés uniques de l'eau d'Uriage pour des moments de détente, avec ou sans hébergement.

Il est ouvert toute l'année.

Les 600 m² du centre sont dédiés à la forme: piscine été-hiver, hammam, salle de fitness, massages avec et sans eau thermale, bains hydro-massant, application de boue, douches au jet, relaxation californienne.

Le Centre propose des programmes complets :

- Demi-journée plaisir : formules de 46 à 97€, combinant selon le forfait choisi : relaxation californienne, massage, application de boue, bain hydro-massant, gommage, douche au jet, soin des mains...
- Soins à la carte, de 10 à 85€, parmi les soins cités ci-dessus, accès libre pour profiter pendant 2h des installations de l'Institut
- Séances de piscine thermoforme
- Soins esthétiques
- Cure thermale «Privilège» en rhumatologie



• URIAGE, LA SANTÉ

REMISE EN FORME au Centre d'hydrothérapie : les forfaits sans hébergement

Le Duo gastronomique

Le temps d'une journée, pour partager à deux un moment de détente et de saveur, à l'institut d'hydrothérapie Thermal d'Uriage et au restaurant « les Terrasses », classé deux étoiles au Guide Michelin. Pour profiter d'une demi-journée de soins à base d'eau thermale d'Uriage ainsi que d'un repas gastronomique dans un environnement d'exception.

Prix : 220 € prix pour deux personnes

Comprend : 2 soins à base d'eau thermale par personne + accès espace détente (hammam, tisanerie, fitness, piscine, jardin et salle de repos) + 2 « menus du marché »

Le forfait Tradition thermale

Les formules tout compris **sont proposées sans hébergement.**

- Bain hydro-massant,
- Fangothérapie: Application de boue,
- Piscine thermoforme,
- 1 soin au choix parmi massage sous eau thermale (15mn), beauté des pieds, beauté des mains, détente du visage, soin du dos, relaxation californienne (30mn), gommage,
- Accès à la demi-journée à la piscine thermale, jardin avec solarium, hammam, salle de repos et tisanerie.

Tradition thermale 3 jours 250,50€

Tradition thermale 5 jours 404€

Tradition thermale 6 jours 465€

Le forfait Détente totale

Les formules tout compris **sont proposées sans hébergement.**

- Bain hydro-massant,
- Fangothérapie: Application de boue,
- Douche au jet
- Piscine thermoforme,
- Soins locaux des mains
- 1 soin au choix parmi massage sous eau thermale (15mn), beauté des pieds, beauté des mains, détente du visage, soin du dos, relaxation californienne (30mn), gommage,
- Accès à la demi-journée à la piscine thermale jardin avec solarium, hammam, salle de repos et tisanerie.

Détente totale 3 jours 276€

Détente totale 5 jours 445€

Détente totale 6 jours 527€

Le forfait Source Jeune Maman

Les formules tout compris **sont proposées sans hébergement.**

- Modelage 60mn ou massage 30mn
- Piscine thermoforme,
- Fangothérapie: Application de boue,
- Accès à la demi-journée à la piscine thermale extérieure/intérieure, jardin avec solarium, hammam, salle de repos et tisanerie.

Détente totale 3 jours 276€

Détente totale 5 jours 445€

Détente totale 6 jours 527€

• **URIAGE, LA SANTÉ**

REMISE EN FORME : les forfaits avec hébergement au Grand Hôtel** / Restaurant Les Terrasses ** Guide Michelin**

Profitez des forfaits pour découvrir le Grand Hôtel d'Uriage, le restaurant gastronomique 'les Terrasses'* et le Spa / Centre d'hydrothérapie thermique

Séjour 'INSTANT DOUCEURS'

- 1 Nuit et le petit-déjeuner buffet
- 2 soins au choix à choisir parmi :
1 modelage sous affusion 30' ou 1 modelage aux huiles essentielles 30',
+ 1 bain hydro massant 15' ou 1 boue thermique 15'

A partir de 149€ par personne

Séjour 'INSTANT DELICES'

- 1 Nuit et le petit-déjeuner buffet,
- 1 Menu « Découvertes » (hors boissons),
- 2 soins au choix à choisir parmi :
1 modelage sous affusion 30' ou 1 modelage aux huiles essentielles 30',
+ 1 bain hydro massant 15' ou 1 boue thermique 15'

A partir de 256€ par personne

'DUO GASTRONOMIQUE' – pour deux personnes

- 2 formules « Grande Découverte » : 2 soins au choix à choisir parmi :
1 gommage ou 1 modelage sous affusion 15' ou 1 relaxation californienne 15', (Selon disponibilité)
+ 1 bain hydro massant ou 1 boue thermique ou 1 douche au jet
- 2 menus du « Marché » (hors boissons) valable le soir : mercredi ou jeudi et le midi : vendredi et samedi.

220 € tarif pour 2 personnes

*Restaurant gastronomique 'les Terrasses' –
2 étoiles au guide Michelin, 4 Toques au guide Gault et Millau

• URIAGE, LA SANTÉ

LA SOURCE DE SOIN EN DERMATO-COSMÉTIQUE : LA GAMME DE PRODUITS URIAGE Une Eau Thermale unique source de Soins en Dermatologie

L'Eau Thermale d'Uriage par sa richesse et sa concentration unique en sels minéraux et en oligo-éléments, bénéficie de propriétés dermatologiques naturelles exceptionnelles. Ses bienfaits sont déclinés dans une gamme de soins qui répond, avec douceur et confort, aux exigences des peaux les plus sensibles.

Soins Dermatologiques

Xémose pour les peaux sèches à tendance atopique, Cu-Zn pour aseptiser, Bariéderm pour isoler et réparer

Soins pour peaux mixtes à grasses

Hyséac, un programme complet pour retrouver un grain de peau affiné, une peau mate et pleine d'éclat

Hygiène et Soins au quotidien

Crème Lavante et Eau Démaquillante alliant plaisir, confort et efficacité
Gamme Suppléance pour nourrir la peau en douceur

Soin des peaux sensibles

Roséliane pour les peaux sensibles sujettes aux rougeurs et Tolederm pour les peaux intolérantes

Soins anti-âge

Peptilys pour les premières rides, Isofill pour corriger les rides et Isodense pour combattre la perte de fermeté et les rides installées.

Hygiène et Soins des bébés

Des formules de haute tolérance, sans paraben, recommandées en maternité pour soigner, dans une grande douceur, les tout-petits.

Soins Solaires haute sécurité

Des indices de protection élevés pour toute la famille, des soins après-soleil et des autobronzants.



URIAGE, LA NATURE

LE PARC D'URIAGE et son parcours des nichoirs et arbres remarquables

Une promenade dans le parc d'Uriage peut être le prétexte pour découvrir ses arbres splendides : un guide recense 27 arbres, et l'on peut apprendre que le tulipier de Virginie peut atteindre 40m de haut, que les aiguilles du cèdre de l'Himalaya peuvent mesurer jusqu'à 5 cm !

Grâce aux services Espaces Verts et Environnement de la commune, des nichoirs ont été installés dans certains de ces arbres, une aubaine pour les enfants (et les parents !) qui sauront tout sur le nichoir à rapace nocturne, le nichoir à balcon, le nichoir semi-ouvert...

L'ESPACE NATUREL SENSIBLE DU MARAIS

Situé à 1100 m d'altitude, l'Espace Naturel Sensible (ENS) des Seiglières s'étend sur 96 hectares.

Il s'agit d'un site remarquable en terme de patrimoine naturel (faune, flore et paysage) tant pour la richesse que pour la rareté des espèces qu'il abrite : la flore et la faune sont diversifiées :

- différentes espèces de papillons et de libellules, de grenouilles rousses et de crapaud commun, des chauves-souris, bécasses, gélinoxes des bois ou tourterelles...
- la fougère des marais, la pyrole à feuille ronde...

Le site est géré par la commune de Saint Martin d'Uriage.

Des circuits permettent aux promeneurs de découvrir le site en autonomie avec une entrée thématique.

LE RÉSEAU DES 10 SENTIERS BALISÉS

Un carto-guide présentant le réseau de 10 sentiers récemment balisés et entretenus est disponible : de facile à très difficile, chaque randonneur pourra trouver un parcours répondant à son niveau et à ses désirs.



L'ADABEL, le réseau des fermes de Belledonne

L'association de Développement de l'Agriculture en Belledonne (ADABEL) a été créée pour fédérer l'ensemble des acteurs agricoles du territoire de Belledonne (22 communes) et les aider à s'engager dans des programmes agricoles répondant aux difficultés rencontrées.

Son objectif est de défendre et développer l'agriculture dans ses différents rôles : économique, paysager, production alimentaire de qualité et de proximité et autres services, tous aussi importants pour notre société.

Elle mène plusieurs projets de front pour mieux gérer l'espace rural, favoriser l'installation, valoriser les productions ou faciliter leur commercialisation.

Les fermes du pays d'Uriage vous accueillent :

GAEC d'Allicoud, blé, farine, pain et pâtes bio

Ferme de Loutas, miel et produits dérivés

Ferme des Charrières, légumes biologiques, volailles et œufs.

GAEC du Thicaud - Ferme Cochet, vaches, produits laitiers, cochons.

Ferme de Montgardier, Viande de porc, charcuteries, saucissons et verrines, viande d'agneau, fruits frais, confitures et sirops.

L'Emeu d'Uriage, Elevage d'émeus et poules pondeuses.

AIDE A LA DÉCOUVERTE : les Vélos à Assistance Electrique (VAE)

Pour tous ceux qui souhaitent découvrir les environs sans prendre leur voiture, mais qui n'ont pas les capacités physiques de pédaler ou de marcher très longtemps, l'Office de Tourisme d'Uriage vous recommande une balade en VTT électrique!!!

Les vélos sont en location à l'Office de Tourisme, pour la demi-journée, la journée, ou pour un forfait 5 jours.

Ainsi, on peut aller jusqu'au très beau Parc du Château de Vizille par les pistes cyclables, une promenade bucolique et agréable, ou pousser jusqu'au Lac du Luitel, ce qui est une vraie remise en forme !

ET AUSSI :

Golf, cheval, tennis, piscine, mini-golf...



URIAGE, LA CULTURE

LA GASTRONOMIE

Le restaurant Les Terrasses



Le restaurant est l'un des rares restaurants étoilés de la région. Avec 2 macarons Michelin et 4 toques Gault Millau, Les Terrasses vous invitent à vivre des instants gastronomiques inédits. Le Chef Christophe Aribert et sa brigade proposent une cuisine créative, mettant à l'honneur les somptueux produits de la région, comme la truite du Vercors ou l'antésite de Voiron.

<http://www.grand-hotel-uriage.com>

Le restaurant La Tour Maline



La famille Dubuisson a toutes les chances d'être fière : son restaurant La Tour Maline, à St Martin d'Uriage, avait obtenu en 2014 sa 1^{ère} fourchette au Guide Michelin ! En 2015, le restaurant est entré dans le guide Gault & Millau avec une 1^{ère} Toque.

Des distinctions qui élèvent l'établissement au rang des étapes gastronomiques iséroises.

www.la-tour-maline.com

• URIAGE, LA CULTURE

LE FESTIVAL URIAGE EN VOIX

Samedi 3 et dimanche 4 septembre 2016

Pour cette 15^{ème} édition du Festival Uriage En Voix, rendez-vous est donné pour les concerts en plein air, au cœur du Parc d'Uriage, **entre découvertes et valeurs sûres... mais toujours sur des rythmes de fête !**

(Concerts gratuits, programme disponible en avril sur www.uriage-les-bains.com)

LES RENCONTRES PHILOSOPHIQUES D'URIAGE

Vendredi 14, Samedi 15 et dimanche 16 octobre 2016

Aux pieds des remparts du château d'Uriage, s'installent **les Rencontres Philosophiques d'Uriage** organisées par l'Office Thermal et Touristique d'Uriage et la SAP (Société Alpine de Philosophie) pour parler du « Désir de démocratie »

Rendez-vous annuel, ce temps accordé à la pensée se veut un moment de rencontres, d'échanges et de partage d'idées ouvert à tous.

Ateliers philosophiques, débats participatifs, dîners philo, tables rondes... s'organisent dans différents lieux : cafés, restaurants, mini théâtre du village de Saint-Martin d'Uriage, salle de conférence plénière...

Ce festival, ouvert à tous, accueille de nombreux intervenants de stature nationale ou internationale.

Le thème sera en 2016 le désir de démocratie.

► **Le Prix des Rencontres Philosophiques d'Uriage est décerné tous les ans.**



• **URIAGE, LA CULTURE**

LE CENTRE CULTUREL LE BELVÉDÈRE

Situé sur les hauteurs d'Uriage, le centre culturel de Saint Martin d'Uriage Le Belvédère, géré par l'Office de Tourisme d'Uriage, offre une programmation culturelle variée de septembre à fin mai : concerts de musique classique, chanson française, théâtre, spectacles jeune public.

Il a également pour vocation de diffuser des artistes, d'initier à la connaissance de l'art contemporain grâce à des visites guidées et des rencontres avec les artistes.

Le Belvédère travaille régulièrement avec le public scolaire par le biais de visites guidées et d'ateliers.

www.belvedere-culture.fr



URIAGE, LE TOURISME D'AFFAIRES

Votre séminaire à Uriage, c'est désormais possible !

Au Casino Joa

Besoin de créer un événement différent pour vos réunions professionnelles, amicales ou familiales ?

Organisation de séminaire, de soirée anniversaire, enterrement de vie de jeune fille, de gala, ou d'une journée découverte du casino, location de salle pour une réunion... Casino JOA vous propose un espace à la fois convivial et ludique avec cette petite touche d'esprit joueur qui apportera un regard différent à votre événement.

En fonction de vos envies, de votre budget, une formule sur mesure vous sera proposée.

www.joa-casino.com

Au Grand Hôtel****

Le Grand Hôtel accueille vos événements professionnels et vous accompagne tout au long de leur organisation.

Pour vos journées d'étude, profitez d'une salle de réunion intime et discrète. Et au déjeuner, rendez-vous au Bistrot du Grand Hôtel ou au restaurant Les Terrasses.

Vous avez également la possibilité de réserver un séminaire résidentiel : une nuit en chambre individuelle (petit-déjeuner compris), le libre accès à l'espace détente du centre d'hydrothérapie et un dîner au restaurant. Vous bénéficiez ainsi d'un lieu d'exception, alliant travail et plaisir, et votre séminaire devient un moment fort de la vie de votre entreprise.

Pour les événements de plus grande ampleur, le Grand Hôtel s'associe avec le Casino Joa d'Uriage, un lieu moderne et original, situé juste en face de l'hôtel et qui propose une salle de séminaire et une salle de gala.

www.grand-hotel-uriage.com

A l'Hôtel Les Mésanges***

L'environnement verdoyant de l'Hôtel Les Mésanges séduira le plus grand nombre de participants et fera de votre rendez-vous professionnel un véritable succès : cocktails d'affaire, réunions professionnelles ou rencontres privées.

Afin d'optimiser la tenue de votre événement, l'Hôtel Les Mésanges vous propose plusieurs types d'équipements, espaces de réunions et formules adaptées à vos besoins, avec des équipements récents et des supports de qualité pour vos séminaires accompagnent vos présentations et interventions devant un public.

Toutes les salles sont de plain-pied avec une ouverture sur le jardin et éclairées à la lumière du jour, pour un grand confort.

En fonction du nombre de participants et de l'ambiance souhaitée, plusieurs salles, dont certaines à l'agencement modulable, sont proposées.

www.hotel-les-mesanges.com



• URIAGE, quelques chiffres

- La Station d'Uriage accueille chaque saison 4.500 curistes.
- Elle est située sur la Commune de St Martin d'Uriage, qui compte 5.446 habitants, et sur la Commune de Vaulnaveys-le-Haut, qui en compte 3.533.

• URIAGE, contacts

- Pour organiser au mieux votre séjour, vous pouvez utiliser le site internet : www.uriage-les-bains.com (Disponibilités des hébergements en ligne)
- A savoir ! Les meublés sont tous classés selon les nouvelles normes de classement touristique (*Loi du 22 juillet 2009 qui a réformé l'ensemble du dispositif de classement des meublés de tourisme - procédure et critères*).
- **L'Office de Tourisme d'Uriage a obtenu le classement catégorie II en janvier 2014.** (Classement Offices-de-Tourisme-de-France)
- **Rester connecté** pendant son séjour à Uriage à l'**Espace WiFi** de l'Office de Tourisme !
- Office de Tourisme 04 76 89 10 27
 Florence Boulaye
 info@uriage-les-bains.com
- Etablissement Thermal 04 76 89 10 17
 thermesuriage@wanadoo.fr
- Centre d'hydrothérapie 04 76 89 29 00
 institut.etu@free.fr

 Uriage - Office de Tourisme est sur FACEBOOK

