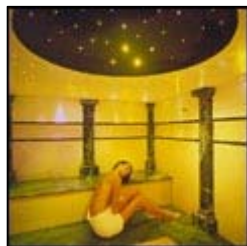


## L'espace Balneae... un tout nouvel espace de détente, d'échanges et de créativité !



Dès le 1<sup>er</sup> juin 2006, les participants en séminaire à Châteauform' la Princesse (Châteaux de Mello – Oise) seront les premiers à découvrir la dernière innovation de Châteauform' : l'espace Balneae.

Tepidarium, caldarium, laconicum, baignoires hydromassantes, bains d'algues... comment l'espace Balneae est-il organisé ? comment fonctionne-t-il ? et surtout qu'apporte-t-il de plus à vos séminaires ?

Katy Horovitz, responsable de l'aménagement des espaces et de la décoration à Châteauform' nous répond :

### **Cf : On connaît la thalassothérapie, les bains à remous, les jacuzzis et autres hammam et sauna, les massages thaï, shiatsu, etc. Comment vous est venue l'idée d'une balneae ?**

KH : Avec l'engouement actuel pour la médecine douce et les thérapies à base d'eau de mer ou de source, la balnéothérapie urbaine s'inscrit dans son temps. Appelée parfois spa, la balnéothérapie est un soin d'hydrothérapie qui utilise de l'eau douce et pas de l'eau de mer salée, à la différence de la thalasso. C'est une médecine douce, car son effet est naturellement apaisant. C'est pourquoi il nous a paru comme une évidence d'intégrer cette nouvelle forme de détente à nos lieux de séminaires.

L'idée de départ était simple : quand vous allez à l'hôtel et que vous désirez un massage ou vous détendre, ce n'est jamais la bonne heure car les centres des hôtels sont souvent ouverts dans la journée - quand les gens travaillent - et sans réservation, ils sont difficiles d'accès le soir, quand ils ne sont pas fermés !

Nous voulons rassembler en un endroit – à la bonne heure – des possibilités de détente, d'être massé après une dure journée de formation de travail ! L'idée avait été de trouver des personnes intéressées à masser 40 participants de 18h à 22h mais cela s'est avéré impossible. Alors nous avons cherché des activités de massage et de détente que nos participants pourraient utiliser eux-mêmes. Par exemple, nos baignoires avec leurs 150 buses et jets et leurs 20 programmes vous massent de la tête aux pieds en moins d'une demi-heure !



### **Cf : Parmi tous les soins qui peuvent exister, qu'est-ce que la balneae du Château de la Princesse va proposer ?**

KH : Directement inspirée des termes romains, la balneae du Château de la Princesse propose les éléments clés des bains publiques de l'Antiquité :

	Température	Climat	Durée	Fréquence	Repos	Bienfaits
<b>Caldarium</b>	40° C	humide	20 min	2 à 3 fois par semaine	20 min	- Nettoyage idéal de l'épiderme et des voies respiratoires - Stimulant et dépuratif
<b>Tepidarium</b>	30 à 40° C	sec	30 min	2 à 3 fois par semaine	musicologie	- Détente - Relaxation en musique - thèmes
<b>Laconicum</b>	50° C		10 min	2 à 3 fois par semaine	30 min	- Désintoxication du corps - Contribution à l'élimination du stress et des effets négatifs environnementaux - Stimulation de l'activité cardiaque et de la circulation sanguine

### **Cf : Les participants seront autonomes ?**

KH : Le principe du « comme à la maison » vit dans tous les volumes mis à votre disposition dans nos sites Châteauform'.

C'est également l'idée de l'espace Balneae. Nous avons souhaité mettre en place un lieu agréable et convivial où chacun peut réellement se relaxer sans avoir à faire appel à un personnel spécialisé. Cette autonomie est la vôtre mais attention, vous n'êtes pas laissé totalement tous seuls. Si vous le désirez, une

personne de l'équipe Châteauform' est là pour vous guider ou vous assister. Autonomie, oui ; abandonné, non.



**Cf : Cette balneae sera-t-elle mixte ?**

KH : Depuis l'Antiquité, les thermes sont des lieux ouverts aux hommes et aux femmes à des moments différents de la journée. La Balneae de la Princesse sera ouverte à tous. Certaines équipes désireront en profiter ensemble, mais les deux Tepidarium, les 16 baignoires disposées dans quatre volumes différents ou les Laconicum et Caldarium peuvent également être naturellement répartis entre les différentes équipes ou entre hommes et femmes.

**Cf : Sera-t-elle en libre accès et inclus dans le tout-compris Châteauform' ?**

KH : Bien sûr ! Chaque site a un plus. Si à Suduiraut, vous pouvez visiter les chais du fameux cru ou au Chalet de Champéry, vous pouvez apprendre à jouer au curling en profitant des bains de source d'eau chaude, ou encore vous baigner dans les piscines du Fief des Epoisses ou aux prés d'Ecoubly, les châteaux de Mello proposeront leur panel d'activités de détente, ce superbe espace pour se relaxer.

**Cf : Comment décririez-vous le parcours classique du participant qui veut profiter de la balneae ? Quand on rentre, qu'est-ce qu'on fait ?**

KH : Il n'existe pas de parcours précis. Chacun est libre d'évoluer dans les différents volumes à sa guise:

- le caldarium et laconicum respectivement à 40 et à 50°C,
- les baignoires hydromassantes avec un programme ciblé sur une ou plusieurs parties de votre corps selon vos envies afin, en 20 à 30 minutes, d'être massé de la tête aux pieds !
- les algues : des bancs carrelés où l'on peut se badigeonner d'algues avant de s'enrouler dans une couverture chauffante

L'ordre dans lequel vous déambuler à travers ces espaces est libre. Vous pouvez ainsi vraiment prendre soin de vous librement selon vos maux et envies.

Notre conseil cependant : finir par les Tepidarium, salles de repos et de relaxation en musique en prenant un thé au jasmin.



**Cf : L'ambiance, l'architecture et la décoration à Châteauform' sont toujours conviviales, confortables et uniques dans chaque site. Comment avez-vous pensé cette balneae ?**

KH : Le Château de la Princesse dispose d'un volume extraordinaire de plus de 500m<sup>2</sup> sous l'Orangerie, dont les plafonds voutés offrent déjà à eux-seuls une ambiance intime. Il nous a paru naturel d'adapter ce volume en espace de détente convivial.

Le concept du « comme à la maison » se marie parfaitement au bien-être de la balneae. Afin de chacun puisse en profiter et tenant compte des programmes chargés de formation et séminaires, cet espace sera mis à disposition des participants tous les jours dès la fin d'après-midi jusqu'en fin de soirée. Son côté cosy et privatif vous permettra de profiter des deux salles de repos au milieu d'une foule de coussins, profiter des serviettes moelleuses pour aller prendre un thé ou se presser un jus d'orange frais. Pour profiter un peu plus longtemps de cet espace, vous pouvez vous régaler de soupes fraîches à disposition des convives à partir de 18 heures dans la cuisine et simplement rejoindre vos amis.

**Cf : Comment peut-on exploiter ces équipements extraordinaires au service des objectifs de séminaire des entreprises ?**

KH : Les Romains se rendaient aux thermes pour les soins complets du corps, mais ce lieu avait aussi une fonction sociale importante. Ils faisaient partie intégrante de la vie urbaine romaine; on s'y lavait, mais également, on y rencontrait ses amis, on s'y restaurait et, on pouvait aussi y traiter des affaires.

Une réunion sur la planification stratégique à 3 ans, un séminaire de cohésion d'équipe suite à une fusion ou un comité de direction, les contenus des séminaires peuvent être souvent décisifs et stressants. Les sites Châteauform' sont pensés pour être au vert et nous encourageons toujours très fortement la détente, souvent oubliée ou dans des programmes de séminaires très chargés. Pourtant, c'est plus souvent dans ces moments informels que les liens se tissent, les idées naissent et les décisions se prennent... C'est pourquoi,

par exemple, nous avons déposé les baignoires par groupe de 4 en face à face pour pouvoir continuer des discussions tout en se faisant masser !

Prendre le temps de prendre soin de soi, après une journée dense de réunion, c'est idéal pour évacuer le stress ou tout simplement faire plaisir à vos participants en joignant l'utile à l'agréable !

**Cf : Y aura-t-il de prochains centres de détente dans les autres Châteauf<sup>orm</sup>' à l'avenir ?**

KH : Pourquoi pas ? Si les lieux s'y prêtent ! Nous attendons par exemple l'ouverture du site du Rochefort en Yvelines en 2007 pour développer encore plus la détente, sachant que ce superbe château est directement situé sur un golf de 18 trous...

Merci et à bientôt.