



La Roche • Posay

Source
de Bien-être

Cité **thermale**

Cité **nature**

Cité **loisirs**

www.laroche-posay.com



L'ÉQUILIBRE SANTÉ - NATURE - LOISIRS

A BALANCE BETWEEN HEALTH, NATURE AND LEISURE

LA ROCHE POSAY est la plus importante Station Thermale Européenne consacrée exclusivement aux affections, aux troubles et aux déséquilibres de la peau.

Cette vocation dermatologique remonte à près d'un millénaire et elle est fondée sur les propriétés apaisantes, cicatrisantes, anti-inflammatoires, anti-prurigineuses et anti-radicalaires de son « eau de velours » à la minéralisation naturelle très particulière.

Amphithéâtre niché dans un écrin de verdure au confluent de la Gartempe et de la Creuse, la cité de LA ROCHE POSAY s'est développée autour de ses activités thermales et de leurs déclinaisons en confort de vie et prévention pour le maintien en bonne santé.

Microclimat lénifiant et donc lui aussi apaisant, jardins et urbanisme à dimension humaine, charme de la ville médiévale, multiples activités ludiques et sportives en font un havre d'authenticité, de détente et de paix pour votre bien-être.

LA ROCHE POSAY is the most important French and European spa resort exclusively dedicated to the treatment of skin disorders.

This dermatological dedication started almost a thousand years ago and is based upon the soothing, healing, anti-inflammatory, anti-itching, and softening qualities of its "velvet water" with its particular natural minerals.

LA ROCHE POSAY is nestled in a green protected environment where the rivers Creuse and Gartempe flow together.

The town has developed around its spa activities and their different applications for a better and healthier life.

Its soothing microclimate, its gardens, its human size, its charming medieval town, its numerous leisure and sporting activities make LA ROCHE POSAY a peaceful, relaxing place, for your well-being.



CAPITALE EUROPEENNE DE LA DERMATOLOGIE THERMALE

THE EUROPEAN CAPITAL OF SPA DERMATOLOGY

LA ROCHE POSAY est la Station Thermale Dermatologique de référence puisque plus de 50% des cures thermales dermatologiques réalisées en France le sont à LA ROCHE POSAY.

Les propriétés de son eau à la minéralisation unique,
La technicité de ses établissements thermaux (ISO 9002),
La qualité de l'équipe médicale pluridisciplinaire des thermalistes,

font de LA ROCHE POSAY un site privilégié pour soigner, améliorer et dorloter votre peau.

LA ROCHE POSAY is the spa town of reference, dedicated to dermatology, as more than 50% of the dermatological water cures in France are made in LA ROCHE POSAY.

*The characteristics of the unique mineralisation of its water,
The medical technology of the hydrotherapeutic establishment (ISO 9002),
The quality of the polyvalent medical team,*

Make LA ROCHE POSAY a privileged spot to treat, to improve and to soften your skin.

- ✓ Température en °C 13
- ✓ pH 7,0
- ✓ Conductivité à 20° en $\mu\text{S}/\text{cm}$ 700
- ✓ Alcalinité en ml N/10 63,4
- ✓ Résidu sec 180°C en mg/l 595
- ✓ Résidu sulfate en mg/l 620
- ✓ Silice SiO_2 en mg/l 31,6
- ✓ Gaz carbonique libre CO_2 en mg/l 51
- ✓ Carbone organique total en mg/l 1,6
- ✓ Cuivre < 5 μg

Oligo-éléments en $\mu\text{g}/\text{l}$

- ✓ Sélénium 53
- Anions en mg/l
- ✓ Bicarbonates HCO_3 387
- ✓ Sulfates SO_4 56
- ✓ Chlorures Cl 26
- ✓ Nitrates NO_3 1,6

Cations en mg/l

- ✓ Calcium Ca 150
- ✓ Magnésium Mg 4,4
- ✓ Potassium K 2
- ✓ Sodium Na 8,3
- ✓ Strontium Sr 0,3



LES PLUS DE LA ROCHE POSAY

THE BEST OF LA ROCHE POSAY

L'eau active pour la peau de LA ROCHE POSAY est le fruit d'une très lente percolation à travers des couches d'argiles et de craie.

La datation au carbone 14 situe le travail géologique dont elle est issue à 1750 ans !

Chargée d'oligo-éléments rares, elle est la seule eau thermale française à contenir du sélénium qui la dote d'un fort pouvoir antioxydant scientifiquement démontré.

En 1975, René LEVAYER crée le Laboratoire Pharmaceutique LA ROCHE POSAY et l'usine de production et les premières gammes de produits de compléments thérapeutiques destinés à prolonger l'efficacité des traitements prescrits par les dermatologues. La gamme s'est ensuite élargie aux soins dermatologiques quotidiens adaptés à toutes les peaux, même les plus sensibles.

L'eau thermale de LA ROCHE POSAY est une des composantes actives de chaque soin formulé par LA ROCHE POSAY LABORATOIRE PHARMACEUTIQUE.

The water of LA ROCHE POSAY, one of the rare water spring having a biological activity for the skin, is the result of a very slow filtering through the layers of lime and clay.

Carbon dating estimates that this geological process has lasted for 1, 750 years. Full of trace elements, it is the only thermal water that contains selenium which gives it a strong anti-oxidant effect which has been scientifically proved.

In 1975, René LEVAYER created the Pharmaceutical Laboratory of LA ROCHE POSAY, and also the factory which produced the first range of therapeutic supplements designed to improve the effects of the treatments prescribed by dermatologists.

Then the range of products was increased by introducing daily skin cares, adapted to all types of skins, including the most sensitive.

The spa water of LA ROCHE POSAY is one of the active constituents of each treatment formulated by LA ROCHE POSAY PHARMACEUTICAL LABORATORY.

LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE PHARMACEUTIQUE



L'EAU, LA PEAU ET LE BIEN-ÊTRE

WATER, SKIN, AND WELL-BEING

Au cœur du Parc Thermal, le Spa Mélusine propose des soins de bien-être et de remise en forme grâce à l'eau thermale de LA ROCHE POSAY.

En 2008, une unité de soins dédiée à la prévention et à la correction du vieillissement cutané : " l'anti-âge ", a été créée à proximité de l'atelier maquillage correcteur.

Abonnements, forfaits semaine, forfaits week-end, relax au sein du Spa thermal, coup d'éclat, parfums d'orient et huiles essentielles, plateau technique laser de dernière génération, le tout encadré par une équipe de dermatologues et d'esthéticiennes, vous permettront de bénéficier de tous les bienfaits de l'eau unique pour la peau et des savoir-faire de LA ROCHE POSAY pour votre plus grand bien-être.

In the heart of the thermal park, the spa Melusine offers treatments for your well-being thanks to the thermal water of LA ROCHE POSAY.

In 2008, next to the lounge where you can practise corrective make-up, a special unit has been created to prevent early ageing.

You can benefit from the water by taking either a week or week-end subscription.

The whole team of dermatologists and beauticians using perfumes, essential oils and the latest laser techniques, help you to relax and enhance your beauty.



LA CITÉ AUX MILLE ET UNE FACETTES

THE TOWN WITH A THOUSAND AND ONE POSSIBILITIES

Un séjour à LA ROCHE POSAY permet de pratiquer de nombreuses activités sportives, culturelles, ludiques pour les adultes et les enfants : structure multi accueil, centre de loisirs...

Un programme mensuel d'animation est distribué gratuitement à l'Office de Tourisme et du Thermalisme pour vous permettre de tout savoir. Un transport en commun organisé par la Municipalité, dessert les différents points de la Station.

Pour encore mieux vous informer, tous les mardis en fin d'après-midi, le cocktail de bienvenue vous accueille et vous fera rencontrer les responsables de l'accueil, de l'animation et des associations... et tout simplement vous permettra de faire connaissance et de créer des liens avec d'autres personnes, ainsi vous pourrez partager le plaisir de la détente.

Staying in LA ROCHE POSAY enables adults and children to practise numerous sporting, cultural and leisure activities in different places.

For information, a monthly programme of all the activities is obtainable free of charge at the Tourism Office.

Public transport is organized by the municipality to promote participation in the various activities. In addition, every Tuesday afternoon, the various teams welcome you and everyone is offered a cocktail, thus allowing people to meet each other and share the pleasure of relaxation.



La Roche Posay
Cité thermale, Cité nature, Cité loisirs

La Roche Posay
Cité thermale, Cité nature, Cité loisirs



JOUER ET SE DÉTENDRE À LA ROCHE POSAY

LEISURE AND RELAXATION IN LA ROCHE POSAY

LA ROCHE POSAY est une des rares villes de France (une dizaine) qui offre sur son territoire,

- ✓ un Casino ouvert toute l'année : 144 machines à sous, roulette anglaise, stud poker, texas hold'em poker, black jack, avec en plus restaurants, spectacles, concerts, expositions et animations,
- ✓ un hippodrome de 1ère catégorie : trot monté, trot attelé, galop, steeple chase qui propose 6 dimanches de courses de juin à septembre,
- ✓ un golf 18 trous au relief naturel dans un cadre superbe proposant des initiations gratuites,
- ✓ des infrastructures de sports multiples : tennis (6 courts dont un couvert), gymnase, centre équestre, baignade, randonnées, vélo et VTT, équestres, pédestres...

LA ROCHE POSAY is one of the rare towns in France offering so many facilities :

- ✓ *a casino, which is open the whole year, providing 144 slot machines, English roulette, stud poker, texas hold'em poker, black jack, restaurants, shows, concerts, exhibitions, and other activities,*
- ✓ *a first class race course open 6 Sundays from June to September with trotting racing, trotting racing under saddles, galloping, steeple chasing,*
- ✓ *an 18 holes golf course, in a magnificent natural setting, which also offers free training courses,*
- ✓ *6 tennis courts (one indoors), a gymnasium, a riding school, a bathing spot in the river Creuse, walking, cycling, pony trekking...*



PLAISIRS ET ÉMOTIONS

PLEASURES AND EMOTIONS

LA ROCHE POSAY, Station Thermale et Centre de Balnéothérapie, site de loisirs sportifs et de détente, c'est aussi un bassin de vie.

Ses marchés des mardi, vendredi et samedi.

Ses festivals qui rythment le cours de l'année : Médiévales, Folklore, Chorilèges de La Roche-Posay, Nuits Romanes, Jazz, Journées du Patrimoine, Vacances de Monsieur Haydn (musique de chambre).

Ses moments forts et variés : Rallye automobile, Salon des artistes amateurs, grands Concerts du casino, Fêtes de la musique, de la Saint-Jean, des 13 et 14 juillet, Artistes dans la ville, Salon des vins et de la gastronomie, Spectacle de Noël, ponctuent le calendrier.

Ses activités permanentes : Maison de la Culture et des Loisirs, quatre lieux d'exposition à entrée gratuite, une bibliothèque, des activités sportives multiples, des après-midi et soirées dansantes en font un lieu de vie où chacun peut trouver son épanouissement.

As well as being a spa town and balneotherapy center, LA ROCHE POSAY is also a very lively place with :

Its markets on Tuesdays, Fridays, and Saturdays.

Its festivals throughout the year : medieval week-end, folklore, choirs, nights in the Roman style, jazz, patrimony days, chamber music ("Les Vacances de Monsieur Haydn"),

Its special days : car rally, amateur artists' exhibitions, latino festival at the casino, National Day celebrated on July the 13th and 14th, artists in the town, wine and gastronomy salon, Christmas show...

Its Maison de la Culture et des Loisirs, its four places for exhibitions free of charge, its library, its numerous sporting activities, its dancing afternoons and evenings make LA ROCHE POSAY a very pleasant place where every one can be enlightened.



LES PRINCIPAUX RENDEZ-VOUS ANNUELS

- 
- CARNAVAL MARS
 - RALLYE AUTOMOBILE de la VIENNE MARS
 - JOURNEE "LES AMIS DU SHETLAND" AVRIL
 - SALON DES ARTISTES AMATEURS AVRIL
 - LES MEDIEVALES AVRIL
 - LES CHORILEGES DE LA ROCHE-POSAY MAI
 - FESTIVAL DE FOLKLORE MAI
 - COURSES HIPPIQUES JUIN à SEPTEMBRE
 - FESTIVAL LATINO JUIN
 - FETE DE LA MUSIQUE JUIN
 - FETE DE LA SAINT JEAN JUIN
 - DES ARTISTES DANS LA VILLE JUILLET
 - SPECTACLE PYROMELODIQUE JUILLET
 - FESTIVAL DE L'ENFANCE JUILLET
 - FOIRES AUX MOULES JUILLET AOUT
 - FESTIVAL DES TROMPES DE CHASSE AOUT
 - NUITS ROMANES AOUT
 - LES VACANCES DE MONSIEUR HAYDN SEPTEMBRE
 - JOURNEES DU PATRIMOINE SEPTEMBRE
 - SALON DES VINS ET DE LA GASTRONOMIE NOVEMBRE
 - SPECTACLE DE NOEL DECEMBRE

AUTOUR DE LA ROCHE POSAY

THE SURROUNDINGS OF LA ROCHE POSAY

Située au point de convergence du Poitou de la Touraine et du Berry, LA ROCHE POSAY se situe dans le creuset de notre histoire.

Depuis l'époque préhistorique : habitats Magdaléniens (- 15 000 ans) d'Angles sur l'Anglin jusqu'à la formation historique de l'Europe : guerres des Goths et des Wisigoths; bataille dite de Poitiers; de la Renaissance : châteaux de la Loire et nombreux autres châteaux de toutes époques au tourisme moderne : Futuroscope, Cité du Livre et de l'écrit, Vallée des singes, Ile aux serpents, Planète des Crocodiles...

Une multitude de pôles d'intérêt, très différents les uns des autres s'offrent, à vos promenades, randonnées et excursions dans un rayon correspondant à environ une heure de trajet.

Located where the Poitou, Touraine and Berry provinces join, LA ROCHE POSAY has played an important part in our history.

It dates back to prehistorical times ; from Magdalenian settlements in ANGLES SUR L'ANGLIN (- 15 000 years) up till the construction of Europe after the wars between Goths and Wisigoths, the battle of POITIERS; the Renaissance: the castles along the river Loire and the numerous castles of various periods.

These days we can enjoy modern tourism: the Futuroscope, "La cite du Livre et de l'écrit" in MONTMORILLON, the valley of the monkeys, the island of snakes, the crocodile planet...

All these attractions, each totally different from the other, can be found within an hour's drive from LA ROCHE POSAY.





PAR AVION...

Aéroport de Poitiers : Tél. 05 49 30 04 40
Londres, Lyon ...

PAR LA ROUTE...

- **De Paris à Bordeaux :**
Autoroute d'Aquitaine A10 Paris-Bordeaux.
Sortie Châtellerault Nord ou RN10 jusqu'à Châtellerault.
- **De Toulouse/Brive/Limoges :**
Autoroute A20 jusqu'à Limoges, puis N147 direction
Poitiers jusqu'à Bellac, D57 Le Dorat,
Montmorillon, prendre D5 Saint-Savin, La Roche-Posay.
- **De Lyon :**
Autoroute A72/A71 jusqu'à St Amand-Montrond,
puis Châteauroux et direction Châtellerault.
- **De Brest/Nantes :**
Autoroute A83 jusqu'à Niort puis direction Paris par
l'autoroute A16 jusqu'à Châtellerault.

PAR LE TRAIN...

Accès par la gare de CHÂTELLERAULT :



TGV Atlantique - lignes Paris-Bordeaux et
Paris-La Rochelle : 1h30 depuis Paris.
Correspondance par car entre Châtellerault et
La Roche-Posay (25 minutes) sur les principaux TGV.
(se renseigner auprès de l'Office de Tourisme et du Thermalisme).

Un service de car est assuré tout au long de l'année de
Châtellerault à La Roche-Posay.

Les taxis de La Roche-Posay peuvent vous prendre en charge à la
gare de Châtellerault (non remboursé par la S.S.).

Pour tous renseignements :

Office de Tourisme et du Thermalisme :
14, bd. Victor Hugo - 86270 La Roche-Posay.
Tél. +33 (0)5 49 19 13 00
Fax +33 (0)5 49 86 27 94
E-mail : office@larocheposay.com
Site internet de la ville : www.larocheposay.com



Informations thermales :

Société Thermale de La Roche-Posay :
4, cours Pasteur - 86270 La Roche-Posay.
Site internet : www.la-roche-posay.info
E-mail : contact@la-roche-posay.info
Tél. +33 (0)5 49 19 49 49
Fax +33 (0)5 49 19 49 40.

Spa Melusine : +33 (0)5 49 19 48 00

CREDITS PHOTOS :