

LE FÉMININ QUI FAIT DU BIEN

Septembre 2011 - N°429
1,90€ - ISSN 0397-0329

santé

magazine

~~2,80€~~
1,90€
PRIX D'ÉTÉ !

LA CLIMATISATION
bonne pour
la santé ?

SPÉCIAL
RAJEUNIR

Les ordonnances
anti-âge de
nos médecins

MÈDES NATURELS

vrai pouvoir de l'argile,
magnésium, du miel,
bicarbonate de soude...

RE D'ÉTÉ

RECETTES DE
DES ÉQUILIBRÉES
PETIT PRIX

À 13 EUROS

s meilleurs
cosmétiques selon
les spécialistes

ADOS

TATOUAGES,
PIERCINGS
FAUT-IL S'INQUIÉTER ?

CHÉTIQUE

les nouvelles
techniques d'implants
cheveux

- 2 TAILLES EN 3 SEMAINES

LE NOUVEAU
RÉGIME
DUKAN

CIBLÉ VENTRE PLAT

Le programme
anti-ballonnements et
déstockage du gras

PHYTO: les plantes efficaces contre les douleurs articulaires

Uni-éditions

L 11114 - 429 - F. 1,90 €





L'ancienne fontaine salée a fait la fortune de Salies-de-Béarn.

Grâce aux oligoéléments qu'elle contient, l'eau salée a des vertus thérapeutiques

Dans le Béarn des Gaves Jambon, bastides et oligoéléments

Depuis plus de quatre cents ans, les habitants de Salies-de-Béarn partagent les revenus provenant de l'eau épaisse coulant de l'ancienne fontaine salée. Grâce à ce droit de puisage réservé aux Salisiens du centre-ville, des maisons des XVI^e et XVII^e siècle se serrent autour de la place du Bayaa. À 800 mètres des remparts, de grands bassins chauffent l'eau à 83 °C pour la transformer en sel. Utilisé pour conserver le jambon de Bayonne, le sel contient aussi 26 oligoéléments. Dès la moitié du XVIII^e siècle, on s'aperçoit qu'il a des vertus thérapeutiques et Salies devient une "station de la femme" qui accueille celles qui souhaitent devenir mère. Depuis Salies, une voie verte conduit à un pont métallique, de type Eiffel, puis à la route du château de Laàs, gentilhomme du XVII^e. Avec son pont franchissant le Gave, ses églises aux murs de galets et ses portes fortifiées, Navarrenx est typique de ce royaume du Béarn qui fut indépendant jusqu'à Louis XIII.

À faire

✦ Fête du sel. Les 10 et 11 septembre : marché, bandas et chars fleuris.

Où se loger

✦ Hôtel du Parc à Salies-de-Béarn. Cet ancien palace propose une formule "week-end volupté" avec nuit, petit déjeuner, accès à l'espace remise en forme des thermes : 119 €. Tél. : 05 59 38 31 27.

✦ Auberge de la Fontaine à Laàs, 5 chambres de 50 à 80 € au-dessus d'un restaurant généreux. Tél. : 05 59 38 20 20.

✦ Auberge du relais à Bérenx. Logis de France avec chambres labellisées "famille-enfants". Jeux, repas enfants, nuit pour quatre à partir de 83 €, petit déjeuner en sus. Tél. : 05 59 65 30 56.

✦ Domaine de Bétouzet. Près de Sauverre-de-Béarn, surplombant le gave, domaine historique avec petit château XVIII^e. À partir de 135 € la nuit, 15 € le petit déjeuner, table d'hôtes 45 €. Tél. : 05 59 38 91 40 et www.betouzet.com

✦ Rens. : Office de tourisme du Béarn des Gaves. Tél. : 05 59 38 32 82 et www.tourisme-bearn-gaves.com ■

Aliette de Crozet

ENTRETIEN AVEC



Claude Rodier
médecin généraliste et médecin thermaliste à Salies-de-Béarn

« LES EAUX DE SALIES-DE-BÉARN SONT STIMULANTES »

• Le sel est-il mauvais pour la santé ?

En ingestion parfois. Un excès de sel est contre-indiqué dans certaines maladies, ou en association avec certains traitements comme la cortisone. Mais il ne faut pas en priver tout le monde : il est nécessaire à l'équilibre ionique, il permet de fixer l'eau.

• Salée, l'eau de mer est-elle bonne pour l'organisme ?

Grâce au sel, l'eau de mer est décongestionnante et anti-œdémateuse. Son mouvement de va-et-vient et la fraîcheur de l'eau la rendent stimulante pour tout l'organisme.

• Quels sont les bienfaits des eaux thermales de Salies-de-Béarn, dix fois plus salées que l'eau de mer ?

Les eaux chlorurées sodiques fortes de Salies-de-Béarn ont un effet antalgique, décongestionnant, décontractant et stimulant. Minéralisées à 350 g par litre (dont 275 g de chlorure de sodium, avec présence de brome, de sélénium, et de beaucoup d'autres éléments), elles sont réchauffées et utilisées diluées à des fins thermales. Elles sont indiquées en rhumatologie, gynécologie, pédiatrie pour traiter les troubles du développement de l'enfant, ainsi que pour des remises en forme. Comme pour l'eau de mer, il y a des contre-indications à respecter : toute maladie aiguë en général.