



Turismo de Saúde e Bem-Estar

*Health and Wellness
Tourism*



Uma descoberta Saudável

A Healthy Discovery

Apetece-lhe fugir de tudo e regressar ao melhor que a vida tem? Sentir bem de perto a Natureza e saborear o Tempo... deixar cair o manto reconfortante das noites calmas sobre o sentido das coisas... Parta para as Termas de Portugal e reencontre o equilíbrio com que sempre sonhou! Entre nesta viagem e descubra águas e tratamentos exclusivos, e saiba que não é o único a precisar de um salto qualitativo ao encontro do mais puro bem-estar.

Do you feel like getting away from it all and going back to the best things in life? Experience nature close up and savour time... let the comforting mantle of calm nights help reveal the meaning of things... Visit the spas Termas de Portugal and recover the balance you always dreamed of. Embark on this journey and discover mineral waters and exclusive treatments – be assured that you are not the only one needing better quality of life to achieve full well-being.

Uma fonte de Saúde e Bem-Estar

A source of Health and Well-Being

Ao longo da história os tratamentos termais têm sido utilizados como terapia por culturas muito diferentes. A eficácia dos tratamentos termais e a facilidade da sua aplicação têm impactos muito positivos na saúde, seja em termos preventivos, terapêuticos ou de reabilitação. Os benefícios das Águas Minerais Naturais têm-se mantido ao longo dos tempos, resultando da sua aplicação propriedades terapêuticas plenamente comprovadas e reconhecidas pela Organização Mundial de Saúde. Hoje os Balneários Termais continuam a ser locais insubstituíveis para o tratamento de muitas patologias.

Mas a sociedade tem vindo a procurar na ambiência saudável das Termas muito mais do que tratamentos terapêuticos. A cultura do ócio e do lazer procura aproveitar os tempos livres para o reencontro com o equilíbrio físico e mental tão necessário nos dias que correm.

Recorrendo sempre às virtudes excepcionais das Águas Minerais Naturais são cada vez mais as Termas que oferecem programas de Bem-Estar, através da aplicação de técnicas termais e complementares que proporcionam experiências únicas revitalizantes, de anti-stress, de beleza e estética, tonificantes, ou simplesmente para o descanso físico e mental.

Os programas de Bem-Estar termal dirigem-se essencialmente àqueles que procuram num fim-de-semana ou num período de férias, usufruir simultaneamente dos aspectos lúdicos, turísticos e terapêuticos que só as Termas podem proporcionar.

Throughout history, spa treatments have been used as therapy in many different cultures. The effectiveness of spa treatments and their easy application have a highly positive impact on health, in the areas of prevention, therapy and rehabilitation. The benefits of natural mineral waters have continued to be appreciated over the years and their therapeutic properties are fully confirmed and recognised by the World Health Organisation. Today, spa resorts are still irreplaceable in the treatment of numerous pathologies.

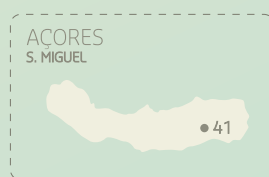
But society is now looking for more than just therapeutic treatments in the healthy atmosphere of the spas. Our leisure culture seeks to make use of free time to recover the physical and mental balance necessary for living in the modern world.

Taking advantage of the exceptional properties of natural mineral waters, an increasing number of spas offer well-being programmes, with spa treatments and complementary treatments that provide uniquely revitalising anti-stress, beauty and cosmetic or tonifying experiences or simply physical and mental rest.

Spa well-being programmes are aimed essentially at those who want to spend a weekend or holiday period enjoying the use of the leisure, recreational and therapeutic opportunities that only spas can provide.

TERMAS

01. MELGAÇO | www.aquanattur.com
02. MONÇÃO | www.tesal.com
03. GERÉS | www.aguasdogerres.com
04. CHAVES | www.termasdechaves.com
05. VIDAGO | www.aquanattur.com
06. CARVALHELHOS | www.carvalhelhos.pt
07. CALDELAS | www.termasdecaldelas.com
08. TAIPAS | www.taipasturtermas.pt
09. PEDRAS SALGADAS | www.aquanattur.com
10. CALDAS DA SAÚDE | www.caldas-da-saude.pt
11. VIZELA | www.termasdevizela.com
12. S. VICENTE | www.termas-suicente.pt
13. ENTRE-OS-RIOS | www.inatel.pt
14. AREGOS | www.termas-caldasdearegos.com
15. LONGROIVA | www.termasdelongroiva.com.pt
16. S. JORGE | www.termas-sjorge.com
17. CARVALHAL | www.termasdocarvalhal.com
18. CAVACA | www.caldasdacavaca.pt
19. FONTE SANTA | www.almeidamunicipia.pt
20. S. PEDRO DO SUL | www.termas-spsul.com
21. VALE DA MÓ | www.cm-anadia.pt
22. SANGEMIL | www.cm-tondela.pt
23. FELGUEIRA | www.termasdefelgueira.pt
24. ALCAFACHE | www.termasdealcafache.pt
25. CURIA | www.termasdacuria.com
26. LUSO | www.termasdoluso.com
27. MANTEIGAS | www.inatel.pt
28. CRÓ | web.cm-sabugal.pt
29. UNHAIS DA SERRA | www.h2otel.com.pt
30. MONFORTINHO | www.monfortur.pt
31. LADEIRA DE EVENDOS | www.aquanattur.com
32. MONTE REAL | www.termasdemontereal.pt
33. SALGADAS | www.cm-batalha.pt
34. CALDAS DA RAINHA | www.chcrainha.min-saude.pt
35. VIMEIRO | www.termasvimeiro.com
36. FADAGOSA DE NISA | www.termisa.pt
37. MONTE DA PEDRA | www.cm-crato.pt
38. CABEÇO DE VIDE | www.jf-cabecodevide.pt
39. ESTORIL | www.palacioestorilhotel.com
40. MONCHIQUE | www.monchiquetermas.com
41. FURNAS | www.furnasspahotel.com





www.termasdeportugal.pt

Associação das Termas de Portugal
Tel/Fax: +351 217 971 338
termas@netcabo.pt