



Communiqué de presse

Explorez le refuge holistique de Türkiye

Berne / Istanbul, 05.02.2026: Quand l'hiver devient synonyme de bien-être À mesure que les tendances du voyage évoluent, les voyageurs recherchent de plus en plus des expériences riches de sens, au-delà de la simple découverte de nouvelles destinations. Le tourisme bien-être se réinvente notamment à travers des séjours qui favorisent la transformation personnelle, en s'inspirant des anciennes traditions de guérison, des rituels en pleine nature et des « glow-cations » axées sur les soins de la peau et la régénération. Désignée [Meilleure Destination Bien-Être 2025](#) par les Matador Network Travel Awards, Türkiye se distingue par la richesse et la diversité de ses expériences transformatrices.

Que vous voyagiez seul, en famille ou en tribu intergénérationnelle, Türkiye offre cet hiver des escapades bien-être d'exception. Découvrez quelques-unes de ses expériences qui feront de votre hiver une véritable saison de bien-être.

Türkiye en hiver : Bien-être intemporel au cœur des sources chaudes naturelles

Forte d'une tradition de guérison remontant à l'Antiquité, Türkiye compte parmi les plus anciennes destinations bien-être au monde. L'Anatolie, autrefois foyer de centres de soin antiques tels que Hiérapolis et Pergame, est façonnée depuis des millénaires par le pouvoir curatif de ses eaux thermales. Aujourd'hui, Türkiye se classe au septième rang mondial et au premier rang européen pour ses ressources thermales, avec plus de 1 500 sources réparties sur l'ensemble du territoire. Des destinations phares comme Afyonkarahisar, Bursa et Pamukkale à Denizli figurent sur la Route européenne des villes thermales historiques, témoignant de l'héritage thermal durable du pays.

Afyonkarahisar est renommée pour ses eaux minérales et ses bains de boue thérapeutiques, appréciés depuis longtemps pour leurs effets anti-âge et leurs bienfaits pour la santé. À Bursa, la culture thermale profondément enracinée intègre les sources chaudes à la vie quotidienne et aux soins modernes, notamment via la physiothérapie. Quant à Pamukkale, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, et à la ville antique de Hiérapolis, ils attirent depuis des siècles les visiteurs en quête de bien-être et de beauté, grâce à leurs travertins minéralisés et leurs bassins thérapeutiques — dont le légendaire bassin antique où Cléopâtre aurait pris ses bains.



Au-delà de ces sites emblématiques, Türkiye offre une multitude de villes thermales, de Balıkesir à Yalova et d'Aydın à Bolu, où les eaux gardent naturellement une température constante tout au long de l'année, pour des expériences thermales uniques et accessibles en toute saison.

Spas et Hamams : Revitalisation totale et « Glowcation »

Réputée pour sa culture millénaire des hamams, Türkiye offre une expérience bien-être inoubliable qui ne serait pas complète sans la visite d'un bain turc traditionnel. Dans les hamams historiques disséminés à travers le pays, les visiteurs peuvent se ressourcer grâce aux bains de vapeur, aux rituels exfoliants et aux massages au savon, véritable invitation à la détente.

Le hamam turc, profondément ancré dans des siècles de tradition, demeure une pratique vivante plutôt qu'un simple vestige historique, attirant l'attention du monde entier grâce à sa richesse culturelle et à son authenticité locale. Cette continuité a permis au Zeyrek Çinili Hamam d'Istanbul de s'imposer sur la scène internationale, figurant sur la liste World's Greatest Places 2024 de Time et, plus tard, sur celle des « Best of the World Wellness Experiences 2026 » de National Geographic, reconnu pour son ambiance immersive et ses rituels de bain historiques.

Pour ceux qui recherchent une expérience plus moderne, les spas et centres de bien-être turcs, situés dans les villes dynamiques ou les stations balnéaires, offrent un subtil mélange de hamams contemporains, saunas et jacuzzis. Une large palette de soins y est proposée, allant des massages et cures à l'eau de mer aux séances de coaching personnalisé. De nombreux établissements s'adaptent également à la tendance des « glowcations », avec soins du cuir chevelu, traitements capillaires, soins du visage et programmes de soins de la peau sur mesure.

Séjours bien-être au cœur de la nature

Les voyageurs en quête de bien-être privilégient de plus en plus des séjours immersifs en pleine nature, permettant de se détacher du rythme quotidien. Avec ses retraites de yoga, ses fermes biologiques et ses centres de détox — notamment dans des destinations côtières comme Bodrum, Fethiye et Antalya — Türkiye offre des cadres parfaits pour des escapades revitalisantes au bord de la mer. Ces programmes mettent l'accent sur le yoga, le Pilates, les exercices de respiration et la nutrition, accompagnés de régimes personnalisés conçus pour régénérer à la fois le corps et l'esprit.



Au-delà des retraites organisées, les villes Cittaslow et les Best Tourism Villages proposent des alternatives plus sereines, profondément ancrées dans la nature et la vie locale. La région de la mer Noire, désignée par National Geographic comme l'une des « meilleures destinations au monde pour voyager en 2026 », séduit par ses hauts plateaux et ses cabanes en bois. Randonnées et balades à vélo viennent souvent compléter ces expériences, pour un véritable retour à la nature.

Vous trouverez [ici](#) des images. Images © GoTürkiye.

Social Media

Website: goturkiye.com/

Facebook: www.facebook.com/GoTürkiye

Instagram: www.instagram.com/goturkiye/

X: x.com/goturkiye

YouTube: www.youtube.com/GoTürkiye

Pour plus d'informations et images (médias)

Gere Gretz, Office du Tourisme de la Türkiye, c/o Gretz Communications AG,
Zähringerstr. 16, 3012 Berne, Tél. 031 300 30 70

E-mail: info@gretzcom.ch

Internet: [goturkiye.com/ /](https://goturkiye.com/)

La Türkiye en bref :

La Türkiye offre tout ce qu'il faut pour des vacances de rêve : un soleil généreux, des eaux bleu azur, des plages et lagunes idylliques, des baies secrètes, des sommets enneigés culminant à plus de 4 000 mètres, des forêts de montagne ombragées et une nature à couper le souffle. Les villes animées côtoient des terrains de golf d'exception, tandis que l'histoire se révèle à travers des sites emblématiques comme le temple d'Artémis à Éphèse et la tombe du roi Mausolos II à Halicarnasse, deux des deux anciennes merveilles du monde.

À cheval sur deux continents, la Türkiye recèle de trésors culturels, historiques et naturels. Des formations rocheuses spectaculaires de la Cappadoce à la côte lycienne, en passant par l'effervescence d'Istanbul, le pays séduit tous les types de voyageurs. Son offre hôtelière variée, un service chaleureux et une cuisine raffinée mettent en valeur l'hospitalité turque. La Türkiye combine ainsi loisirs, sports et expériences culturelles, offrant une palette complète pour tous les goûts.