

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2018)  
**Heft:** 100

**Artikel:** Instants de bien-être à Rheinfelden  
**Autor:** Rein, Frédéric  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-830834>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Instants de bien-être à

Située aux portes de Bâle, cette ville argovienne sait dorloter ses hôtes, que ce soit en matière de bien-être ou de santé. Moments choisis.

C'est une ville où il fait bon se détendre. Une ville où l'on se laisse rapidement bercer par les eaux et par les mains expertes des différents thérapeutes qui y exercent. Rheinfelden, située aux portes de Bâle, incarne en effet un lieu de villégiature estampillé «bien-être et santé», réputé loin à la ronde, comme le prouve sa certification «Wellness Destination (2018-2020)» par la Fédération suisse du tourisme. Ce label, créé en 2008, distingue les localités de vacances qui proposent une «offre exhaustive de wellness de haute qualité».

La réputation de Rheinfelden en la matière ne date d'ailleurs pas d'hier,



puisque c'est en 1846, déjà, que des bains de soufre y furent ouverts et que

cette localité acquit une notoriété internationale. Mais, aujourd'hui, quelles prestations peut-on trouver dans cette cité bien-être? Faisant honneur aux eaux qui ont façonné sa gloire, elle en appelle très largement à la *sanita per aquam*, dont est issu l'acronyme «spa». Le Parkresort Rheinfelden a ainsi pris comme slogan «Emmerger. S'immerger. Plonger.» Et il aurait pu ajouter «Voyager». Car, ici, on peut se laisser flotter sur les eaux naturellement salines de la ville, comme on le ferait sur la mer Morte. Ensuite, pourquoi ne pas poursuivre son périple en «Russie» ou en «Finlande», grâce à un sauna dans la plus pure tradition de ces pays? A moins de passer sous une pluie tropicale ou des cascades alpines, dans un bain de feu et de glace ou, encore, à travers les brumes aromatisées de bains de vapeur.

## DES CONCEPTS INTERDISCIPLINAIRES

Autre cadre, mais même utilisation de l'eau salée à l'Hôtel EDEN im Park, qui dispose de bains intérieurs et extérieurs, ainsi que d'un sauna, de bains de vapeur ou d'autres qui se basent sur la méthode Kneipp. Celle-ci trouve également un écho dans le parc extérieur, où l'on peut faire des bains de pieds. Dans ce jardin extraordinaire, on chemine sur un sentier qui dessine un huit. L'occasion rêvée de se déchausser pour marcher et améliorer sa proprioception — perception, consciente ou

DR

## UNE BELLE MISE EN VALEUR DU PATRIMOINE

La large rue du Marché et les ruelles qui s'en échappent serpentent dans la vieille ville. Avec ses espaces verts, ses chemins de randonnée, ses petites échoppes, ses cafés, et l'absence totale de trafic, Rheinfelden séduit par son charme et sa douceur de vivre. Une ville, posée à la source du Rhin navigable, où il fait vraiment bon flâner. D'ailleurs, sous le slogan «Les anecdotes au service de la grande histoire», des visites guidées sont organisées. Pourquoi ne pas, par exemple, découvrir les histoires cachées de l'église Saint-Martin? Ou déambuler dans les ruelles obscures avec le veilleur de nuit? A moins de suivre les traces des Habsbourg. Ce n'est pas pour rien que cette ville argovienne a obtenu le Prix Wakker 2016, décerné par Patrimoine suisse à la commune ou l'organisation qui a fait des efforts pour préserver et mettre en valeur son patrimoine. Accompagné, ou bien seul, on peut aussi partir à la découverte des troquets à bières. Feldschlösschen Getränke AG, la première entreprise de boissons de Suisse, fondée en 1876, propose en outre de découvrir la fabrication de ces belles blondes. Alors, à la santé de la ville qui accueille le siège de production de cette société!



C'est en 1846, déjà, que des bains de soufre furent ouverts à Rheinfelden.

# Rheinfelden

non, de la position des différentes parties du corps. Ici se trouve un étang, là-bas des plantes médicinales. Tout est fait pour exalter nos sens, pour qu'on se retrouve en pleine conscience, dans le moment présent. On peut aussi y pratiquer le qi-gong, un entraînement énergétique venu de Chine qui prend la

forme d'exercices physiques proches de la gymnastique douce.

De l'Asie, on revient en Suisse alémanique. Et, plus précisément, au Parkresort Rheinfelden, que nous avons quitté alors que nous étions dans son centre bien-être. Mais l'établissement abrite également la Clinique Sali-

na, qui mélange rééducation, médecins spécialistes et thérapies. Un concept interdisciplinaire destiné à la prévention, au diagnostic et à la rééducation de l'appareil locomoteur. Rheinfelden est résolument une ville de laquelle on repart en meilleure forme!

FRÉDÉRIC REIN

## Week-end Wakker et Bien-être

Combinez un programme bien-être et santé avec l'histoire de Rheinfelden

**offre: découverte de la ville et séjour de détente dans un hôtel spécialisé dans le bien-être et la santé.**

- 2 nuits en chambre double
- petit-déjeuner avec buffet
- peeling au sel de mer ou massage à l'huile aromatique
- entrées illimitées au bain de sel, au sauna, au bain de vapeur et au fitness
- repas du soir de 4 plats (sans boissons)
- visite guidée à travers la vieille ville
- bon d'une valeur 50 francs pour les magasins et restaurants de «Rheinfelden pro Altstadt» dans la vieille ville.

**Hôtels EDEN im Park, Schützen ou Schiff (dès 316 Fr./personne)**

**Park-Hotel am Rhein (dès 510 Fr./personne)**

L'offre est valable pendant les week-ends, de janvier jusqu'en novembre 2018.

Tourismus Rheinfelden, Stadtbüro, Marktgasse 16, 4310 Rheinfelden, T 061 835 52 00, [tourismus-rheinfelden.ch](http://tourismus-rheinfelden.ch)



TourismusRheinfelden

