

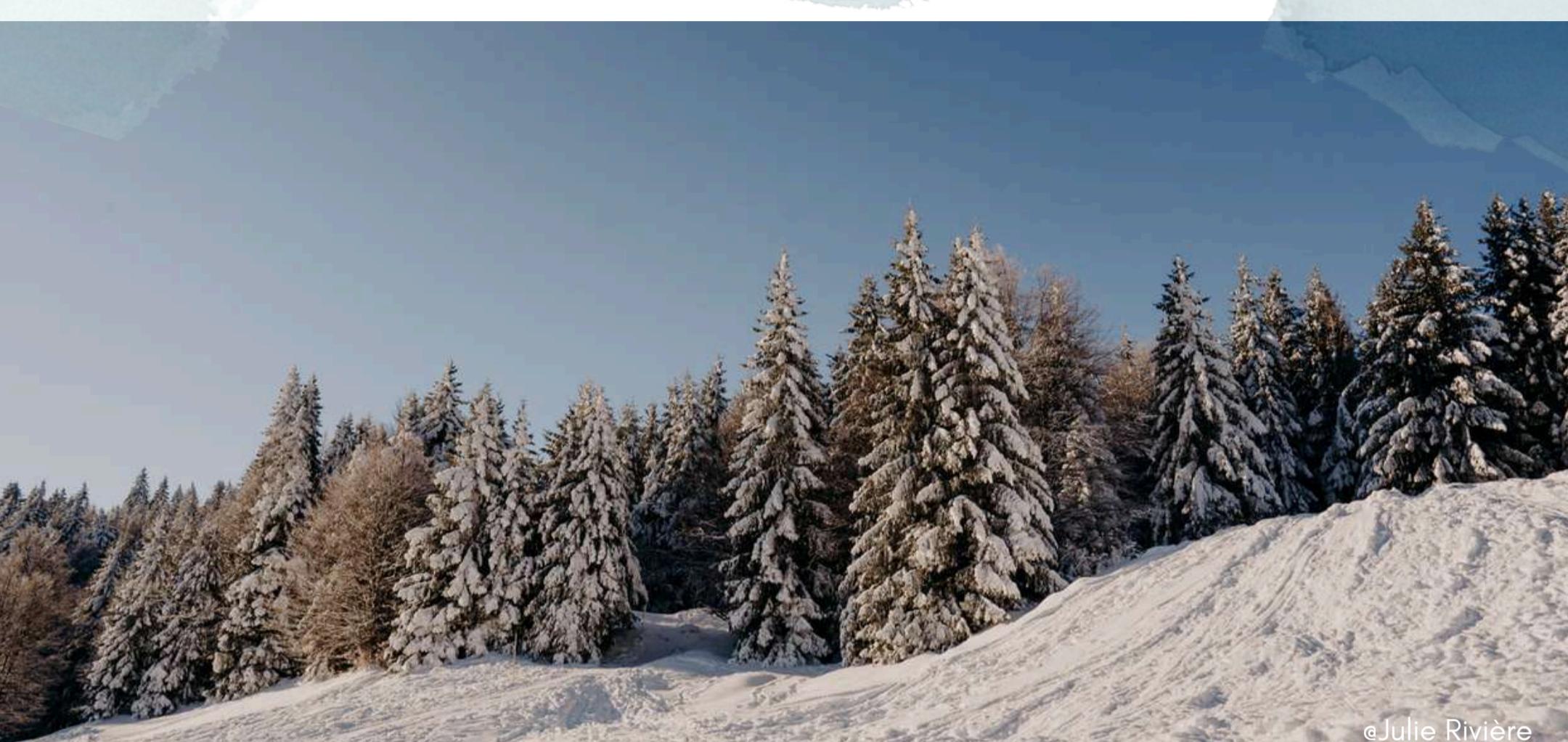
Hiver 2025/2026

A AIX RIVIERA *Guide*

REVENIR À
l'essentiel



EDITO *de saison*



@Julie Rivière

L'hiver est la saison où la nature s'endort et nos intérieurs s'illuminent.

On passe plus de temps chez soi ou dans des lieux chaleureux, à la recherche de moments cocooning, accompagnés d'un plaid tout doux ou encore d'une bonne tasse de thé chaude.

Cette saison nous apaise et nous invite à se retrouver, resserrer les liens avec nos proches.

La chaleur n'est plus à l'extérieur mais bien à l'intérieur.

On prend le temps de se reconnecter à soi et aux autres.

Et si ce moment de l'année était propice aux échanges authentiques et à la découverte de nouvelles adresses réconfortantes à Aix Riviera ?

Ce guide vous accompagne avec douceur dans cette nouvelle saison.



LE GUIDE BIEN-ÊTRE *slow & nature*



@Julie Rivière

01

MIEUX VIVRE
la saison hivernale

02

DÉVELOPPER
sa créativité

03

SE RÉCHAUFFER
autour d'un thé

04

SE CHOUCHOUTER
pour mieux se retrouver

05

BOUGER
pour s'exprimer

06

BALADE EN NATURE
pour se reconnecter

07

NOS ADRESSES
slow et engagées



S'ACCORDER

du temps de qualité



01 MIEUX VIVRE. *la saison hivernale*



©Julie Rivière

La changement de saison a une influence sur notre corps. L'hiver est la saison où la nature est **apaisée** et s'endort. Avec le froid et le manque de luminosité, il est donc naturel de ressentir une fatigue plus accrue en cette période de l'année. Nous vous délivrons ici quelques conseils pour vivre en **harmonie** avec cette nouvelle saison.

QUELQUES CONSEILS

-  Réaliser des étirements doux au réveil
-  Méditer 5 min le matin
-  Noter dans un carnet son intention de la journée
-  Transformer son intérieur : guirlande lumineuse, couverture en laine, etc.

-  Retrouver des amis autour d'une tasse de thé
-  Se balader en nature : au bord du lac, en forêt, etc.
-  S'accorder des soirées douces : bain aux huiles essentielles, lecture, etc.
-  S'offrir des expériences ressourçantes : massage, atelier créatif, etc.

02 DÉVELOPPER *sa créativité*



©Créations Confidentielles

Envie d'un moment créatif et méditatif ? Découvrez le tufting, l'art de réaliser à la main une œuvre d'art en laine.



Le tufting, qu'est-ce que c'est ?

Le tufting est une technique artisanale qui consiste à créer des tapis (ou des pièces murales, coussins, accessoires) en "poussant" de la laine ou du fil à travers une toile tendue à l'aide d'un pistolet à tufter.

Pourquoi choisir cette activité ?

- Pour développer sa créativité et créer selon ses envies (couleurs, formes, etc.)
- Pour se concentrer et s'apaiser
- Pour créer un objet décoratif personnalisé
- Pour la satisfaction du fait-main



©Créations Confidentielles



725 Bd Robert Barrier
73100 Aix-les-Bains
06 76 48 29 88
creations-confidentielles.fr



@Julie Rivière

VENIR EN TRAIN, *trajet apaisé*

"VOYAGER À PORTÉE DE TRAIN"

& FAIRE BAISSE SON EMPREINTE CARBONE



AVEC **Mollow**,
VOYAGEZ EN ADOPTANT UNE
DÉMARCHE RESPECTUEUSE
DE L'ENVIRONNEMENT :

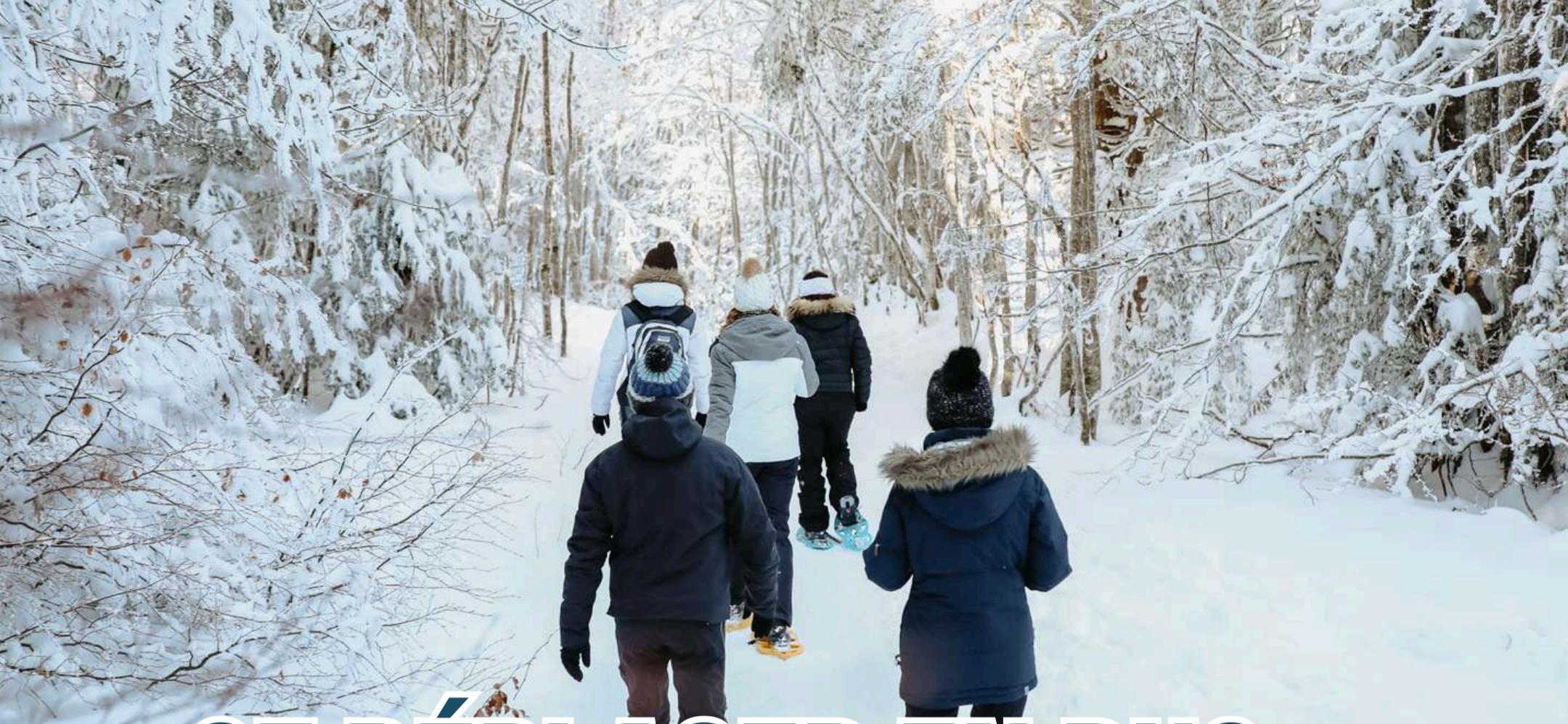
- Depuis **Annecy**, en TER en 40 minutes (avec des vues sublimes sur les lacs)
- Depuis **Lyon**, en TER en 1h15
- Depuis **Marseille**, en 3h15/30 avec un changement à Lyon
- Depuis **Paris**, en TGV direct en 3h15

Je découvre

AVEC  **tictactrip**,
LE VOYAGE VERS LA
RIVIÈRE PEUT COMMENCER
MAINTENANT !

Explorez les meilleures options de transport grâce à notre partenaire Tictactrip. Train, bus, covoiturage... Comparez, combinez, et trouvez le trajet qui vous ressemble. Une solution simple et responsable pour commencer votre escapade en famille du bon pied et en cohérence avec vos valeurs.

Je compare



©Pauline Marizy

SE DÉPLACER EN BUS *jusqu'au Revard*

Et si vous laissiez votre voiture au garage ?

Pour profiter de la neige et des randonnées en raquette au Revard ou aux Aillons-Margéria, privilégiez le bus !



Les avantages d'un trajet en bus :

- de sérénité
- Pas besoin d'enfiler les chaussettes ou les chaînes
- Limiter ses émissions de CO2
- Se laisser porter et pourvoir se reposer



[Je découvre la ligne de bus !](#)



[Offre combinée forfait ski + bus](#)



03

SE RÉCHAUFFER autour d'un thé



@Mikado Café

Mikado Café

Un lieu hybride, inspirant et chaleureux pour prendre le temps de lire ou d'écrire. Ici, on consomme local, bio, et avec intention.



[7 Av. de Tresserve, 73100 Aix-les-Bains](#)

[Je découvre](#)



@L'Etape Sucrée

L'Etape Sucrée

Avis aux gourmands pour cette adresse sucrée ! Vous découvrirez ici une variété de pâtisseries réalisées avec soin par le chef pâtissier Julien à partir d'ingrédients de grande qualité.



[21 Rue des Bains, 73100 Aix-les-Bains](#)

[Je découvre](#)



@La Théothèque

La Théothèque

Des thés d'exception et assemblés de manière artisanale vous attendent dans ce lieu chaleureux. En plus d'y réaliser vos emplettes, vous pourrez déguster des douceurs faites maison.



[18 Pl. Georges Clemenceau, 73100 Aix-les-Bains](#)

[Je découvre](#)

03 SE RÉCHAUFFER *autour d'un thé*

Nouveauté : Terroir Café à Voglans

Terroir Café c'est l'histoire d'une entreprise locale et familiale qui s'agrandit avec une nouvelle boutique à Voglans, près de l'aéroport.

Découvrez le savoir-faire artisanal des torréfacteurs de la Riviera des Alpes !



[5355 Rte de l'Aéroport, 73420 Voglans](#)

[Je découvre !\[\]\(9479d69b60a82161c6862eaa53eb4db3_img.jpg\)](#)



04

SE CHOUCHOUTER *pour mieux se retrouver*



©La Parenthèse

La Parenthèse

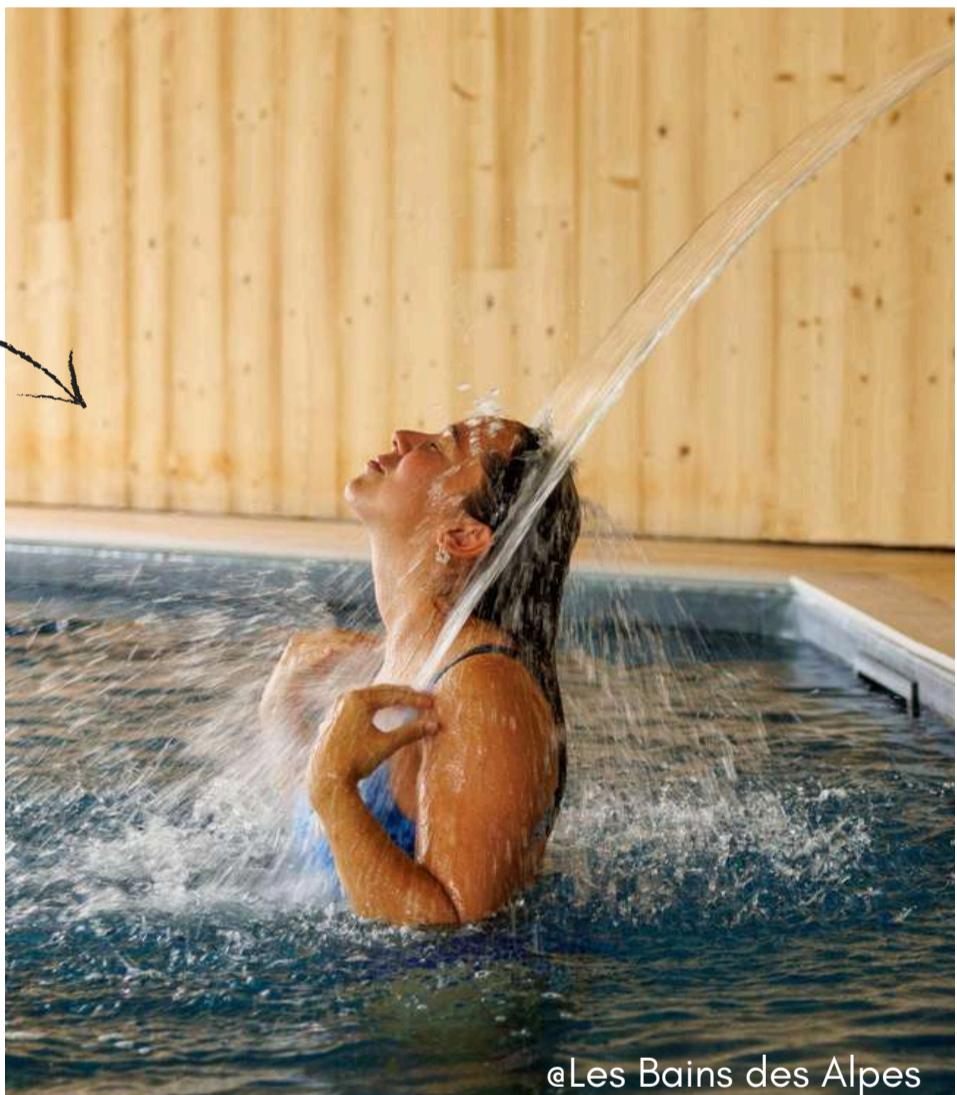
Vivez une expérience unique en plein cœur de la ville d'Aix-les-Bains.

Piscine chauffée, fauteuils bullant ou encore sauna avec mur de sel, vous aideront dans cette quête du lâcher prise.



[16 Av. Charles de Gaulle, 73100 Aix-les-Bains](#)

[Je découvre](#) 



©Les Bains des Alpes

Les Bains des Alpes

Offrez-vous un moment de détente aux Bains des Alpes. Entre bassins d'eau chaude, espaces de relaxation et soins ressourçants, tout est pensé pour vous permettre de souffler et de vous recentrer.



[111 Av. de Marlioz Cs 50146, 73100 Aix-les-Bains](#)

[Je découvre](#) 



©Hôtel Miura

Le Miura Spa

Prendre soin de soi est un mode de vie qui se pratique à chaque instant. Inspiré des Spas de montagne Pure Altitude, l'hôtel Miura vous propose une expérience unique.



[5310 Rte de l'Aéroport, 73420 Voglans](#)

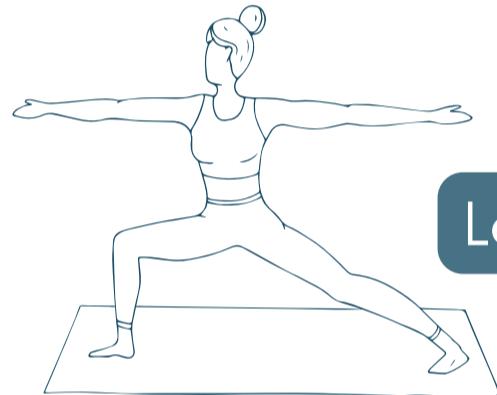
[Je découvre](#) 

PROFITER
de l'instant présent



05

BOUGER *pour s'exprimer*



Le Nia, qu'est-ce que c'est ?

Le Nia c'est une pratique qui allie la danse, les arts martiaux et le yoga pour amener à un mieux-être physique, mental et émotionnel.

Cette discipline est praticable à tout âge et quelque soit votre condition physique, dans un environnement bienveillant.

Elle offre la possibilité de mieux vous connaître à travers la conscience corporelle et la grande liberté de mouvements.

Ce qu'on recherche :

- Tonicité
- Elimination de la fatigue
- Soulagement du système nerveux

Ce qu'on aime :

- Adapter sa séance en fonction de ses envies, sa motivation & ses capacités
- Apprendre à s'écouter



Espace Aurore et Académie Doriane Danse
73100 Aix-les-Bains
06 24 82 19 82
www.nia-technique-73.fr

SPECTACLE



©Les Etoiles de la Danse

Les Etoiles de la Danse

Le meilleur de la danse est réuni sur scène ! Découvrez un ballet prestigieux composé de danseurs de l'école ukrainienne de danse classique et d'étoiles internationales.

Ils évolueront sur les plus belles musiques du répertoire classique : Le Lac des Cygnes, La Belle au bois dormant, Giselle, Casse-Noisette, Gopak, la Mort du Cygne, Le Boléro, Don Quichotte.

Un spectacle envoûtant à ne pas manquer en ce début d'année !



22 janvier 2026
20h30



Théâtre du Casino Grand Cercle
200 rue du Casino
73100 Aix-les-Bains

[Je réserve](#)



NOS CRÉATEURS



@Julie Rivière

Comptoir le T

Nos créateurs Aix Riviera ont du talent !

Poussez la porte de cette boutique du centre-ville d'Aix-les-Bains et vous serez accueillis par Mathilde et Dominique, sommeliers et artisans créateurs de thés passionnés.

Vous pourrez y découvrir toute une sélection de thés bio et des créations faites sur place dont le thé Aix Riviera à partir de menthe lacustre. Un joli à cadeau à déposer sous le sapin !



Comptoir le T
7 Sq. Jean Moulin
73100 Aix-les-Bains

Je découvre

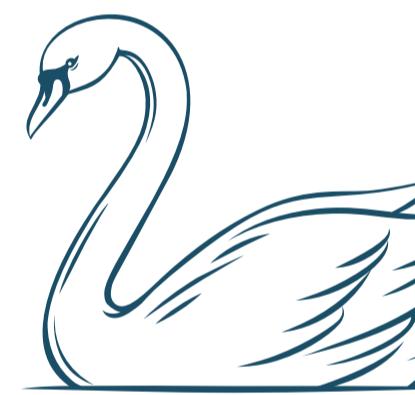


06

BALADE EN NATURE *pour se reconnecter*



Observatoire des Aigrettes

**Distance**

1,2 kilomètres

**Durée**

20 minutes

**Difficulté**

Facile

**Départ**Parking de la Croix Verte
au Bourget-du-Lac

Situé dans la partie Sud du Lac du Bourget, l'Etang des Aigrettes est un espace naturel protégé qui abrite de nombreuses espèces d'oiseaux.

Un observatoire y est aménagé pour pouvoir les observer discrètement.

Pour vous y rendre, vous emprunerez un joli chemin en forêt avec en prime la découverte des ruines du Château Thomas II.

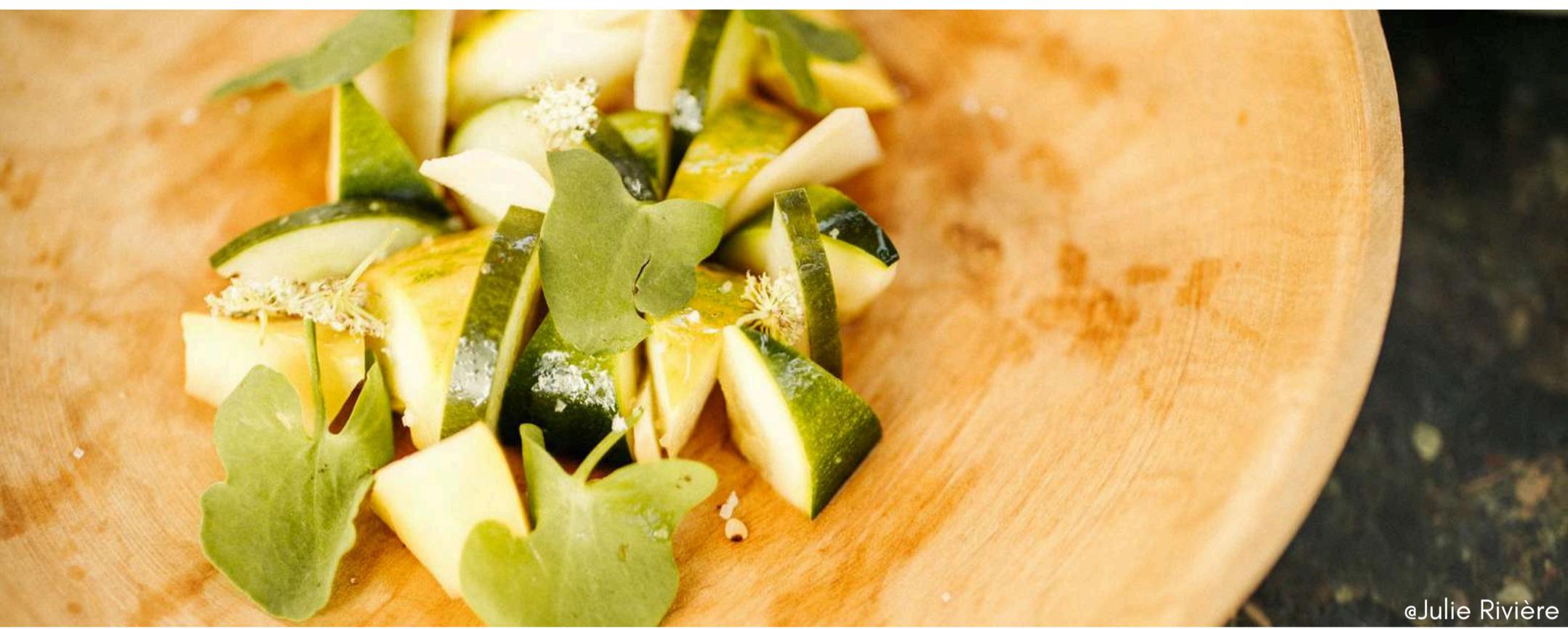
Un lieu bucolique et préservé, idéal pour se reconnecter à la nature.

Prolonger votre balade au bord du Lac du Bourget, le long de la plage et jusqu'au Port de Charpignat.

07

PRENDRE SOIN DE SOI

dans l'assiette



@Julie Rivière

Voici 3 adresses de restaurants vous proposant de la **cuisine locale et végétarienne** sur le territoire :

📍 **Le Bioz** (Domaine de Marlioz)

111 avenue de Marlioz
73100, Aix-les-Bains
Tél. 04 79 61 79 10



@Domaine de Marlioz



@Hôtel Miura

📍 **Zélie - Hôtel Miura**

Route de l'Aéroport 73420
Voglans
Tél : 04 79 34 61 38



Le rendez-vous brunch +
des produits locaux

@ La Balançoire by La Bicyclette Rose

📍 **La Balançoire by La Bicyclette Rose**

9, Place Carnot 73100 Aix-les-Bains
Tél. 04 79 54 59 56

CHOISIR UN *hébergement engagé*



HOTEL GALLIA

24 Bd Berthollet
73100 Aix-les-Bains
04 79 61 21 09
galliahotel.fr



HOTEL IROKO

Place Edouard Herriot
Le Grand Port
73100 Aix-les-Bains
04 79 63 40 95
hotel-iroko.com/fr



L'ALPAGE, GITE DU CHAMOIX

Chemin des Granges
73100 Brison-Saint-Innocent
06 25 73 09 94

Pleine nature et
vue lac au coin du
feu !



IBIS STYLE DOMAINE DE MARLIOZ

111 avenue de Marlioz
73100 Aix-les-Bains
04 79 61 77 77
domainedemarlioz.com



ETOILE BOREALE

377 chemin du Faubourg
73100, Montcel
06.86.40.24.92
etoileboreale.fr



DOMAINE JACQUELINE

7 Chem. de Saint-Simond
73100 Aix-les-Bains
06 76 94 30 60
xavierjacqueline.com

Pour un éco hébergement,
qui prend soin de la
planète ! En phase avec
vos valeurs !

Un lieu familial
pour découvrir des
producteurs locaux !

CARNET DE BORD & *introspection*

PAGE DU MATIN - S'ANCRER EN DOUCEUR



Bonjour à moi-même

Date : _____

Météo intérieure :



Mon intention du jour

Quel mot, énergie ou valeur veux-tu incarner aujourd'hui ?

Comment je me sens ce matin ?

- lumineuse
- calme
- émotive
- dispersée
- fatiguée
- motivée

Mon geste de douceur du jour

Une attention tendre que je m'offre aujourd'hui

Mon mantra ou pensée lumineuse

Une phrase qui m'accompagne aujourd'hui

Une petite action consciente

Un geste que je ferai pour nourrir ma paix intérieure ou ma connexion aux autres

CARNET DE BORD & *introspection*

PAGE DU SOIR - SE DÉPOSER



Bonsoir à moi-même

Date : _____

Météo émotionnelle du soir :



Un moment de gratitude aujourd'hui

Une sensation qui m'a apaisée

(une odeur, une parole, un toucher, un paysage...)

Un lien nourrissant vécu aujourd'hui

Comment je me sens maintenant ?

- paisible
- détendue
- sensible
- fragile
- alignée

Ce que j'aimerais inviter demain

une émotion, une intention, un geste, une énergie

Mot de clôture du jour

Une image, un mot, un souffle, un symbole

POUR EN SAVOIR PLUS :

www.aixlesbains-rivieradesalpes.com



www.instagram.com/aixriviera

