



Dossier de la semaine

Nouveaux massages : voyage, voyage !

**DETENTE** Avec l'automne l'heure est au cocooning Rien ne vaut un massage pour oublier le stress et la fatigue La Tribune d'Orleans a decrypte pour vous les dernieres tendances dans ce domaine

Le massage "classique" n'intrigante plus aujourd'hui ce qui est prisé c'est l'évasion et un effet en profondeur. Fini le classique massage californien et bonjour l'hawaïen ou le polynésien ! Face à ce besoin de contrées lointaines on est obligé de renommer les massages scandinaves indique même Jean Courant l'un des deux directeurs des Baignades. Les femmes en particulier sont attirées par les sons d'origine ethniques comme le massage aromatique d'origine thaïlandaise avec des pochoirs de coton contenant un mélange de plantes et d'épices chauffées à la vapeur en provenance du Maroc. Comptez 89€ pour 75 mn de détente aux Baignades. Même son de cloche pour Nathalie de l'Institut Essensea elle « C'est le massage hawaïen, basé sur la relaxation et le travail sur les articulations qui est le plus demandé » observe cette spécialiste. « Les clientes



Evasion et détente avec un massage "Entre ciel et terre" aux Baignades

veulent s'évader et même si nous proposons une palette de prix elles choisissent des sons d'une heure ou une heure et quart. Des massages des 35€ comme le "Californien que j'ai beaucoup pratiqué à l'ouverture sont moins prisés". Comptez 70€ pour un massage hawaïen d'1h15 « la clientèle recherche des modelages de l'ensemble du corps avec un côté bien en glissant et regroupant les différentes traditions du monde » ajoute Cynthia de chez Ethnicia rue d'Illiers à Orléans. Prévoir un budget de 110€ pour un massage « omni-plein » aux huiles parfumées avec cuir, cheveux et visage. « Les personnes qui viennent pour un massage l'ont soit reçu en cadeau et découvrent, soit il s'agit d'habitudes qui veulent des mas-

sages plus profonds » constate Jean Courant des Baignades. Parmi les nouveaux sons proposés par l'établissement de balnéothérapie le massage "Entre ciel et terre" agit des pieds à la tête en utilisant des techniques de réflexologie plantaire et faciale pendant 90 minutes et pour 99€. « Économiquement, le secteur des massages se développe aux Baignades » précise Jean Courant. « Même si la nudité n'est pas forcément systématique il y a encore une certaine pudeur des Orléanais. Les femmes ont en général plus l'habitude du massage mais c'est chez les hommes sportifs qu'on observe la plus forte évolution. » Particularité de cet établissement l'utilisation d'huiles de massage brevetées spé-

cialement réalisées pour le centre et de produits importés de pays exotiques comme le Maroc. Un dépassement total. « SPÉCIAL FEMME ENCEINTE ET ACCOUCHEE » Chez Ethnicia il existe même un massage "spécial femme enceinte" axé sur la circulation sanguine et la fatigue (conseillé à partir du troisième mois à 80€). Plus exotique encore Marie-Odile Lemoing de l'association Bébé détente propose un soin post natal appelé Rebozo qui tire son nom d'un tissu traditionnel mexicain utilisé pour le massage. Il s'agit d'un modelage à quatre mains aux huiles favorisant un relâchement profond et ceci dans

une ambiance chaleureuse et bienveillante. S'en suit un temps de sudation dans une tente hammam puis un enveloppement est réalisé par serrage du corps avec le tissu Rebozo en sept points (les du corps, tête, épaules, thorax, bassin, cuisses, mollets et pieds). « Ce soin se réalise après un accouchement mais aussi lorsque la femme est en plein changement sur le plan émotionnel » explique Marie-Odile Lemoing. Le tout coûte 120€ pour 2h30 et deux massesses. Cette spécialiste de la détente propose également un massage de la femme enceinte à partir du quatrième mois à 60€.

LES BÉBÉS AUSSI !

Les bébés ne sont pas en reste. Marie-Odile Lemoing de l'association Bébé détente propose des ateliers de massage notamment avec Aïshégo. Le but est de découvrir les bienfaits du massage et sa pratique. Comptez entre 80 et 120€ selon le type d'ateliers et le lieu. Dans le même esprit le café poussette La cabane d'Oscar propose à Orléans un atelier pour apprendre à masser bébé sur quatre séances progressives étalées sur un mois. Chaque séance dure 1h30 ou l'instructrice montre sur un poupon les bons gestes que les mamans reproduisent

sur leur bébé. Pour ceux qui sont encore réfractaires il faut savoir que cette pratique n'a que des bienfaits : elle libère des tensions physiques et émotionnelles, renforce le système immunitaire, soulage les maux de ventre, améliore la qualité du sommeil, mais facilite aussi la coordination des mouvements corporels. Le coût du forfait de quatre séances est de 100€.

Infos pratiques

**Les Baignades**  
275 allée des Quatre vents à Ardon  
02 38 69 73 73

**Essensea elle**  
36 rue du Faubourg St Jean à Orléans  
02 38 54 93 48

**Ethnicia**  
Rue d'Illiers à Orléans  
02 38 52 13 95

**Bébé détente**  
mlmoing@yahoo.fr  
ou par téléphone au 06 16 30 23 92

**La Cabane d'Oscar**  
12 place Louis XI à Orléans 02 34 32 44 29