

*L'EQUIPE*  
**Sport & Style**



**HAILLE**

**73**

+ SPÉCIAL TENNIS

PAR MANUELLE CALMAT,  
NADIA HAMAM ET DAVID BATTY  
ILLUSTRATIONS JULIE RUBIO

Loin du coach bêtement pragmatique ou du médecin centré uniquement sur sa culture occidentale, les nouveaux thérapeutes accompagnent, rassurent et soulagent via une gamme de soins alternatifs, incontournables en prévention et complémentaires en curatif. Une nouvelle manière de comprendre son corps et de devenir enfin les artisans de notre bien-être.

# HEALTH ANGELS

En avril 2015, sort en France le best-seller de Giulia Enders, vendu à 950 000 exemplaires en Allemagne, *Le Charme discret de l'intestin*, véritable phénomène de librairie qui repose sur un organe à la fois mal aimé, nié, mais clé de notre bonne santé. Dans son livre, l'étudiante allemande en gastro-entérologie explique que « nous ne sommes pas simplement les victimes de nos bactéries intestinales et de leur influence sur notre moral, mais aussi les jardiniers de notre propre paysage abdominal ». Le message est clair : le garant de notre bonne santé n'est pas seulement le médecin ou le thérapeute, mais nous-même. Bertrand Roy de la Chaise, directeur du spa du Grand Hôtel Loreamar de Saint-Jeandé-Luz, ancien apnéiste et coach sportif, en a acheté une bonne quinzaine d'exemplaires pour les distribuer à ses clients, convaincu que cette approche sans tabous de la remise en forme davantage tournée vers la santé séduisait de plus en plus de gens et correspondait à un besoin réel. « Au spa, nous cibons nos soins et nos massages. Nous proposons par exemple un massage viscéral et crânien qui commence par le ventre. Cette zone très sensible est composée essentiellement de muscles lisses qui ne sont donc pas commandés par le cerveau et abritent toutes les émotions. Nous remontons dans un deuxième temps vers la zone du crâne, extrêmement irriguée et donc particulièrement réceptive à la détente. Si ce genre de soin ciblé remporte autant de succès, c'est aussi parce que la demande a beaucoup évolué en quelques années. Les gens se tournent de plus en plus vers du thérapeutique,

quand ils recherchaient auparavant du bien-être », note cet ancien surfeur et apnéiste formé au massage thérapeutique, à la naturopathie et au coaching. À son arrivée à la direction du spa en 2014, Bertrand Roy de la Chaise réunit médecins, homéopathes, kiné-ostéopathes, esthéticiennes, masseurs et nutritionnistes - tous diplômés d'État, insiste-t-il. Une prise en main globale et cohérente où l'anatomie, la respiration, la circulation, la fonction digestive, mais aussi la pratique sportive sont prises en compte. Cette nouvelle manière de s'adresser à une clientèle aux allures de « patientèle » révèle plus largement une approche holistique de la santé et du bien-être ; remettre le client au centre, le rendre acteur et actif. En quelques années, la carte des spas de luxe s'est considérablement enrichie. La belle piscine, le hammam aux mille senteurs et le massage enveloppant ne suffisent plus, l'ère du bien-être thérapeutique est bel et bien là, même si la France est loin de rivaliser avec les mini-cliniques et autres médi-spas qui poussent comme des champignons chez nos voisins européens et outre-Atlantique.

Le Sha Wellness sur les terres andalouses ou la Villa Stephanie en Forêt-Noire en sont deux exemples. Des établissements de grand luxe qui proposent un hébergement hôtelier, une structure de remise en forme high-tech, mais aussi un accompagnement médical très poussé. On y établit un bilan médical dès l'arrivée et l'on y prodigue des soins esthétiques et chirurgicaux poussés. La Villa Stephanie est