



Tendances

Société

Couple

Cuisine

Cultures

Ramadan

J'ai testé. Une journée au Spa L'O

5 octobre 2016 0 Commentaire Cultures Top



Inty a envoyé l'une de ses rédactrices tester Spa L'O, un centre de bien-être et un institut de beauté situé à Bouchaoui, à Alger. Elle en est ressortie requinquée. Récit.

Dans la vie, il y a deux types de filles : celles qui aiment que les choses se déroulent le plus simplement du monde, et les autres. Je fais sans aucun doute partie... de la deuxième catégorie. Pour moi, jusqu'ici, une journée détente et beauté consistait à passer des heures dans un hammam populaire, une grande salle commune qui contient difficilement les cris enfants. Je suis vieux jeu, je sais.

Alors, lorsque la rédaction m'a proposée de découvrir **Spa L'O**, un institut de bien-être et de beauté haut de gamme, je me suis d'abord dit qu'il y avait erreur dans le casting. Curieuse, j'ai quand même saisi ma chance. Un maillot de bain, des tongs et un bouquin - "Alger, le cri" de Samir Toumi, que je recommande au passage ! -, direction l'ouest d'Alger.

De l'extérieur, on ne peut deviner le bel édifice blanc planté derrière une porte en fer forgé. Je sonne, je pousse le portail et je suis accueillie par une petite statue bouddhiste de laquelle s'échappent des effluves d'encens. Ici, on chuchote, on susurre et on affiche une mine reposée. De celles qui ont l'habitude de venir.



L'entrée de Spa L'O

On me confie un couffin, contenant un peignoir, des serviettes et un bracelet magnétique pour ouvrir et fermer mon casier. Je comprends que je vais tester pour les lectrices d'Inty la formule "Day Spa" : Un circuit dans la zone humide de l'institut. Je vais ainsi passer par plusieurs salles, chacune ayant une vertu spéciale et insoupçonnée pour le corps. Comme j'ai peur de me perdre dans ce labyrinthe, l'hôtesse me propose une visite guidée. A l'entrée de la zone humide, je croise deux filles, qui sortent du sauna. L'une d'elles semble planer, elle s'assied les yeux clos tandis que son amie masse sa nuque avec de la glace pilée. Elle semble si apaisée. Moi aussi j'ai envie de connaître pareille sensation !

Je me change, j'enfile mes claquettes et j'ouvre la pièce toute de marbre anthracite décorée du hammam. Je suis seule. Quel luxe ! Je suis à des années lumières de l'ambiance populaire qui règne dans les douches publiques et à laquelle je suis habituée. Deux tuyaux se mettent à cracher de la vapeur. Elle embaume la pièce, me caresse et m'enlace. L'air devient chargé, irrespirable, j'inhale par la bouche et je m'assoupis. Je me sens légère, ma nuque se décontracte. J'ai laissé mes soucis au vestiaire. Je ne pense plus, je ne réfléchis plus, je suis sur pause. Je crois ne jamais avoir encore vécu une telle sensation.



Le Hammam de Spa L'O

J'aurais voulu rester là toute une vie. Mais le reste du parcours m'attend. A 17h, les hommes nous délogeront, alors je quitte la pièce à regret. Pour m'installer dans le sauna. Là encore je suis seule. Un relent de bois me prend au nez. J'ai l'impression d'être un animal en cage, je n'arrive pas à me détendre. Peut-être parce que l'air sec n'est pas fait pour moi, peut-être parce que je me découvre claustrophobe. Les pores dilatés, le corps dégoulinant de sueur, je sors du sauna et me présente devant le bac à glace. Je glisse ma main dedans et commence à me frictionner le visage puis le cou. Le contact de la glace pilée avec mon corps en ébullition m'offre un contraste de températures étrange et agréable à la fois. Je malaxe avec plaisir mes cuisses et mes hanches engourdies et j'espère que mes vergetures et autres cellulites disparaîtront après ce massage intense et vivifiant.