

TOURCOING / TOURCOING PLAGE

## « Ce n'est que du positif, c'est un espace d'évasion »

Publié le mardi 24 juillet 2012 à 06h00



**Hier, 13 personnes âgées ont participé à un après-midi de détente à l'espace zen de Tourcoing Plage, avec le CCAS.**

*Patrick Caillier et Marc Vico prodiguent des massages d'une quinzaine de minutes. Ils interviennent chez les particuliers et en entreprise.*

Au programme notamment : un massage d'une quinzaine de minutes, histoire de décompresser. Et de l'avis général, ça marche !

D'abord, on commence par visualiser un paysage où on se sent bien. Une plage ? Assis, penché en avant, c'est parti pour une quinzaine de minutes de détente, sous les mains expertes des masseurs, Patrick Caillier et Marc Vico. ensuite, il faut tout oublier...

même le porte-voix qui clame les activités de l'après-midi.

Janine, 73 ans, n'attendait pas grand-chose de cette expérience zen : « Ce qui me plaît, c'est de voir du monde. L'ambiance, le décor, tout. » Elle est déjà venue plusieurs fois : « Je fais mon tour toute seule ». Hier, elle était accompagnée d'une douzaine de personnes âgées. Et contre toute attente, ce moment de détente, elle l'a vraiment apprécié : « je me sens mieux ! » Adela, 79 ans, adhère elle aussi : « j'ai de l'arthrose, ça fait du bien ». « Depuis l'ouverture, ça défile », explique Patrick Caillier, qui prodigue les massages et intervient aussi en entreprise. « Ce sont des soins de bien être qui permettent de lâcher prise en très peu de temps. C'est de l'acupression d'origine japonaise qui relâche les tensions dans la nuque, le dos, les trapèzes... » Il a son idée quant aux raisons de l'affluence : « On vit une époque avec une multitude d'informations pas très positives. Ici, à Tourcoing plage, ce n'est que du positif. c'est un espace d'évasion. Ça fait rêver. » w F.SA.

L'après-midi, jusqu'au 29 juillet. Gratuit.