Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2011)
Heft: 30

Artikel: Djerba, une oasis de bien-être
Autor: Fattebert, Sandrine
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-832020

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Le Djerba Plaza, rénové en 2011, se dresse au cœur d'un parc de 14 hectares de palmeraie, à quelques mètres de la mer. Le personnel du centre de thalassothérapie a été spécialement formé pour prodiguer le meilleur des bienfaits de la mer.

DR

Djerba, **une oasis de bien-être**

En plein sud de la Tunisie, l'île de Djerba cultive une douceur de vivre orientale, acquise au fil de ses nombreuses colonisations. Un lieu idéal pour s'offrir une thalassothérapie de qualité, loin des rigueurs hivernales.

Site touristique depuis les années soixante, Djerba a durement pâti de la baisse du tourisme (- 50% environ) durant la Révolution de jasmin, qui a abouti à la chute du régime dictatorial de Ben Ali, le 14 janvier. Malgré sa situation délicate, Djerba a hébergé dans la foulée une partie des quelque 500 000 réfugiés étrangers fuyant la Libye, dans le respect des coutumes arabo-musulmanes. «Nous avons nourri et logé gratuitement des ouvriers, notamment chinois, en attendant que leur pays trouve des solutions de rapatriement, alors que nous espérions que cette année serait celle de la relance», indique Sami Ounalli, directeur des ventes du Radisson Blu Resort & Thalasso Djerba.

Mais plutôt que de baisser les bras, les plus prestigieux hôtels de l'île ont saisi cette opportunité pour améliorer leur offre. «Aucun employé n'a été licencié, ajoute le responsable. En tant qu'hôteliers, nous avons mis à profit cette période pour rénover nos infrastructures et améliorer encore les compétences de notre personnel par le biais de la formation continue.»

Un sens de l'accueil et de la solidarité qui n'a pourtant rien d'étonnant, en regard du riche passé de la Tunisie. Passé successivement sous domination vandale, byzantine puis arabe, le pays puise à l'aune de ces diverses cultures, un esprit de tolérance, qui est à la base d'une cohabitation pacifique sur son territoire entre les différentes croyances.

Une ouverture d'esprit

Avec ses faïences et vitraux colorés, la synagogue de la Ghriba – l'une des plus anciennes au monde – atteste d'ailleurs de l'esprit d'ouverture des Djerbiens, dont 98% sont musulmans. Chaque année, plusieurs milliers de juifs se rassemblent dans ce haut-lieu de piété, à l'occasion de Lag Ba'omer, une fête religieuse. «Durant trois semaines, les pèlerins ont la préférence sur les Tunisiens du continent pour venir et séjourner sur l'île, sans que cela pose un problème à personne», souligne Sami, guide officiel d'Eden Tours. L'église catho-

Le Club

Profitez du soleil et de soins spécialement conçus pour nos abonnés grâce à notre offre en page 79.

Photos: Poznyakov, Vandoorne, Simon, Slava296, Dimyadi, Dimyadi, Goodluz, Hazyar, Malyugin

Massage aux pierres chaudes, d'origine chinoise, tel que le chi nei tsang, ou traditionnel d'Orient, à l'aide d'huiles adoucissantes et relaxantes sont quelques-uns des soins que dispensent avec savoir-faire les centres de thalassothérapie de Djerba.

lique de Saint-Joseph d'Houmt Souk, fondée en 1848, et un lieu de culte orthodoxe grec côtoient une quarantaine de synagogues pour quelque 340 mosquées. Les chrétiens vivent ainsi en parfaite harmonie avec les musulmans et la communauté juive, qui réside à Djerba depuis l'Antiquité.

Un nouveau départ

La tranquillité revenue, le secteur touristique – qui représente la troisième source économique du pays, après l'agriculture et l'industrie – mise aujourd'hui sur ses prestations de pointe, sa qualité d'hébergement et son excellent rapport qualité-prix pour séduire la clientèle suisse et européenne. Dès lors, pourquoi ne pas saisir cette opportunité cet hiver pour se ressourcer au cœur de cette île au climat tempéré?

A un peu plus de deux heures de vol de Genève, Djerba compte aujourd'hui 19 centres thalasso, dont certains figurent parmi les plus réputés du pays. Exemple? Au Thalasso & Spa Djerba Plaza, les tons chauds des mosaïques d'inspiration romaine du secteur *wellness* invitent au ressourcement. Comme dans tous les hôtels de haut standing, les protocoles de soins débutent par un contrôle médical, afin de déterminer d'éventuelles contre-indications, mais surtout les besoins spécifiques de chaque client: fatigue, stress, dépression, mal de dos, surpoids et troubles du sommeil. Libre à vous d'opter pour des soins à la carte ou sous forme de cure.

Les bienfaits de l'eau de mer

Dans les chaudes vapeurs parfumées du hammam, le gommage au savon noir purifie

et prépare votre corps aux soins secs. Petit conseil pratique: il est conseillé ici de prévoir un maillot de bain «peu dommage». Naturellement, la palette de soins humides ne se limite pas à celui-ci: bain de vapeur oriental au parfum d'eucalyptus, bain hydromassant et parcours biomarin sont quelques-uns des autres instants de bien-être qui s'offrent ici à vous.

La tisanerie adjacente vous permet de veiller aussi à votre bien-être intérieur, douillettement enveloppé dans votre peignoir, avant de vous détendre sous les mains expertes d'un masseur ou d'une masseuse, au choix. Etendu sur la table de massage, le corps partiellement recouvert d'un linge, laissez-vous aller... Tout vous y invite: les effluves d'huile de jasmin et d'aromathérapie, la discrétion de la masseuse comme l'atmosphère feutrée du cabinet. Massage aux pierres chaudes, relaxant, djerbien et d'ailleurs, ou drainage lymphatique: quel que soit le type de soin sec, le mieux-être est garanti. La compétence et la longue expérience du personnel n'y sont pas étrangères.

Harmonisation du corps et de l'esprit

Changement de décor avec le luxueux Hasdrubal Thalassa & Spa Hotels... Complètement rénové et rouvert depuis juillet, l'hôtel cinq étoiles propose un espace thalasso de style oriental aux tons pastel, destiné à harmoniser le corps et l'esprit. Un lieu privilégié qui propose une large gamme de soins, des plus classiques aux dernières nouveautés restituant les bienfaits conjugués de l'eau de mer et des massages.

Grâce à sa forte teneur en iode, l'algue diffuse ses bienfaits, en cas de fatigue et de rhumatismes. Enduit de cette mine d'or de vitamines, enroulé dans un film plastique pour en renforcer les effets raffermissants, votre corps repose sur un matelas flottant, dans une atmosphère de calme et de volupté. Au sortir de la douche, la tisanerie et son cadre harmonieux sont prêts à vous accueillir, à moins que vous ne préfériez profiter de la piscine d'eau de mer couverte, équipée de buses, de bains bouillonnants et dominée par une majestueuse coupole. Pour vous défaire des derniers excès de fatigue, le massage Tradition d'Orient à l'huile d'argan, inspiré de l'acupressure, contribue également au raffermissement corporel.

La mer à vos pieds

Seul hôtel djerbien situé sur la plage, le Park Inn Ulysse Resort & Thalasso se dresse dans un décor naturel idyllique de verdure et de palmiers. Opérée dans un style contemporain, sa rénovation complète a su préserver quelques touches pittoresques de l'architecture orientale. Un raffinement qui s'inscrit au cœur même de son espace bien-être, où le personnel se montre attentif aux exigences de la clientèle, avec une gentillesse naturelle. Là aussi, un soin mouillé, tel qu'un bain relaxant «multijets» à l'eau de mer, précède le massage, adapté à vos besoins. Outre le *do-in* (une technique inspirée de la médecine chinoise, qui s'exerce avec le bout des doigts et rétablit la circulation de l'énergie vitale), la moxibustion (qui chauffe certaines parties du corps à l'aide de bâtonnets d'armoise, cousine de l'absinthe) est l'une des nombreuses offres de l'Athénée Thalasso. Et pourquoi ne pas se laisser tenter par le chi nei tsang? Appartenant à la médecine taoïste, cette technique agit principalement sur les nœuds et congestions abdominales, le ventre étant le siège de nos émotions. Il vous suffit alors de vous laisser bercer dans un cocon de sérénité et de détente... Décidément, Djerba la Douce n'usurpe pas son nom.

Sandrine Fattebert

Bien digérer!

Élaborée en Suisse, cette cure de 80 jours nettoie, équilibre et renforce l'appareil digestif en profondeur.

Fabriqué en Suisse - 100% Naturel

Les atouts santé

- Elimine les toxines
- Equilibre le taux hydrique
- Renforce la flore intestinale

Les atouts confort

- Anti ballonnements
- Favorise le transit
- Sensation de légèreté

Les atouts beauté

- Ventre plat
- Amélioration du teint et de la qualité de la peau
- Perte de poids

Pour plus d'informations

ou pour commander

www.sekoya.ch

☐ Je désire recevoir gratuitement le guide des produits naturels Sekoya.

☐ Je désire recevoir cette cure

- **1 flacon de Chlorella** (120 comprimés)
- **1 flacon de Digestol** (300 g)
- **1 flacon de Probiotiques** (60 comprimés)

CHF ~~176.00~~* **CHF 149.00** (+ frais de port)

*Les 3 produits achetés à l'unité

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

NPA / Ville _____

Téléphone _____

Signature _____

Sekoya mieux vivre au naturel

Sekoya Diffusion Sàrl - En Chamard, 1442 Montagny
Tél: 0800 720 720 (appel gratuit)