

1107724  
2011

[TESTÉ POUR VOUS]

## UN NOUVEAU RITUEL DÉTENTE 100% TERROIR

DEPUIS CET ÉTÉ, L'HÔTEL BELLA TOLA DE SAINT-LUC (VS) PROPOSE UN SOIN RÉALISÉ UNIQUEMENT À BASE DE PRODUITS ISSUS DE LA NATURE ENVIRONNANTE. APRÈS LE LOCAVORE, GOÛTONS AU LOCA-BIEN-ÊTRE.

TEXTE JENNIFER SEGUI

### Authenticité et originalité

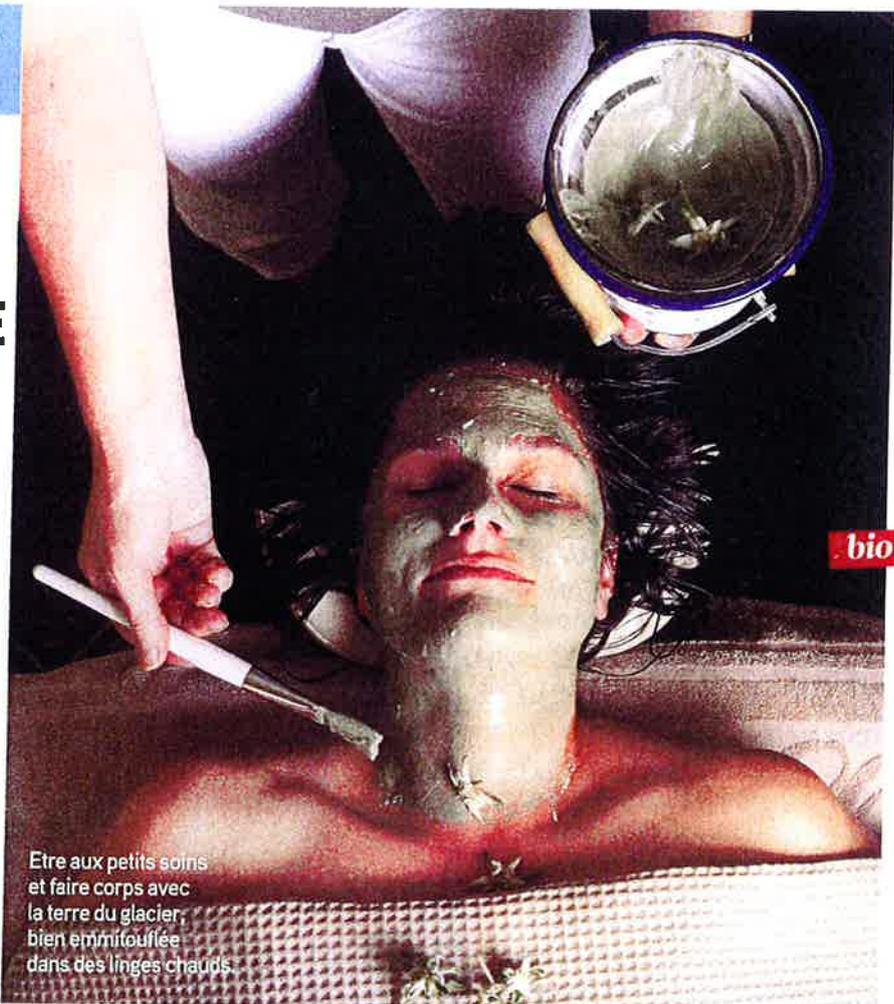
Un petit tour dans les Alpes valaisannes pour tester un soin du corps (et de l'esprit) 100% terroir? Je ne me fais pas prier: j'aspire à la détente, la vraie. Au programme, rituel à base de minéraux et de végétaux du val d'Anniviers et balade cueillette pour se les procurer. Départ en direction de Saint-Luc pour rejoindre l'Hôtel Bella Tola, le seul à proposer ce soin. Ce sont les propriétaires du lieu, Anne-Françoise et Claude Buchs-Favre, toujours à la recherche d'idées originales et authentiques qui l'ont inventé. L'établissement, créé en 1859, a d'ailleurs obtenu le titre d'hôtel historique de l'année en 2001. Chambres coquettes, salles de bains rétro, parquets et meubles en bois patinés par les ans... le Bella Tola a une âme. Au sein de la vieille bâtisse, un spa intimiste propose piscine avec vue sur les sommets.

### La découverte botanique

Après une nuit réparatrice, rendez-vous devant l'hôtel pour le départ de la balade botanique. Car pour le massage, qui s'allie à l'aromathérapie, nous avons besoin de cueillir quelques fleurs. Une petite marche au milieu des mayens du centre de Saint-Luc



Le massage aux fleurs a ses accessoires: des pochons en vieux draps renfermant des plantes.



Être aux petits soins et faire corps avec la terre du glacier, bien emmitoufflée dans des linges chauds.

bio

et nous voici au bas du funiculaire qui va nous emmener à 2200 mètres d'altitude. Equipés d'anciennes taies d'oreiller en guise de sac, nous entamons la cueillette. Rose Panhard, herboriste et accompagnatrice de montagne nous guide. Quatre heures plus tard, nous sommes de retour, les sacs remplis de fleurs et plantes bienfaites, les genoux heureux d'en finir avec la descente.

### 110 minutes de doux bonheur

Avec ce soin, on me promet un «moment de détente pour me remettre des tensions musculaires et articulaires». Vue la promenade, je suis preneuse. Après 10 minutes de hammam, me voilà prête pour un gommage aux grains de millet et à l'achillée millefeuille, plante d'ici réputée depuis des siècles pour ses propriétés cicatrisantes et nourrissantes. Vingt-cinq minutes et une douche plus tard, Noémie, qui s'occupe de moi, m'enduit le corps de terre du glacier de Moiry. Cette glaise, prélevée au pied dudit glacier situé au-dessus de Grimentz, est chargée en minéraux et oligo-éléments. Elle est enrichie d'huiles essentielles de bois d'églantiers, d'essences de fleurs et d'eau du glacier. En fouie sous mes linges chauds, j'ai l'impression de me fondre dans la terre. Déjà bien détendue, je m'allonge, vingt-cinq minutes

plus tard, pour le massage aux fleurs. Pensée sauvage, alchémille commune, achillée millefeuille, fleurs d'églantiers, d'épilobe et de géranium sauvage ainsi qu'anthyllide vulnéraire, ces plantes sont toutes réputées pour leurs bienfaits contre les plaies, les contusions, l'acné, les rides ou encore la peau sèche... Rassemblées et serrées dans des bourses en vieux draps de coton, elles sont chauffées dans l'huile pour être appliquées en massage sur l'ensemble du corps. Doux et rugueux à la fois, ces petits pochons complètent agréablement le massage détente. Je m'endors imperceptiblement pendant ces minutes de bonheur.

Cinquante minutes passent... Je sors de ma torpeur plus que détendue et, une tasse de tisane de thym à la main, je contemple le Cervin dont j'ai l'impression, grâce aux richesses végétales et minérales qui sont venues se glisser sous mes pores, de posséder un peu la force. Je peux regagner la vallée et le tumulte. Ce soin unique, destiné à ceux et celles qui aspirent à la détente et au calme, a tenu ses promesses.

#### PRATIQUE

- Rituel d'Anniviers, soin de 110 minutes, 220 fr. par personne.
- Hôtel Bella Tola, 3961 Saint-Luc, tél. 027 475 14 44, [www.bellatola.ch](http://www.bellatola.ch)