

# Goed Gevoel

GEZONDHEID/PSYCHO/RELATIES

SOS HOOIKOORTS  
DE BESTE REMEDIES

Maandblad ★ Mei 2009 ★ € 3,50

REVOLUTIONAIR

VERJONG JE  
HANDEN IN 1 UUR

'IK WIL  
CHOCO'

EERSTE HULP  
BIJ MOEILIJKE ETERS

ZO MAAK JE  
WEER TIJD!

VOOR JEZELF, JE GEZIN  
EN JE PARTNER

*Primeur*

EERSTE AFSLANKPIL  
ZONDER VOORSCHRIFT

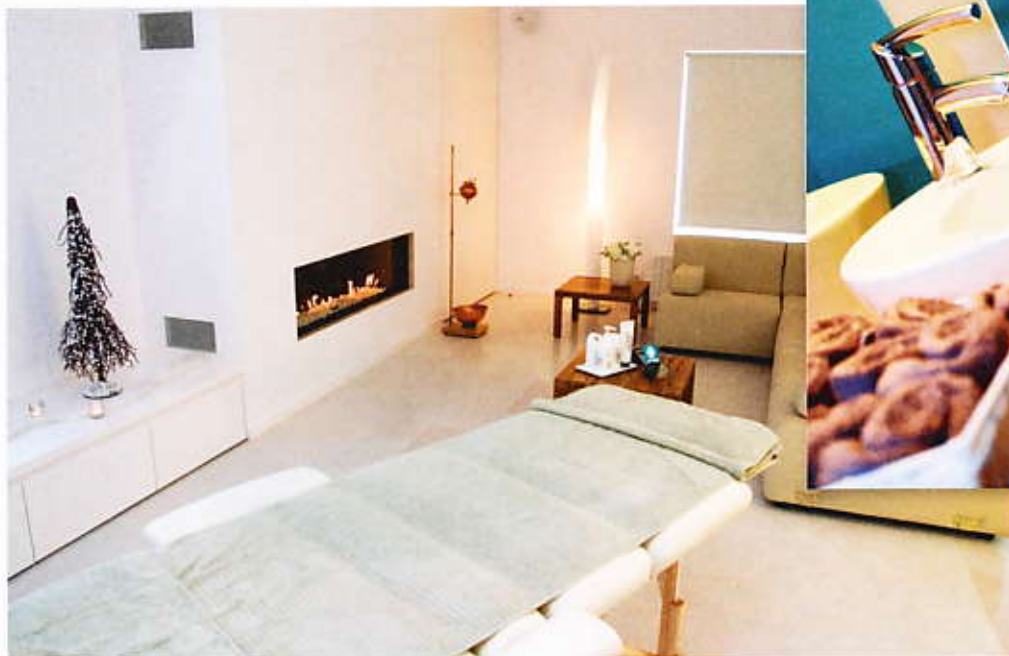
DE JUISTE VETTEN  
MAKEN JE SLIM  
ÉN GEZOND!

# 10 MAMA'S 10 JAAR JONGER

ONTDEK HOE HET OOK JOU LUKT!

HET BEST VERKOCHTE MAANDBLAD VAN VLAANDEREN





## JERA

Skin & Body Center Jera uit Pittem wil zich onderscheiden van andere wellnesscentra door zich te specialiseren in een beperkt aantal kwalitatieve behandelingen. Onze nieuwsgierigheid is geprikkeld.

Wanneer ik het kleine Pittem binnenrijd, leidt mijn gps me recht naar de industriezone, waar ik al snel voor de deur van Jera Van de Velde sta. Het industriële domein rondom me vergeet ik meteen wanneer ik het mooie, strakke, rustgevende interieur van haar Skin & Body Center binnenwand. Jera zet ook dadelijk de deurbel af en de telefoon op stil, want dat is voor haar heel belangrijk: ze wil je een persoonlijke behandeling geven waarbij er alleen aandacht is voor jou. Terwijl ik hier ben, zal de wereld even stilstaan. Nadat ik me heb omgekleed in de stijlvolle kleedkamer, wandel ik de enige behandelruimte binnen. Ik plof me neer in het gezellige salon met open haard en een raam dat uitkijkt op de tuin. Terwijl ik een vragenlijst invul over mijn dagelijkse verzorgingsgewoontes en een kopje antistressthee drink, worden mijn voeten en onderbenen alvast verwend met een scrub. Nadat we de vragenlijst hebben overlopen, stelt Jera een huidanalyse voor, want vaak weten klanten niet welk huidtype ze juist hebben. De analyse gebeurt volgens het 'face mapping'-systeem: Jera deelt mijn gezicht op in veertien zones en bekijkt ze allemaal afzonderlijk, zodat ze mijn verzorging erop kan aanpassen. Voor de verzorging werkt ze uitsluitend met Dermalogica, een merk dat enkel ingrediënten aan z'n producten toevoegt die ook echt een meerwaarde betekenen. Geen lekkere geurtjes of mooie kleurtjes, wel een diepgaande voeding. Het resultaat is na de behandeling meteen zichtbaar, ik straal!

### HEERLIJK TOT RUST KOMEN

Nu is het tijd voor ontspanning. Jera laat me plaatsnemen op een stoel, vlakbij een lichtzuil die verandert van kleur. Ik moet de kleur uitkiezen die me het meest aanspreekt, zodat die kan blijven stralen tijdens de ayurvedische hoofdmassage. Ik kies voor het energieboostende rood en laat de kleur op me inwerken terwijl Jera met een aangenaam warme olie mijn hoofd masseert. Ze legt veel nadruk op de drukpunten, onmiddellijke ontspanning is dan ook het gevolg. Wanneer mijn hoofd volledig verwend is, zijn m'n schouders aan de beurt en ook hier glijdt de spanning meteen van me weg. Maar Jera wil mijn relaxatieniveau nog hoger drijven en vraagt me om plaats te nemen op de massagetafel vanwaar ze mijn gelaat zal behandelen met een oosterse gezichtsmassage. Deze laat me niet alleen tot rust komen, maar maakt ook gifstoffen los. Bovendien wordt niet alleen mijn huid behandeld, ook de spieren in mijn gelaat hebben er baat bij. De massagetechnieken die Jera toepast, variëren van uiterst zachte strelingen tot diep drukkende bewegingen en zijn gebaseerd op de Japanse medische theorie. Ontspannend en verzorgend dus. Als laatste zijn mijn voeten aan de beurt. Jera wil ze een 'Soft Reflex' massage geven of, zoals de naam het al zegt, een zachte reflexologie. Met een warme, vochtige, metalen bol maakt ze draaiende bewegingen tegen mijn voetzolen. Ik voel de vermoeidheid wegtrekken en geniet met volle teugen. ■ DOOR **MIKE D'HONDT**

### ONS OORDEEL

Sfeer: ★★★★★

Behandeling: ★★★★★

Prijs/kwaliteitsverhouding:

★★★★

Plus voor: de heel persoonlijke aanpak van zaakvoester Jera.

Min voor: de muziek eist soms net te veel aandacht op.

### ONZE QUOTERING

★ = slecht

★★ = matig

★★★ = oké

★★★★ = goed

★★★★★ = uitstekend

### PRAKTISCH

★ Jera Skin & Body Center, Nijverheidstraat 10, 8740 Pittem, 0498/61.94.60, [www.jera-online.be](http://www.jera-online.be).

★ Prijzen: huidanalyse & aangepaste verzorging: € 30, ayurvedische hoofd- en nek-massage: € 35, oosterse gezichtsmassage: € 50, 'Soft reflex'-voetmassage: € 30.