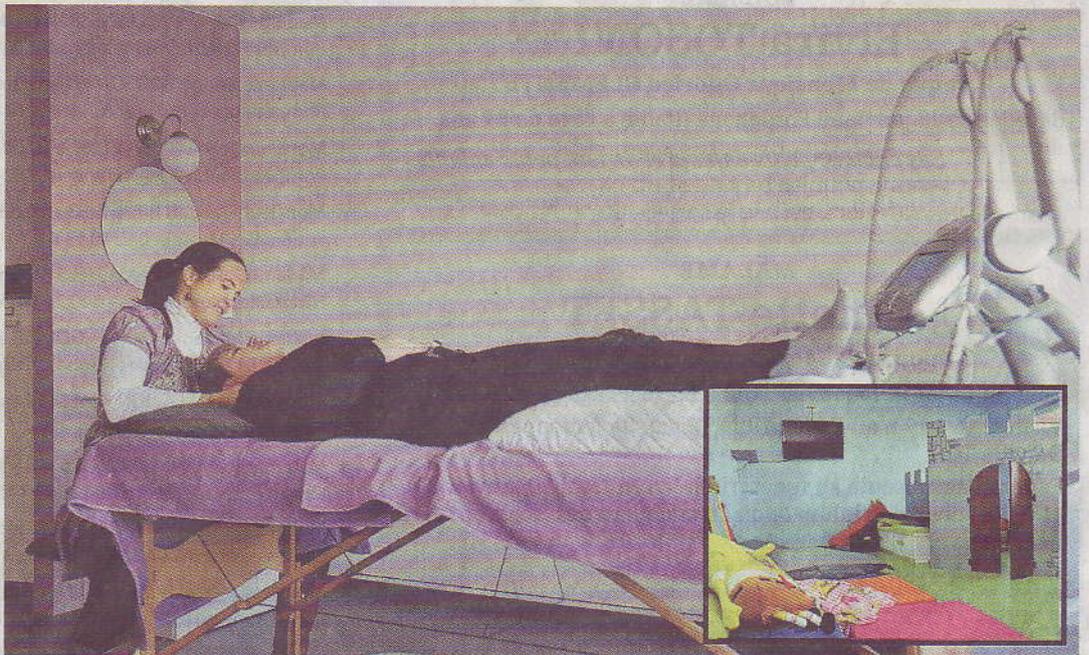


# Le bien-être, avec les enfants et sans stress

## Espace Plan B s'occupe des mamans et de leurs bambins

**Entre le boulot et les enfants, il reste peu de temps aux mamans pour se faire plaisir. Ou alors, c'est au prix d'un gros stress pour ne pas perdre de temps et d'une grande culpabilité vis-à-vis des enfants. L'Espace Plan B offre la solution, en accueillant les mamans et les enfants.**

Les femmes en ont rêvé, Cécile Dewever l'a réalisé: imaginez des professionnels du bien-être, de la beauté et de la santé rassemblés sous le même toit avec, cerise sur le gâteau, une garderie pour les enfants (de 3 à 7 ans). Non pas une salle de jeu avec une télé abrutissante branchée en permanence, non: avec de vrais jeux éducatifs et une puéricultrice comme baby-sitter, pour la modique somme de 4€ de l'heure. Les plus grands, eux, peuvent faire leurs devoirs ou participer à un atelier créatif.



La kiné en plein travail. En médaillon: l'espace dédié aux bambins des clientes.

■ THOMAS VAN ASS

### SE FAIRE PLAISIR, RESTER ZEN

L'idée est originale: il s'agit de rassembler tout le monde sur une seule plateforme (à Ans), afin que les femmes arrêtent: 1. de s'arracher les cheveux devant leur agenda surbooké, 2. de passer 2 heures par jour dans les embouteillages et à se garer. 3. de se morfondre en allant se faire épiler ou masser parce que Thomas doit rester une heure à l'étude à cause de ça.

Chez Espace Plan B, c'est le règne du bon plan. Exemples: Maman va chez l'ostéopathe, pendant que Thomas est chez la logopède pour sa dyslexie. Maman suit un cours de zumba, pendant que Thomas est chez la pédicure pour son ongle incarné à cause du foot. Ou encore: Maman, enceinte du petit frère, suit l'aptonomie chez la kiné, pendant que Thomas est chez la psychomotricienne. Eh oui, toutes ces spécialités sont présentes.

"Nous avons ouvert le 1<sup>er</sup> décembre", explique Cécile Dewever, la responsable. "L'espace - 1.000 m<sup>2</sup> -



■ TVA

**"LES TRAVAUX ONT DURÉ UN AN, LE MOBILIER EST ADAPTÉ"**

**Cécile Dewever**

**RESPONSABLE DE "PLAN B"**

est agencé en différentes zones".

### NI SODAS, NI DOMICILIATION

Dans la zone bien-être, on trouve les cabinets des psychologues, des kinés (dont une spécialisée en urogynéco), des logopèdes, mais aussi la sophrologie, la diététique, la pédicure avec réflexologie plantaire, la médecine esthétique et le coaching (relooking, nutrition, sport, coaching professionnel).

Dans la partie beauté, c'est le règne des esthéticiennes, des massages et de la pose d'ongles.

"Nous avons aussi créé une grande salle, avec plancher en bambou, pour les cours collectifs", poursuit Mme Dewever. "Pour le moment, nous avons des cours de zumba, de yoga et de biodanza. Nous ne faisons que des cours originaux, qui sont liés au bien-être et au développement personnel".

C'est la philosophie de ce nouveau centre, axé vers le mieux-être et la qualité de vie de la famille. "De même, vous ne trouverez pas de bonbons pour les enfants, ni de distributeurs de sodas", précise la responsable. Les prix des différentes consultations sont disponibles par téléphone. Pour les cours, on paie à la séance, pas de domiciliation bancaire forcée pour un an ou deux comme dans les clubs de fitness. "Dans l'avenir, nous rêvons de proposer des activités intergénérationnelles et d'ouvrir une école de devoirs". «

C.V.

### La voiture lavée et un sandwich bio livré

■ En plus de se faire du bien sans culpabiliser pour la garde des enfants, les clientes de l'Espace Plan B peuvent encore souscrire à d'autres services pour gagner du temps sur leurs folles journées.

Ainsi, pendant que ces dames se font faire les ongles ou décoincer le dos, elles peuvent demander à "Monsieur Bio Wash" - un système de lavage sans eau - de venir laver leur voiture sur le parking de l'établissement.

Les différents praticiens ainsi que les clientes peuvent aussi s'abonner à un système de paniers de fruits et de légumes bio, en collaboration avec une entreprise du coin, qui fournit également les sandwiches lors de séminaires.

# "Des bureaux partagés"

**Cécile Vrayenne**  
JOURNALISTE

**Comment vous est venue l'idée de cet espace multidisciplinaire?**

"J'ai simplement fait le constat que les femmes sont tout le temps sur la route, qu'on leur en demande toujours plus, avec des objectifs à assurer et qu'il leur devient donc de plus en plus difficile de prendre du temps pour elles et pour leurs enfants. J'en ai discuté avec des amies et l'association Job'In a pris en charge mon projet. Je voulais faire quelque chose pour le bien-être des femmes et des enfants, au même endroit. Et je suis tombée amoureuse de ce bâtiment! Je trouve que la luminosité y est formidable, et il s'en dégage une énergie et un grand potentiel. C'était une imprimerie. Je l'ai rachetée il y a deux ans, il a fallu tout arracher et tout refaire. En tout, il a fallu



Le concept de "bureaux partagés" aide les indépendants. ■ TVA

**"LES CINQ  
PSYCHOLOGUES  
SE PARTAGENT  
LE MÊME CABINET"**

un an de travaux." **Mais la base de votre plan financier, c'est le concept de "bureaux partagés"?**  
"Oui, j'ai été commerciale pendant quinze ans et j'ai vu beaucoup d'indépendants essayer de faire leur cabinet chez eux, ce qui n'est pas toujours

possible, faute de place ou de moyens financiers. Quand ils sont ensemble, comme ici sur le plateau, ils se retrouvent entre collègues et il s'en dégage une énergie très dynamique."

**Comment fonctionne ce "partage" de bureaux?**

"Les différents cabinets sont mis à disposition des praticiens de 1 à 6 jours par semaine, selon le volume de leur clientèle. Les conventions sont signées pour un an. Quarante praticiens ont déjà signé, il reste une trentaine de places. Mais il faut qu'ils soient complémentaires: par exemple, nous avons cinq psychologues qui se partagent le cabinet, mais chacun a sa spécialité propre (enfants, ados, adultes). C'est pareil pour les masseuses: l'une est spécialisée dans les massages pour bébés et femmes enceintes, les deux autres masseuses pratiquent d'autres techniques."