

GEZONDHEID, BEAUTY & PSYCHOLOGIE

sante

Volg je hart

WIN
een ooglaser-
behandeling
t.w.v. € 4.300

**Stop met
hongeren**
en blijf altijd slank

Zumba, jukari
en andere nieuwe
work-outs

**André (26) mishandelt
zijn ouders**

'Dat mijn eigen kind
me dit kan aandoen'

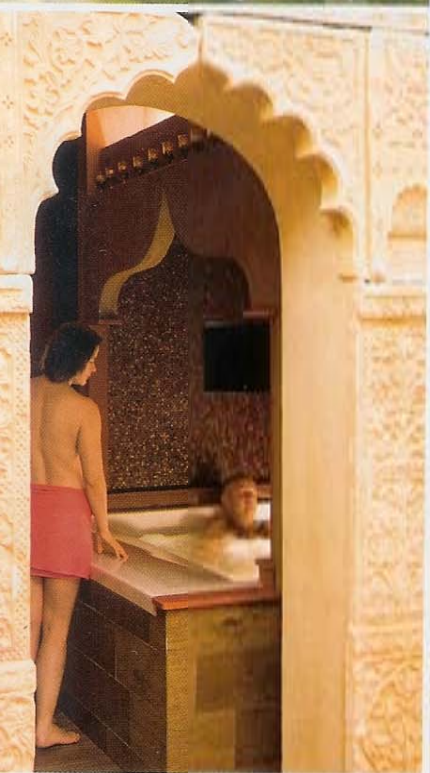
Je **buikbrein**
weet meer dan
je denkt!

Relaxed leven

Omgaan met zelfkritiek en faalangst

'WAAROM BEN IK ZO VASTGELOPEN?' MEDIUM TESSA GEEFT ANTWOORD





'Hier kun je samen
ongestoord genieten'

Wellnesswijzer →

‘Even vergeet ik dat er een hectische buitenwereld is’

Santé's Yolande bezocht met haar vriend een bed & breakfast met een überromantische sauna voor twee: Casa Verde in het Belgische Dendermonde. “Alle zintuigen worden hier gestreeld.” >



‘Dit is wel het **ultieme onthaasten**, denk ik



‘Het is alsof we in een sprookje van duizend-en-een-nacht zijn beland’





Uitstraling

Casa Verde ligt aan een drukke weg, maar voorbij de hal wacht ons een oase van rust en intimiteit. Alle zintuigen worden gestreeld in dit exclusieve sauna-oord voor twee. Talloze kaarsjes en grote lantaarns verlichten de dieppaarse en mokkaleurige muren in leemstuc. Loungemuziek kabbelt aangenaam op de achtergrond. Alle ruimtes zijn gedecoreerd met antieke bouwmaterialen, beelden of meubels die de zus van de eigenaar tijdens haar reizen door India en Marokko bij elkaar sprokkelde. Het is alsof we in een sprookje van duizend-en-een-nacht zijn beland. 10

Ontvangst

Eigenaren Nico en Leen Peelman ontvangen ons allerhartelijkst. Nico, binnenhuisarchitect, werkte drie jaar aan de spa voordat hij hem mooi en goed genoeg vond. In die tijd volgde echtgenote Leen diverse massagecursussen. Op de houten veranda aan de ecologische zwembijver serveert Nico champagne en souperen we gezamenlijk met kreeft. Leens zelfgemaakte tartaarsaus is heerlijk en gaat in rap tempo op. Als toetje is er verse fruitsalade. In een spa wil je immers niet te zwaar eten. 8,5

Behandeling

De volgende ochtend staat er op het terras een uitgebreid ontbijt voor ons klaar, maar eerst springen we in de zwembijver. Dan beginnen we aan onze 'wellnessbeleving'. De sauna werkt volgens een geautomatiseerd systeem. Nico start het programma – dat kan hij doen vanuit zijn eigen huis of zelfs vanuit de auto – waardoor je Casa Verde helemaal voor je alleen hebt. Zelf hoef je niets te doen; behalve genieten. Van de grote regendouche voor twee, het stoombad, de sauna, het bubbelbad, het dompelbad, de fraaie rustruimte en de lommerrijke veranda. Om elf uur komt Leen voor een massage met in warme olie

gedrenkte kruidenstempels. Ze masseert vol toewijding, met zachte, trage bewegingen. Dit is wel het ultieme onthaasten, denk ik loom. 9

Hygiëne

Alle ruimtes zijn spic en span. Het water in het dompelbad wordt voortdurend ververst. 8,5

Rust

In Casa Verde vergeet je dat er een hectische buitenwereld is. Hier kun je samen ongestoord genieten. De rustruimte is mijn favoriete plekje. Het is heerlijk om naar de vloeiende lichtprojecties op het plafond te liggen staren. Ze doen me denken aan de caleidoscoop waarmee ik als kind zo graag speelde. Maar ook de regendouche – denk aan een weldadige tropische stortbui – is onweerstaanbaar. 9

Professionaliteit

Nico en Leen zijn de perfecte gastheer en -vrouw. Het concept, een sfeervolle privé-sauna op 400 m2 waar je licht kunt eten en overnachten, is helemaal af. Aan alles is zorg besteed, tot het serviesgoed en dekbed-overtrek aan toe. 9

Prijs-kwaliteitverhouding

Je kunt kiezen uit verschillende arrangementen, vanaf € 240 voor een privé-wellnessbeleving van drie uur voor twee personen. De prijs voor een arrangement met overnachting en een saunablok van vier en half uur begint bij € 450 en loopt op naarmate je kiest voor luxueuzer eten en drinken. Een massage van 25 minuten kost € 30. 8,5

Conclusie

Casa Verde is een uitgelezen plek om samen met je lief te genieten en even helemaal van de wereld te zijn. Leuk in combinatie met een dagje Antwerpen. Eindcijfer: **8,9**