

# Mieux que la sieste !

*En attendant leur commande*, avant ou juste après le café, les clients du Peek a Boo s'installent dix minutes sur le fauteuil de Caroline Hopkinson et leur pause se poursuit dans la détente la plus totale. Ce partenariat avec Peek a Boo est plutôt une réussite : certains clients



sont devenus de fidèles adeptes de la formule tarte salée + boisson + café + amma assis. « Le amma assis est un massage très accessible car on reste habillé et il peut se pratiquer partout en un clin d'œil. Sur mon logo, j'ai d'ailleurs choisi de styliser une personne qui profite des bienfaits du amma assis. » Pour oublier qu'on est dans un restaurant, le petit plus de Caroline - tout bête mais il fallait y penser ! -, c'est le casque. Deux écouteurs qui diffusent dans vos oreilles une musique à la fois relaxante et moderne.

Caroline Hopkinson, 39 ans, a créé sa société, SensoByCaro l'an dernier après un parcours atypique : des études de gestion des entreprises, un long séjour de 8 ans en Afrique du Sud et cinq années passées en Angleterre où elle se décide à reprendre des études de réflexologie et de massages. « C'est en Afrique que la notion de bien-être est devenue importante pour moi. Là-bas, les gens sont moins stressés, ils sont plus cool. J'ai eu envie de vivre

Version Femina - 14 octobre 2006

du bien-être et quand je suis revenue dans le Nord il y a deux ans, je me suis lancée. » En quelques mois, la jeune femme règle les différentes formalités administratives pour qu'en 2005, SensoByCaro voit le jour.

Caroline Hopkinson utilise tous les moyens pour se faire connaître : démarchage auprès des comités d'entreprise, vente de tisanes, de thés naturels et équitables, bons cadeaux...

Caroline Hopkinson pratique le amma partout et à toute heure : à domicile, pour des particuliers, mais aussi en entreprise, pour des salons ou séminaires, en semaine ou le week-end... Se faire masser entre midi et deux, juste avant de repartir au boulot, ça ne prend que quelques minutes et ça requinque autant que la petite sieste du début d'après-midi.

FANNY MAGDELAINE

**SENSOBYCARO**

tél. 06 25 74 30 21. Site : [www.sensobycaro.com](http://www.sensobycaro.com)

**RESTAURANT PEEK A BOO**, 92, rue de l'Hôpital Militaire à Lille. Tél. 03 20 57 05 15. Formule détente jeudi midi : tarte salée + boisson + café + massage Amma = 15, 60 €