

## 1 UN RITUEL BOTANIQUE SUISSE

C'est simple, on a tout adoré!

Les produits à base de plantes d'altitude, la générosité des services (piscine, hammam, thés et fruits secs) et l'efficacité du soin Jardin Botanique. Après avoir été abreuvée d'une tisane romarin-lavande, puis tamponnée, la peau a droit à un gommage au bambou et à un massage renversant avec une crème sur mesure. Même les pieds et les mains ont droit au bonheur pendant la pose du masque régénérant!

■ 140 € les 60 mn. Spa After The Rain à l'Hôtel Saint James & Albany, 202, rue de Rivoli (1<sup>er</sup>). Tél. : 01 44 58 43 77.

## 2 UN SOIN BONNE MINE

Marie Burthiault irradie la bienveillance et son soin visage est un modèle de slow-beauty. Peu de produits (démaquillant + lotion + masque Weleda) et un super massage « bonne mine », tout en pincements et lissages, avec de l'huile de rose musquée. Elle poursuit avec des pressions sur le crâne, la nuque et les épaules. En sortant, c'est fou, tout le monde vous appelle mademoiselle!

■ 60 € les 50 mn. Espace Chéroy, 19, rue de Chéroy (17<sup>e</sup>). Tél. : 06 14 66 53 45. [www.marie-burthiault.fr](http://www.marie-burthiault.fr)

## 3 UN MASSAGE NETTOYAGE

Adriana, colombienne et fille de guérisseuse, procède dans son appartement à un massage à la chandelle, mis au point par la marque Aïny avec une chamane des Andes. Le but? Nettoyer le corps des mauvaises énergies pour redonner un bel élan. Pour ça, Adriana se sert d'une bougie blanche, symbole de limpidité, qu'elle frotte et fait rouler sur la peau comme un balai. Relaxant et original.

■ 90 € les 60 mn. Chez Don Cross, 207, rue Saint-Honoré (1<sup>er</sup>). Tél. : 09 62 18 38 98. [www.ainy.fr](http://www.ainy.fr)

## 6 SOINS DE PRINTEMPS

Suivez nos pistes « feel good » pour fêter cette saison en beauté!

## 4 UN SLIM-COCKTAIL AU POIVRE

On adore ce Soin Détox Minceur au Poivre Noir qui nous fait dégonfler dans la joie... D'abord, le gommage à l'huile de jojoba, sel et orange est travaillé comme un massage, ça change tout. Ensuite, le modelage pétri-pincé-palpé-roulé, à base de caféine, pamplemousse et poivre noir, donne un joyeux coup de fouet. Quant à l'enveloppement aux algues, on l'oublie grâce au massage des pieds! Au final, la peau est douce et plus tendue.

■ 100 € les 60 mn. Institut Darphin, 350, rue Saint-Honoré (1<sup>er</sup>). Tél. : 01 47 03 17 70.

## 5 UN CHECK-UP PAR LES PIEDS

Après un questionnaire attentif mené par Jennifer Lafontan, on se blottit sous une couverture, on choisit son huile Dr. Hauschka et on laisse faire. Jennifer repère très vite le foie qui peine, les trapèzes stressés, le sommeil en vac... Pour tout recalculer, elle pianote fermement sur le clavier des pieds et, dès la première séance,

il y a un vrai mieux!

■ 70 € les 60 mn. 56, rue de Douai (9<sup>e</sup>). Tél. : 06 48 69 63 63.

## 6 UNE COULEUR PARFAITE

Coup de foudre pour ce salon de coiffure en appartement, baigné de lumière! Catarina Lopes y fait bien plus que de belles couleurs, elle entend ce qu'on lui dit. Même lorsqu'on demande un « caramel cuit au soleil ». Ici, tous les soins sont signés Christophe Robin, dont elle a longtemps été la coloriste, et, selon les besoins, elle fait venir les meilleurs, dont Frédéric Souquet pour une coupe ou Marcea Gomes pour une manucure.

■ A partir de 140 €. L'Atelier des Couleurs, 4, rue Béranger (3<sup>e</sup>). Tél. : 01 44 61 19 89.

## BONNE NUIT

L'astuce sommeil? Le massage maison abhyanga à l'huile de Coline Madral, aussi réconfortant qu'une berceuse! 60 € les 60 mn. Tél. : 06 20 60 05 68. [www.colinemadral.com](http://www.colinemadral.com)



**BEAUTÉ À DÉGUSTER** Se nourrir de jus, de soupes et de plats végétaliens, ça fait un joli teint! La preuve avec le nouveau concept Detox Delight qui, selon la formule (100 % jus, jus et soupe, repas raw...), livre à domicile entre 8 et 9 h de l'archi frais, nourrissant et joliment emballé. Résultat? Un teint éclairci et 2 kilos en moins le lundi. A partir de 56 € la journée. [www.detox-delight.fr](http://www.detox-delight.fr)