



& Je prends soin de moi par Diana Béraud

On a testé 50 adresses essentielles pour se faire du bien et se sentir belle! Paris, province, il y en a pour tous les budgets.

mise en beauté *soin du visage*

Le top 50 de la

MISE EN BEAUTE

INSTITUT DU SOURCIL

Ici, on dessine le sourcil à la perfection et on étoffe la frange des cils en les recourbant pour longtemps. Rendu naturel garanti.

- Epilation sourcils à partir de 30 €, permanente des cils, 70 €. 3 adresses à Paris. Rens. www.atelierdusourcil.com

EXTENSION DE CILS

Des cils de biche sans mascara, une réalité avec les extensions de cils. Volume, longueur, frange étoffée, couleur, tout est possible! Jusqu'à quatre semaines de tenue. Idéal pour des vacances « zéro make-up ».

- A partir de 90 €. Plus de 400 adresses en France. Rens. www.xtremelashes.fr

LE BAR ESTHETIQUE, ESTHETIC CENTER

Des soins de 10 min pour se faire une beauté à l'improviste. Maquillage, soins visage, épilation et manucure. Une bonne idée à petit prix.

- Prix unique de 9,90 € pour les abonnés ou 12,40 € sans abonnement. 140 centres en France. Rens. www.esthetic-center.com

BAR A ONGLES CHEZ MARIONNAUD

Pose de vernis, french express, faux ongles, soins antitaches ou hydratants... sans rendez-vous! Pour se faire des mains de velours en sortant du bureau.

- Manucure classique: 18 €. Dans 250 magasins. Rens. sur www.marionnaud.fr

MANUCURE CARLOTA

Travail minutieux, soin réconfortant et même possibilité d'extravagances: vernis parfumé, strass ou dessin calligraphié. Existe en version pédicure.

- Manucure + gommage + massage: 45 €. 16, avenue Hoche, Paris 8^e, tél. 01.42.89.42.89.

MAISON NATURA

La marque brésilienne qui aime la nature organise tous les mois des « Moments maquillage ». Florence et Olivier vous apprennent à marier les couleurs en fonction de vos goûts, de vos envies ou de votre look.

- 15 €. Maison Natura Brasil, 2, place Michel Debré, Paris 6^e, tél. 01.42.22.12.59.



cheveux soin
du corps

rédaction



PHOTOS OREDIA

SOINS VISAGE

PIERRE RICAUD

Treize instituts et quinze soins visages dont plus de la moitié dédiés à l'anti-âge. Impossible de ne pas trouver le protocole qui correspond aux besoins du moment: purifiant, cocooning, défatiguant, fermeté, liftant...

• Rens. sur www.ricaud.com

INSTITUTS SAARA

Cinq adresses à Paris et une à Aix-en-Provence où l'on ne vous demande pas de prendre rendez-vous un mois à l'avance. Noushine, formée à la médecine chinoise, adapte ses soins visage à chacun pour donner une deuxième vie à votre peau.

• A partir de 60 €. Rens. sur www.institutsaara.fr

BIU BEAUTE BIO

Le paradis des fans de beauté bio. Après un délicieux soin en cabine (Phyt's, Florame, Dr Hauschka...), attardez-vous dans la boutique et craquez pour l'incroyable choix de crèmes et fards 100 % naturels.

• Soins visage à partir de 29 €. Rens. sur www.biubeautebio.fr (six boutiques Paris et Neuilly).

SPA DES NEIGES A COURCHEVEL

Spa de luxe signé Givenchy dans un hôtel de rêve perché en montagne. Pas la peine d'être un skieur confirmé pour bénéficier de la performance des soins hydratants Skin Drink et de No Surgetics, des soins anti-âge inspirés de la médecine esthétique.

• A partir de 140 €. Rens. au 04.79.23.14.08.

ETHNICIA

Toutes les peaux sont à l'honneur: peaux claires, foncées, métisses ou asiatiques... Leurs particularités sont passées à la loupe et chouchoutées avec la plus grande des attentions pour révéler leur beauté.

• Soin visage à partir de 60 €. Quatre adresses à Paris, ouverture prochaine à Marseille. Rens. 01.47.70.88.99.

REN A L'HI HOTEL DE NICE

Un spa design et des protocoles doux pour la peau. Tous les bénéfices beauté et anti-âge de la rose sont réunis dans deux soins adaptés aux besoins de chacun.

• A partir de 65 €. 3, avenue des Fleurs, 06000 Nice, tél. 04.97.07.26.26.

SOETHYS CHEZ ESPACE EPILATION

Des soins haut de gamme à prix doux. L'enseigne propose les soins visage Soethys pour revitaliser les épidermes soumis à la pollution et leur redonner leur éclat. Egalement pro de l'épilation minute.

• Soin visage biologique Beauty Garden, 50 €. 58 centres en France. Rens. 01.47.75.11.24.

PRIVATE SPA NUXE DE L'HOTEL MATHURINS

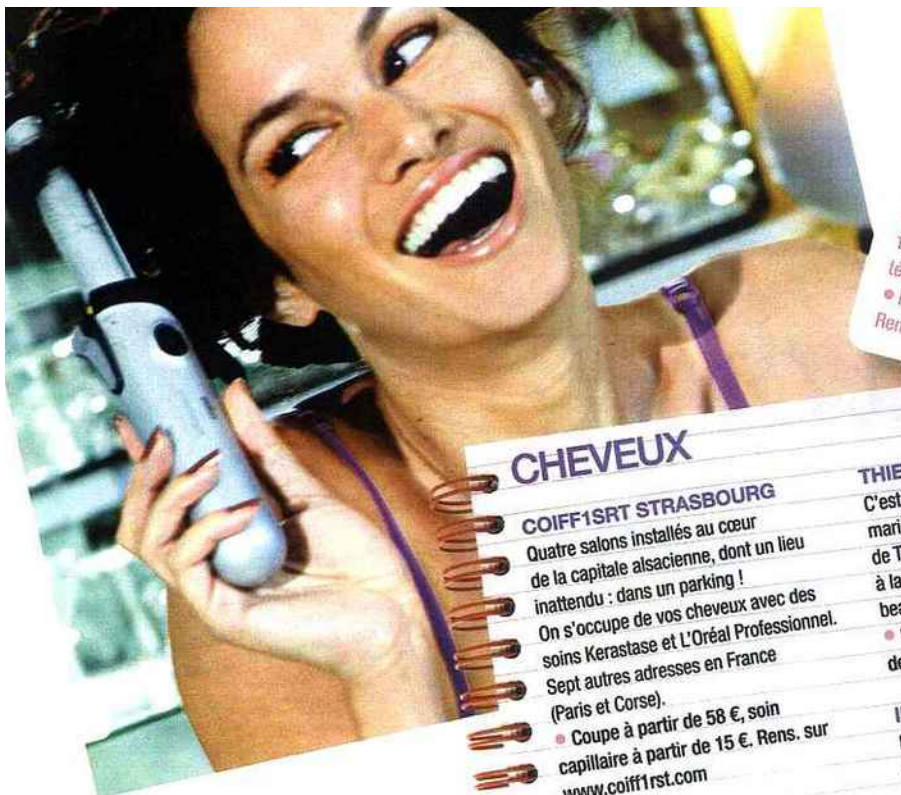
Un espace confidentiel pour vous sentir comme chez vous le temps d'apprécier l'un des cinq soins visage. Notre chouchou, celui au miel, réconfortant après les frimas hivernaux.

• A partir de 70 €. 43, rue des Mathurins, Paris 8^e, tél. 01.44.94.20.94.

LE COUVENT DES MINIMES SPA PAR L'OCCITANE

Des soins visage déclinés à partir de lavande, verveine ou miel. La quintessence d'ingrédients made in Provence et des protocoles d'experts pour améliorer aspect et qualité de la peau.

• A partir de 55 €. Chemin des Jeux de Mai, 04300 Mane-en-Provence, tél. 04.92.74.77.77.



LA SUITE 15
Olivia et Julien ont développé un parfait savoir-faire en matière de coupe et de massages, et utilisent l'excellente gamme La Biothétique pour leurs soins.
• A partir de 44 € la coupe, 35 € la couleur. 15, quai Lamennais, 35000 Rennes, tél. 02.99.78.23.60.
• La Biothétique : 700 salons en France. Rens. 01.58.05.46.50, www.labiosthetique.com

CHEVEUX

COIFF1SR1 STRASBOURG

Quatre salons installés au cœur de la capitale alsacienne, dont un lieu inattendu : dans un parking ! On s'occupe de vos cheveux avec des soins Kerastase et L'Oréal Professionnel. Sept autres adresses en France (Paris et Corse).

- Coupe à partir de 58 €, soin capillaire à partir de 15 €. Rens. sur www.coiff1rst.com

COIFFURE ET NATURE

L'adresse est connue pour ses colorations végétales qui donnent de l'éclat et gagent le cheveu. Le plus : vous repartez avec un pot de votre mélange personnel, pour raviver vos colorations. Depuis peu, un institut de beauté est venu enrichir l'offre « nature » du lieu.

- A partir de 77 € la couleur. 1, rue de la Bastille, Paris 4^e, tél. 01.42.72.90.37.

INSTITUT CAPILLAIRE MARRY PASCUAL

Pionnière de la phytothérapie, elle élabore une lotion personnalisée à chacun de ceux qui franchissent la porte de son institut. Le soin capillaire est accompagné d'un massage bio-énergétique pour dénouer toutes les tensions et apaiser les crispations.

- A partir de 58 €. 106 bis, rue de Rennes, Paris 6^e, tél. 01.45.44.65.72.

SALON JOFFO

Une institution de la coiffure populaire. Une adresse anticrise ouverte 6 jours sur 7, avec des services (soin Matrix, coupe, couleur...) à des prix accessibles et des horaires à rallonge (7 h 30/19 h).

- Soins à partir de 5 €, coupe à partir de 10 €. 102, rue Saint-Lazare, Paris 9^e, tél. 01.48.78.44.87.

THIEDESARTS

C'est l'adresse idéale pour une future mariée. Dans l'atelier de beauté cosy de Thierry Deschemin, elles trouveront à la fois service coiffure, mise en beauté et les cérémonies Shu Uemura.

- Soin « Deep Ceremonie », 80 €, 9, rue de Thann, Paris 17^e, tél. 01.43.80.21.54.

INSTANT 2MOSS

La douceur des massages bio-énergétiques fait merveille : le cuir chevelu est purifié et assoupli, la fibre capillaire revigorée. Brillance, souplesse et hydratation du cheveu, tout est parfait.

- A partir de 30 €. 5, square de l'Opéra Louis-Jouvet, Paris 9^e, tél. 01.44.56.03.66.

JEAN LOUIS DAVID

Un salon dans les beaux quartiers parisiens pour des soins cheveux au-top ! 300 m² de pur luxe pour s'offrir une coupe tendance, sans oublier un sublime massage du cuir chevelu avant la coupe.

- Shampoing, coupe, brushing, 90 €. Jean Louis David international, 47, rue Pierre-Charron, 75008 Paris, tél. 01.43.59.75.16.

CARITA

Brossage d'expert, massage du cuir chevelu, shampoing et masque, en 30 min ou 1 h, les cheveux en berne retrouvent densité, jeunesse et brillance.

- A partir de 48 € le soin. 15 instituts en France. www.maisondebeautecarita.fr

KERASKIN CHEZ BLEU COMME BLEU

Avec Pureté Thermique de Keraskin, la peau est purifiée en 1 h. Vous le sentez et ça se voit ! Le protocole parfait pour celles qui n'ont pas l'habitude des soins visage.

- 75 €. Protocoles Keraskin dans dix-huit instituts en France. Rens. www.keraskin-esthetics.com

PURE ALTITUDE COURS DES LOGES A LYON

Des soins bio aux plantes des montagnes pour apporter vitalité et souplesse à l'épiderme et surtout un étonnant drainage énergétique du visage avec pression pour chasser les toxines.

- A partir de 50 €. 6, rue du Bœuf, 69005 Lyon, tél. 04.72.77.44.44.

GLOWING ROOM BY TERRY

Diagnostic, démaquillage, exfoliation, modelage, masque, sérum et contour des yeux... autant de soins à base de fleurs précieuses comme l'orchidée noire, le coquelicot, la rose ou le bleuet.

- Trois rituels au choix : 145 €. 10, avenue Victor-Hugo, Paris 16^e, tél. 01.53.73.00.73.

SALON DE BEAUTE GUINOT

Un institut connu de toutes les Chalonnaises. Le salon star ? Hydradermie et ses trois étapes pour une peau plus belle : ionisation avec des roulettes métalliques, stimuli lumineux pour mieux faire pénétrer les actifs et modelage liftant.

- Entre 66 € et 80 €. 29, rue du Général Leclerc, 71100 Chalons-sur-Saône, tél. 03.85.48.78.81.
1 800 instituts en France. Rens. www.guinot.fr

Erratum

Dans notre dossier « Beauté made in Japan » de février, le lot de 4 piques à cheveux Modèle (p. 35) est à 3 €, et non pas 33 € comme nous l'avons malencontreusement indiqué. Toutes nos excuses !

SOINS CORPS

MASSAG

Le principe ? Profiter d'un massage suédois ou californien à tout moment de la journée... sans rendez-vous. Pas de déco tape-à-l'œil mais des créneaux happy hours pour bénéficier de prix light.

- 79 € l'heure ou 50 € en happy hour.
- 123, rue du Faubourg-Saint-Antoine, Paris 8^e,
tél. 01.53.75.23.94

BODY'MINUTE

Le stress prend le dessus ? Filez chez Body'minute pour un soin relax sans rendez-vous. Les tensions sont soulagées, le mental apaisé. Possibilité d'ajouter quelques minutes de shiatsu.

- A partir de 9,90 € pour les abonnés ou 17 € sans abonnement + 5 € (ou 10 €) les 5 min de shiatsu.
- 220 instituts en France. N° lecteur: 01.53.30.71.10
et www.bodyminute.com

THEMAE

Besoin de détente ? Optez pour un massage oriental et ses gestes lents pour assouplir les muscles. A l'inverse, le massage ayurvédique, profond et puissant, chassera les nœuds et les tensions. L'un et l'autre sont prodigués avec le gourmand « baume de thé ».

- A partir de 70 €. 20-22, rue Croix-des-Petits-Champs, Paris 1^{er}, tél. 01.40.20.48.60.

DEEP NATURE

SPA CHAMONIX BY ALGOTHERM

Un spa avec vue sur le mont Blanc... A tester, Steam Nature, un massage à base d'herbes des alpages, surprenant et délassant. Ne passez pas à côté de la magnifique piscine chauffée intérieur/extérieur.

- Soins corps entre 42 € et 102 €. 29, passage Grépon, 74000 Chamonix, tél. 04.50.55.37.37.

SPA DU CHATEAU BEAUREGARD

Un château du XIX^e siècle et ses écuries réaménagées en spa, avec poutres et pierres apparentes. Rien ne manque : soins relaxants, hammam, bain au lait d'ânesse. Un lieu original pour s'offrir une pause douceur ou un week-end en duo avec possibilité de loger au château.

- A partir de 22 €. Avenue de la Résistance, 09200 Saint-Girons, tél. 05.61.66.66.64.

PASSAGE BLEU

Dix-huit salons dans le Grand Est et deux à Paris, Passage Bleu regroupe sur un même lieu coiffure, institut de beauté et dayspa. Les prix sont abordables et les soins massages apportent un vrai délassement.

- Massage orientaux à partir de 44 €, modelage du dos à partir de 22 €. Rens. www.passagebleu.com

INFINIS PARALLELES

Des jambes lourdes ? Rendez-vous chez Infinis Parallèles où Sophie Archas dispense une beauté des jambes efficace : 1 h de drainage aux huiles essentielles pour repartir avec des jambes légères.

- 90 €. 28, rue des Trois Bornes, Paris 11^e, tél. 01.47.00.86.90.

MASSAGE A DOMICILE DE FANNY RAYON

Fanny débarque avec son futon pour vous détendre dans votre home sweet home (Paris et proche banlieue). Avec ses huiles bio Weleda, elle adapte ses massages à vos envies. Ayurvédiques, thaïs, acupressions... elle les fera à la perfection.

- 60 € le massage d'une heure, tél. 06.20.40.64.73.

RITUEL DES SENS

A quelques encablures de la Bourse, voici une adresse pour vous évader en découvrant les rituels beauté du monde entier. Massages ayurvédiques, gommage au gingembre, body scratching aux essences de pin... une variété infinie.

- Massage 1 h, 90 €, hammam offert.
- 16, rue Saint-Marc, 75002 Paris, tél. 01.42.36.03.30

SPA L'HEURE VEGETALE YVES ROCHER

Un éco-hôtel spa où l'on passe une heure ou un week-end pour une expérience en harmonie avec la nature : gommage au tilleul, drainage à l'huile de noisette, modelage à la lavande et à l'orange ou rituel (bain+gommage+modelage) aux plantes bio.

- Soins à partir de 40 €. Eco-Hôtel Spa Yves Rocher La Grée des Landes, Courmon, 56200 La Gacilly. Rens. 02.99.08.50.50. Autres instituts Yves Rocher en France, rens. 0892.02.61.62.

LA VILLA THALGO

Au cœur de Paris, 800 m² aux airs de thalasso bretonne. Piscine, bains hydromassants ou à infusion, hammam et massages. Imparable pour décompresser : l'Aquazen et ses balles souples remplies d'eau chaude.

- A partir de 55 €. 8, avenue Raymond-Poincaré, Paris 16^e, tél. 01.45.62.00.20.

SOIN DE SOI

Leslie, la fondatrice du lieu, a pensé aux besoins de tous : hammam oriental, bains d'arômes et de couleur, soins du corps et du visage, soins minceur et énergisant. Un vrai coup de cœur et une équipe très chaleureuse et souriante.

- 191, cours du Général-de-Gaulle, 33170 Gradignan.

SPA CAUDALIE

Caudalie et sa vinothérapie ont investi un hôtel de charme à Ville-d'Avray pour dispenser ses soins mythiques : bain barrique, enveloppement miel et vin, ou encore gommage merlot.

- Spa Caudalie Les Etangs-de-Corot, 53/55, rue de Versailles, 92410 Ville-d'Avray, tél. 01.41.15.37.00.

CINQ MONDES NANTES

Un nom connu des aficionados de la détente. On craque pour le gommage à la purée de papaye et le massage taoïste. Peau de bébé et nuit sereine garanties. A Nantes, mais aussi Paris, Lyon, Marseille et même Casablanca au Maroc.

- A partir de 45 €. Rens. sur www.cinqmondes.com

HAMMAM LE MAURESQUE A LYON

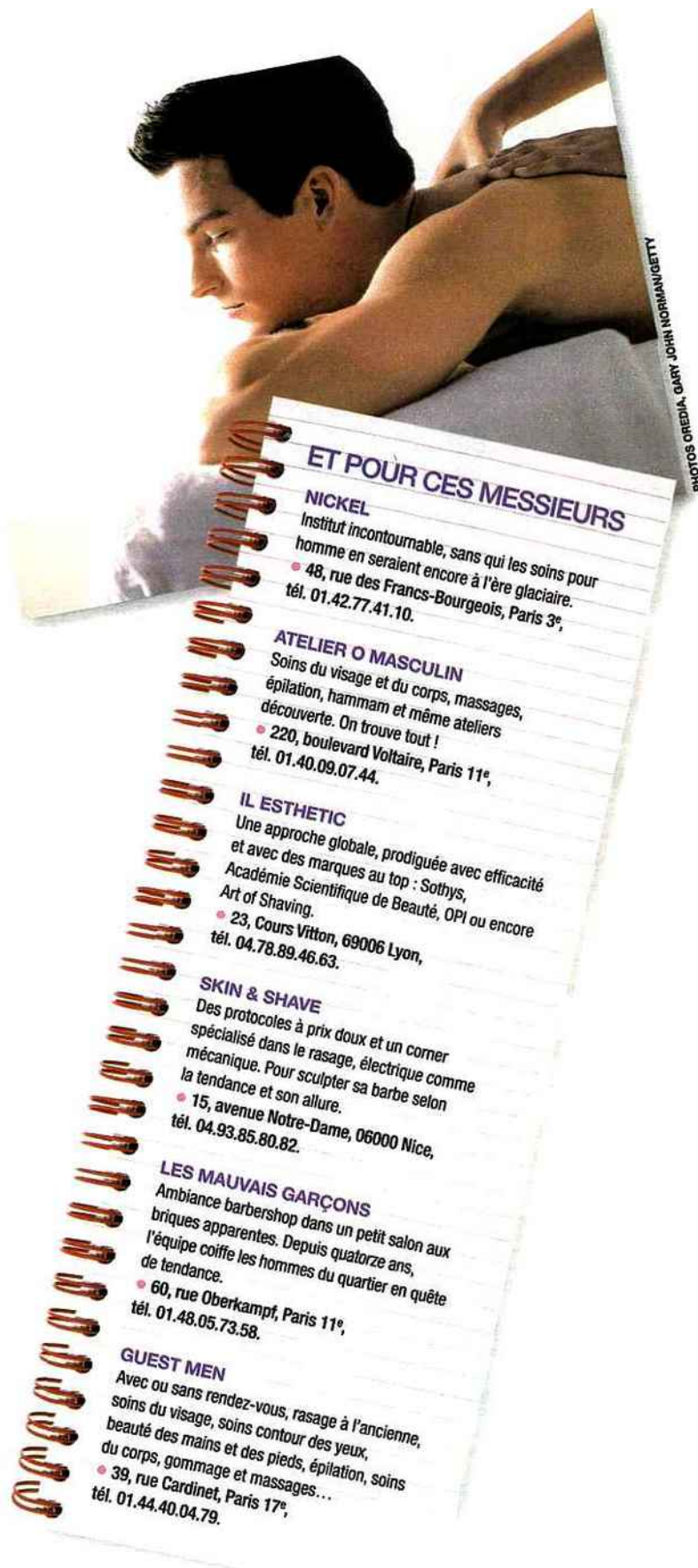
Un hammam typique dont l'atmosphère transporte au cœur d'une médina. Gommage et massage oriental de qualité, geste sûr et efficace. Possibilité de nocturne sur réservation.

- Hammam + gommage : 25 €, forfaits de 32 € à 82 €. 47, rue Marietton, Lyon 9^e, tél. 04.78.83.38.91.

BEAUTY IMPERIAL SPA

Cadre exotique et rituels inspirés de la Route des épices. De la Sieste du maharaja au Balinese imperial en passant par la fleur de Malaisie, tout choix sera une parenthèse rêvée pour se détendre sans quitter Paris.

- A partir de 55 €. 8, rue Villebois-Mareuil, Paris 17^e, tél. 01.55.37.99.48.



PHOTOS OREDIA, GARY JOHN NORMAN/GETTY

ET POUR CES MESSIEURS

NICKEL
Institut incontournable, sans qui les soins pour homme en seraient encore à l'ère glaciaire.
• 48, rue des Francs-Bourgeois, Paris 3^e,
tél. 01.42.77.41.10.

ATELIER O MASCULIN
Soins du visage et du corps, massages, épilation, hammam et même ateliers découverte. On trouve tout !
• 220, boulevard Voltaire, Paris 11^e,
tél. 01.40.09.07.44.

IL ESTHETIC
Une approche globale, prodiguée avec efficacité et avec des marques au top : Sothys, Académie Scientifique de Beauté, OPI ou encore Art of Shaving.
• 23, Cours Vitton, 69006 Lyon,
tél. 04.78.89.46.63.

SKIN & SHAVE
Des protocoles à prix doux et un corner spécialisé dans le rasage, électrique comme mécanique. Pour sculpter sa barbe selon la tendance et son allure.
• 15, avenue Notre-Dame, 06000 Nice,
tél. 04.93.85.80.82.

LES MAUVAIS GARÇONS
Ambiance barbershop dans un petit salon aux briques apparentes. Depuis quatorze ans, l'équipe coiffe les hommes du quartier en quête de tendance.
• 60, rue Oberkampf, Paris 11^e,
tél. 01.48.05.73.58.

GUEST MEN
Avec ou sans rendez-vous, rasage à l'ancienne, soins du visage, soins contour des yeux, beauté des mains et des pieds, épilation, soins du corps, gommage et massages...
• 39, rue Cardinet, Paris 17^e,
tél. 01.44.40.04.79.