

SPÉCIAL PARIS SE DÉTENDRE

Zen. Pour se faire une beauté ou profiter d'un massage de rêve, quelques adresses incontournables.

COSMÉTIQUES

Aépure. Conçue comme les pages d'un magazine (espace central façon édito, animations d'un numéro spécial ou fiches marques), la première boutique Aépure est entièrement dédiée aux marques de soins, bien-être et parfums de luxe dites de niche. Dans les trois Rooms, Cocon pour les soins, Séduction pour les parfums et for Men, on retrouve des noms connus tels que Miller Harris ou Christophe Robin, mais aussi plus confidentiels, comme Sjal et Nominôé ■ **M. V.**

35, rue Guénégaud (6^e). Du mardi au samedi, de 11 h à 20 h. 01.40.51.72.54. www.aepure.fr.

GRATUIT

Cours privés aux Galeries Lafayette.

Du 29 juin au 11 juillet, l'espace beauté du grand magasin vit à l'heure de Bobbi Brown, *make-up artist* américaine icône du maquillage *nude* des années 90. Pour l'occasion, des cours personnalisés gratuitement et sur RDV. Du 13 au 25 juillet, Tom Ford prend la relève et dévoile en avant-première ses trois prochaines fragrances. Un espace consultation parfumée sur mesure est proposé ■ **M. V.**

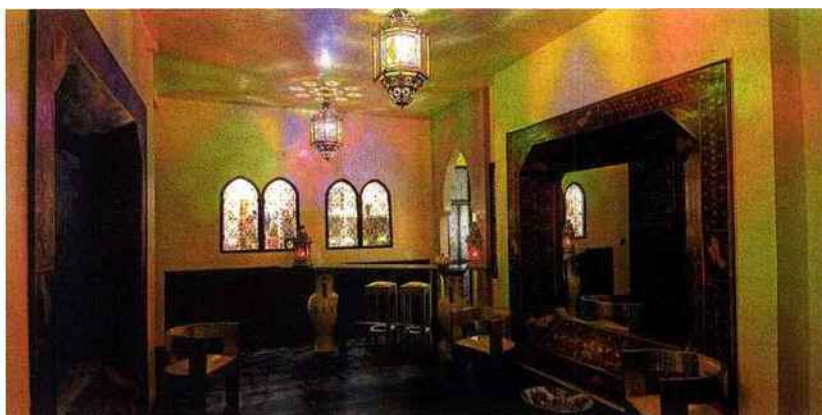
40, boulevard Haussmann (9^e). Réservations pour Bobbi Brown : 01.42.85.13.68. Et pour Tom Ford : 01.42.81.47.41.

MASSAGES, SOINS ET SPAS

L'Occitane. Pour les amoureux du sud de la France, une petite escapade au sein du premier spa L'Occitane en Provence dans la capitale s'impose. Pensé comme une étape en Camargue depuis la déco jusqu'aux tenues des hôtes, le lieu respire le calme et le naturel. Au menu, une carte de soins visage et corps très complète qui reprend les célèbres lignes de la marque : Olive, Amande-Pomme, Cade (pour les hommes) ou encore Immortelle ■ **M. V.**

47, rue de Sévres (6^e). Du lundi au samedi, de 9 h 30 à 19 h 30. Nocturne le jeudi jusqu'à 21 h. 01.42.22.88.62. www.loccitane.fr.

Le Six and Spa by Ida Delam. Plus qu'un rituel, pour Ida, l'art du massage est une invitation au voyage. Direction les tropiques, sous la chaleur d'un ham-



Vapeurs. Parfums d'Orient au hammam Les Cent Cielis, à Boulogne-Billancourt.

mam à l'étonnant jet de pluie fraîche, première étape du soin Toupoulana. Sous les doigts de l'experte, le modelage du corps se poursuit par des étirements doux et progressifs qui libèrent le thorax et les lombaires. Les pierres de lave chaudes raménées d'une rivière indonésienne viennent délicatement se glisser dans le creux des mains, le corps et l'esprit ne font plus qu'un ■ **A. L.**

14, rue Stanislas (6^e). 01.42.22.62.67. Tarifs spécial été. www.idadelam.com.

Mum and Babe. Se faire bichonner pendant qu'une autre bichonne ses rejetons, c'est possible, dans cet établissement tout nouveau tout beau. Pour «Mum», une coupe de cheveux, un soin du visage ou un massage... Pour «babe» (de 0 à 6 ans), un grand espace avec coussins, jouets, tapis d'éveil et puéricultrice aux petits soins. Le lieu propose aussi des ateliers créatifs ou ateliers de massages parents-enfants ■ **N. V. E.**

3, rue Keller (11^e). Mardi-samedi, 9 h 30 à 18 h 30. 01.43.38.83.55. www.mumandbabe.fr.

Mon corps d'abord

En matière de beauté et de bien-être, le matériel n'est plus au cœur des préoccupations. «C'est la fin de l'épanouissement par la consommation et de la cosmétique contraignante», explique Dominique Legay, fondatrice de l'agence Alchimie*. On pioche dans les basiques à petits prix, les produits deux en un et les services multiples. C'est aussi le règne des sports hybrides comme l'Aqua Punching—entre aquagym et art martial dans les clubs Moving (www.moving.fr). Le yoga et la sophrologie

Les Cent Cielis. Voici un somptueux hammam à l'orientale dont l'atmosphère vous imprègne dès l'entrée. Pour profiter au mieux du lieu, le rituel initiation hammam-sauna-piscine est idéal. Tous les mercredis de juillet, journée spéciale maman-enfant avec atelier gourmand ou spectacle de magie pour les plus petits, et rituels de découverte à deux pour mère et fille à partir de 11 ans ■ **M. V.**

45 bis, avenue Edouard-Vaillant, Boulogne-Billancourt (92). 01.46.20.07.01. www.hammam-lescentiels.com. Soin visage 1 h, 80 €.

PAUSE-DÉTENTE

Cérémonie du thé. L'hôtel 4 étoiles Best Western Premier Regent's Garden a inauguré ses cérémonies de thé. Le déroulement ? On observe, on hume, on écoute et, surtout, on goûte ! Le rituel est orchestré par l'école du thé du Palais des thé et ponctué de dégustations de pâtisseries japonaises de la maison Toraya ■ **M. S. L.**

Les 18 juin, 23 juillet et 10 septembre. Début de la cérémonie : 18 h 30. Prix public : 15 €. Pour les clients de l'hôtel : 10 €. 6, rue Pierre-Demours (17^e). 01.45.74.07.30.

ont le vent en poupe, tout comme les régimes végétariens, la phytothérapie et ses huiles essentielles. Autre symbole fort, les massages gratuits pratiqués dans les rues de Paris par l'association La Décontraction à la française (06.63.91.86.35). «Enfin, on raffole des expériences inouïes» comme celle que propose L'Hôtel, rue des Beaux-Arts, baptisée Eat & Treat, soit un déjeuner suivi d'un massage duo de trente minutes, autour de la piscine privatisee (130 € par pers. www.l-hotel.com) ■

MADELEINE VIGNON

*http://parisalchimie.com. 01.40.30.18.48.