

madame

FIGARO

ALG : 190
AND : 2,20
DOM : 3,60
CH : 4,90 F
CANADA : 6,50 \$
D : 4,40
A : 5,00
ESP : 3,50
GB : 2,90
GR : 3,40
ITALIE : 3,65
NL : 3,60
PORT. CONT. : 3,30
MAR : 33 D
TUN : 3,00 DT
ZONE CFA : 3 000 CF
TOM : 900 CF
BEL/LUX 3,80
(FIGARO MAGAZIN
+ MADAME FIGARO)

LINDA EVANGELISTA RETOUR AU TOP

EXCLUSIF
AUDREY TAUTOU
EDMONDE
CHARLES-ROUX
TOUT SUR COCO

LINGERIE
CHAUD DESSOUS

SONDAGE
AMBITIONS, VALEURS, PRIORITÉS
LES 15-24 ANS
RÉINVENTENT L'ÉPOQUE

T 05919 - 1286 - F: 4,00 €



SPÉCIAL
BEAUTÉ
DEVENEZ UNE PRO
DU **MAKE-UP**

LES BONS CODES SELON SON ÂGE
LES ASTUCES DES BUSINESSWOMEN
LES MEILLEURS
COUPS DE BLUFF

lost in relaxation

Besoin de souffler, d'adopter la zen attitude ? Offrez-vous un soin à la japonaise : ça calme, ça détend et c'est irrésistiblement trendy. M.-A. O.



CÉRÉMONIE ZEN CHEZ LE COIFFEUR

Après le maquillage, dont il est un maître, Shu Uemura s'est intéressé à l'art du cheveu. À l'image de la cérémonie du thé japonaise, il a créé une cérémonie du cheveu, déclinée en cinq lignes de soins (pour cheveux colorés, abîmés, secs, fins, et, depuis ce mois-ci, pour cheveux affaiblis par le temps), pratiquée exclusivement en salon.

2 TEMPOS : Deep Ceremony (cinquante minutes, 80 €) ou Intense Ceremony (vingt minutes, 50 €). Le cuir chevelu est traité en douceur et le cheveu délicatement soigné, en fonction du diagnostic initial.

RÉSULTAT : des cheveux vraiment doux et brillants.
Shu Uemura Art of Hair, Jean Marc Joubert, 28, rue Bonaparte, 75006 Paris. Tél. : 01.40.51.97.17.

COACHING VIP LA MÉTHODE 4 EN 1

Chico Shigeta, la coach japonaise préférée d'Isabelle Adjani et de Sofia Coppola, a créé sa propre méthode globale pour retrouver énergie et vitalité.

LE CONCEPT : appelé simplement Coaching Vitalité, il est fondé sur la synergie de quatre techniques de bien-être, à savoir l'usage des plantes, la pratique de l'automassage, une alimentation saine et des exercices quotidiens de respiration consciente.

OÙ : à domicile ou en séminaire Détox de trois jours et deux nuits (890 €) aux Fermes de Marie, à Megève. Tél. : 01.42.30.58.45.



RITUEL TAOÏSTE PEAU DE GEISHA

Après un Bain japonais d'arômes et de fleurs (trente minutes, 49 €), pratiqué selon la tradition Ofuro - vous choisissez une couleur à laquelle est associée un mélange d'huiles essentielles -, le Rituel Impérial de Jeunesse Ko Bi Do, spécial contour des yeux (une heure, 96 €) s'impose comme une évidence. Massage, stimulation des paupières et masque contribuent à un effet lifting naturel. Pour des résultats probants, compter plusieurs séances !

ON AIME la gamme de produits sans silicone, sans colorant artificiel, sans matière première animale.

ON REPART AVEC toute la gamme du Rituel de Kyoto.

Spa Cinq Mondes, 6, square de l'Opéra-Louis-Jouvet, 75009 Paris. Tél. : 01.42.66.00.60.



L'INSTANT SPA L'ART DU BAIN ET DU THÉ

Pousser la porte du spa Thémaé, c'est pénétrer dans une maison raffinée où thé rime avec beauté.

ON CHOISIT la Cérémonie Onsen (45 €), soit un bain japonais d'une demi-heure à 39°C, parsemé de pétales de rose. Pendant que votre corps se détend, une esthéticienne vous masse la tête.

LE SOIN : le bain prépare le corps à recevoir un massage. On opte pour le Singapourien, une combinaison de techniques chinoises, indiennes et malaises. Idéal pour apaiser les tensions.

Spa Thémaé, 20-22, rue Croix-des-Petits-Champs, 75001 Paris. Tél. : 01.40.20.48.60.

