



Coaching beauté : entre les mains d'un pro

La cosmétique pour homme et les massages, vous surlikez ? Nul besoin de la Saint-Valentin pour se faire plaisir, tout seul comme un grand. Choisissez dans notre sélection de soins efficaces :

Un soin du visage au masculin

S'offrir un soin du visage, c'est une bonne idée : on en sort plus frais, détendu. Depuis la fermeture du regretté Spa Nickel, les propositions ne sont pas nombreuses, pour ce qu'on appelle les soins en cabine, au masculin. Deux nouveautés dans le Marais, à tester lors d'un passage dans le quartier. L'institut Un jour un regard qui s'occupe notamment des sourcils (une zone où l'on conseille d'intervenir très discrètement) propose un soin masculin siglé Biologique Recherche (45 mn, 100 euros), totalement sur-mesure, avec notamment une chasse aux points noirs, souvent utile. Dans ses deux instituts, Blue Corner propose une carte très complète, avec épilations, massages et soins du visage. Leur institut aux Halles est flambant neuf. Les prix sont raisonnables (à partir de 49 euros le soin du visage d'une heure, avec nettoyage de peau à l'ozone, gommage, masques, dont un à l'acide hyaluronique). Notons la possibilité d'avoir affaire à un garçon esthéticien si l'on préfère (c'est si rare).

Une perfusion de beauté

Vous êtes une beauty-queen (ou king, on ne va pas pinailler ?). Vous pouvez arpenter les rayons du Sephora, et vous arrêtez sur une marque bio venue de Stockholm, Estelle & Thild, avec des soins visage doux et frais à moins de 20 euros sur sephora.fr. Autre solution : le spa de luxe d'une marque créée par des dermatologues. Le soin Perfusion de Filorga se décline en un tas de possibilités, mais on mise sur celui qui s'appelle Éclat (à partir de 95 euros), ou sur le soin extra-fermeté. On en profite dans 40 spas en France, dans des palaces où l'on décompresse facilement. Pas d'idée ? Testez celui du ravissant C2 Hôtel à Marseille.

Une méthode anti-cernes

Pour garder une apparence plus jeune, rien de tel que les discrètes injections d'acide hyaluronique. C'est bien plus léger qu'une intervention chirurgicale et c'est sans scalpel. La nouveauté, c'est qu'une étude mondiale sur le cerne a été réalisée à Lyon. Les 88 patients volontaires ont été recrutés par un organisme indépendant, ont reçu du JUVÉDERM Volbella (l'acide hyaluronique le plus fluide) injecté par 4 médecins venant d'Europe (et non des Etats-Unis, où les pratiques sont différentes.) Les résultats sont superbes et naturels. Pourquoi ? « Parce que l'acide hyaluronique soutient l'os autour du regard, qui s'affine. Il y a peu de changement de volume, mais on reconstitue un autre squelette, on offre de la fraîcheur au visage, particulièrement chez les visages minces et vieillissants » explique le docteur François Niforos. Attention, on choisit un médecin expérimenté et formé à cette technique.

Un délasserement musculaire

A quelques coups de pédale de L'Espiguette, la plage connue pour... ses flamands roses, la Thalasso de Port-Camargue (port-camargue.thalazur.fr) propose des soins plus abordables qu'à Paris et une série de modelages originaux. L'équipe très bien formée est ultra professionnelle. Quand les tensions s'accroissent,



[Visualiser l'article](#)

le soin bien-être du dos (65 euros) transforme le garçon le plus stressé du monde en chamallow souriant. A la carte, des rituels avec hammam, gommage et modelage (75 euros) pour éliminer les cellules mortes de l'hiver et retrouver une peau d'ange. L'accès à la piscine, au sauna, au hammam est compris. On enfile le peignoir (fourni) et on se laisser aller... Enfin !