



ELLE NANTES

BEAUTÉ

# CRUSHES EXPRESS

MAKE-UP, MANUCURE,  
BAR À COIFFURE...  
15 RITUELS POUR  
ÊTRE BELLE EN MOINS  
D'UNE HEURE.

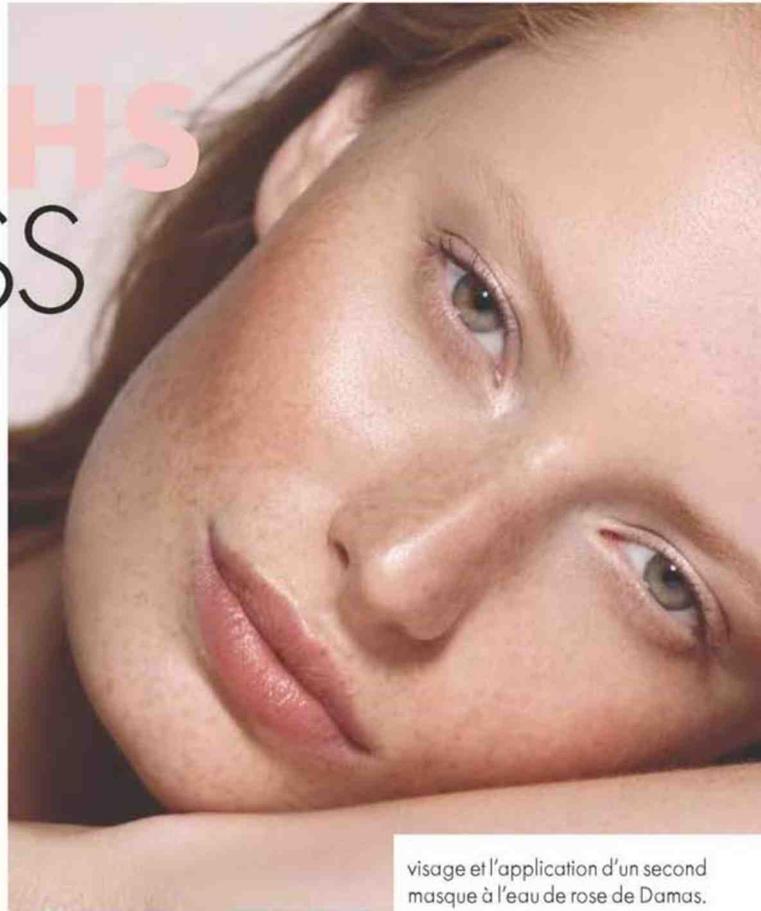
PAR VERONIQUE COUZINOU

## UN PROTOCOLE ANTI-ÂGE BIO

Le nouvel espace bien-être Cosm & Care est plus qu'un simple institut : on y va aussi pour les conseils pros en hygiène de vie et naturopathie, les séances de sophrologie, les massages hyper relaxants, les protocoles de soins avec les super produits bio Absolution... Notre coup de cœur : Beauty routine, une parenthèse beauté qui concentre les essentiels du soin signature Absolution, anti-âge et détoxifiant, pour un teint reboosté ! 40 € les 30 mn. Cosm & Care. 48, avenue du Général de Gaulle, Saint-Nazaire. Tél. : 09 87 75 36 57. [cosmandcare.fr](http://cosmandcare.fr)

## UN MAKE-UP SUR MESURE

Pour un maquillage de jour complet (30 € les 25 mn), une remise en beauté flash lumineuse (20 € les 15 mn) ou un smoky eyes vite fait, bien fait (25 € les 20 mn), on prend rendez-vous au bar à beauté Osmu (pour « On se make up », par téléphone ou en ligne. Et on tombe sous le charme du lieu, un appartement design au cœur de Nantes, et des produits de maquillage de la jeune marque française 1944, écoresponsable et respectueuse de la peau. Osmu. 3, rue Kléber, Nantes. Tél. : 07 71 75 38 16. [osmu.fr](http://osmu.fr)



## DES YEUX REPOSÉS

On profite d'une balade en bord de mer pour s'offrir un soin performant signé Filorga au spa de la thalasso du château des Tourelles. Notre préféré ? Le Eye 360° pour dire adieu aux poches et aux cernes et retrouver illico un regard frais et relifté. Et on en profite pour prendre un thé relaxant au coin du feu, face à l'océan ! 79 € les 25 mn. Château des Tourelles. 1, avenue Léon-Dubas, Pointe du Bec, Pornichet. Tél. : 02 28 55 05 54. [relaisthalasso.com/chateau-des-tourelles](http://relaisthalasso.com/chateau-des-tourelles)

## UN SOIN COCON

La jolie marque nantaise bio Estime & Sens a élaboré le nouveau protocole de soin Au cœur de l'hiver pour apaiser et nourrir notre peau (45 € les 45 mn). Au programme, un gommage enzymatique tout doux, la pose d'un masque à l'oxygène actif pour stimuler la microcirculation et atténuer les rougeurs, un modelage divin du

visage et l'application d'un second masque à l'eau de rose de Damas.

Le tout, avec un gommage et un massage des mains en prime !

Dans les instituts partenaires de la marque.

Espace Yumé. 11, rue Racine, Nantes.

Tél. : 02 40 69 18 60. [espace-yume.com](http://espace-yume.com)

Les Essentielles. 10, rue Paul-Baudry, La Roche-sur-Yon. Tél. : 02 51 36 19 51. [les-essentielles.fr](http://les-essentielles.fr)

## UNE PARENTHÈSE JAPONAISE

Lissages, effleurages, appuis sur les points de shiatsu, drainage, application d'oshiboris chauds... Ce massage-soin original de 45 minutes avec une huile anti-âge bio (50 €) est un pur moment de bonheur pour détendre les traits et tonifier la peau. Il est encore plus efficace en cure régulière (une à deux fois par semaine, pendant un mois) pour un effet lifting longue durée.

Un must anti-relâchement, parfait pour les peaux matures. ○ ○ ○

Centre de soins bio et énergétiques Delphine Allain. Résidence Alcima, bâtiment 2. 4, allée Adrienne-Bolland, Nantes. Tél. : 06 61 54 54 78. [soins-bio-energetiques.com](http://soins-bio-energetiques.com)



ELLE NANTES

## UNE MINE DÉTENDUE

Traits tirés ? Peau flasque ? On file au spa du centre Aquatonic, au cœur de Nantes, pour un modelage détente du visage de 30 ou 40 minutes au choix (52 ou 57 €). La praticienne adapte les manœuvres, jamais agressives, à nos besoins : modelage raffermissant qui cible les contours du visage et le cou, oxygénant pour relancer la microcirculation et repartir avec un teint lumineux, ou antirides pour lisser les traits et accélérer le renouvellement cellulaire. Et avec la carte Privilèges Aquatonic (gratuite), c'est -15 % sur les soins le mardi !

Aquatonic. 5, place Aristide-Briand, Nantes.  
Tél. : 02 40 41 89 89. [aquatonic.fr/nantes/spa](http://aquatonic.fr/nantes/spa)

## UNE COUPE À SEC STYLÉE

Pas le temps d'aller chez le coiffeur ? On fait appel à Coup de Peigne pour entretenir et restructurer notre coupe entre deux rendez-vous, ajuster une frange trop longue ou simplement faire un brushing. Pas de rendez-vous, pas de shampoing à prévoir... On s'installe dans l'un des fauteuils confortables de ces trois minisalons, et en quelques minutes, on repart avec une coupe rafraîchie. 10 €.

Coup de Peigne. 2, place du Pilon, Nantes (et C.C. Atlantis et Ruban Bleu, à Saint-Herblain et Saint-Nazaire). [coupdepeigne.fr](http://coupdepeigne.fr)

## UNE MANUCURE TOP CHRONO

Les fans de la marque australienne Essie, adorent ce bar à ongles où l'on peut venir sans rendez-vous pour une manucure rapide et à prix doux. On s'installe sur les tabourets hauts du comptoir et on se laisse chouchouter : limage, base, couleur, top coat, séchage rapide... La mise en beauté, qui dure une vingtaine de minutes, peut rester nickel jusqu'à 7 jours ! 12 €. 15,90 € pour une french manucure.

Beautybar One. Galeries commerciales Auchan, à Saint-Nazaire et au Mans, et Centre Beaulieu, à Nantes. [beautybar-one.com](http://beautybar-one.com)



## DES JAMBES LÉGÈRES

Piétinement, sédentarité, chauffage par le sol... Pour alléger nos gambettes, on booke un modelage délassant dans le bel appartement-spa Cinq Mondes, le temps d'un soin signature drainant de 20 minutes (50 €). La praticienne alterne massages fluides et toniques, palper-rouler et pétrissage des muscles en profondeur pour réactiver la circulation sanguine. La sensation de légèreté dure longtemps, on marche comme sur un nuage !

Cinq Mondes. 4, rue Anizon, Nantes.  
Tél. : 02 40 73 05 24. [cinqmondes.com](http://cinqmondes.com)

## DES ONGLES PIMPÈS

C'est une valeur sûre chez Nohèm, la marque créée à La Baule par Noémie Amisse, qui possède deux instituts de beauté élégants en Loire-Atlantique. La manucure, le soin des mains et des ongles et la pose de vernis écolo Kure Bazaar (dont les ingrédients sont à 85 % d'origine naturelle) dure 30 minutes chrono (30 €), et l'on repart avec des pattes de velours. Le plus dur, c'est de choisir parmi les dizaines de couleurs proposées ! ○ ○ ○

Nohèm. 56, avenue du Maréchal Joffre, place de la Victoire, La Baule.  
Tél. : 02 40 01 79 69. [nohem.com](http://nohem.com)

## BEAUTY TRUCK GIRLY

Un institut mobile ? Quelle bonne idée ! On grimpe dans la caravane En Route Beauté de Tiphaine pour soigner nos sourcils, faire une manucure nickel (19 € les 30 mn), une simple pose de vernis (8 € les 15 mn) ou encore un maquillage flash ou complet (1 € la mn, entre 15 et 30 mn). On la retrouve le lundi au Carrefour Contact de Sainte-Luce-sur-Loire, les mercredi et samedi, à la salle de sport Keep Cool Nantes Beaujoire, et le vendredi, au Super U de Carquefou.

Tél. : 07 50 21 51 41. À suivre sur Facebook.



ELLE NANTES

## UNE LEÇON DE CONTOURING

Et si on apprenait à utiliser subtilement le contouring ou à sublimer nos yeux, lèvres ou sourcils, comme une pro ? C'est ce que proposent les maquilleurs de MAC, le temps d'un atelier de 30 minutes (40 €). L'occasion d'apprendre les bonnes techniques et de repartir avec des produits vraiment adaptés à notre peau et notre carnation. Sur rendez-vous.

MAC aux Galeries Lafayette. 2, rue de la Marne, niveau 0, Nantes. Tél. : 02 28 08 29 27. [maccosmetics.fr](http://maccosmetics.fr)

## DES SOURCILS REDESSINÉS

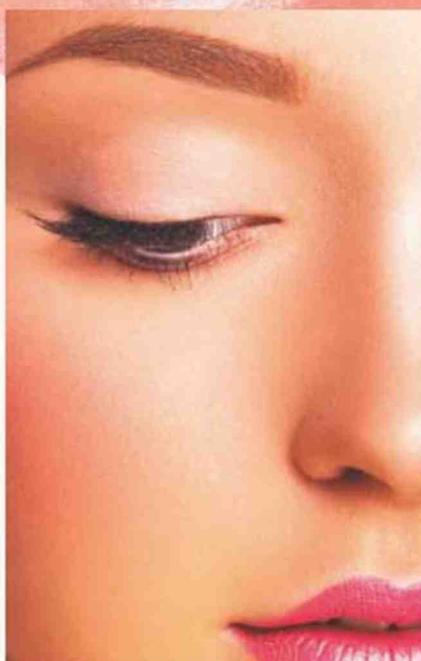
Rien de tel qu'une restructuration des sourcils pour souligner le regard : on prend vite rendez-vous chez LE spécialiste, pour un effet waouh garanti. Ici, l'écoute est primordiale pour répondre aux attentes de chacune, en tenant compte de sa morphologie. La séance dure entre 20 et 30 minutes (30 €) selon le travail à effectuer, à la pince à épiler, poil par poil, et on repart avec une foule de conseils pour bien entretenir la ligne du sourcil.

Atelier du sourcil. 51, rue Plantagenêt, Angers. Tél. : 02 52 75 02 75. Et aussi 8, rue Voltaire, Nantes. Tél. : 02 28 00 81 03. 6, rue Guépin, Nantes. Tél. : 02 40 20 56 77. [atelierdusourcil.com](http://atelierdusourcil.com)

## UN PEELING TOUT DOUX

Au cœur de l'hiver, quand la peau tiraille après la douche, c'est qu'elle a grand besoin de réconfort ! On file à la thalasso Alliance Pornic pour un soin peeling exclusif avec les produits experts SkinCeuticals. En une demi-heure, on ressort avec un corps de velours, et une peau lissée et tonifiée grâce aux manœuvres de pétrissage de ce protocole, qui boostent le renouvellement cellulaire. 80 € le soin Double Peel activateur.

Alliance Pornic. Plage de la Source, Pornic. Tél. : 02 57 23 00 50. [thalassopornic.com](http://thalassopornic.com)



## MADE IN GUÉRANDE

On craque pour le nouveau soin Hydro-Nuit de Guérande Cosmetics, qui peut être utilisé aussi bien en crème de nuit qu'en masque (deux à trois fois par semaine), parfait pour faire le plein d'oligoéléments et booster la régénération cellulaire. D'origine bio, formulé à partir d'ingrédients à 98,8 % d'origine naturelle (salicorne, macro-algue Enteromorpha...), ce soin est un must pour bichonner sa peau ! 26,90 €. [guerande-cosmetics.com](http://guerande-cosmetics.com)

## UN MODELAGE DÉCONTRACTANT

Besoin de relâcher la pression lors de la pause déjeuner ou après une journée de boulot harassante ? On prend rendez-vous chez Sequoia Day Spa pour un massage Réflexe du dos (40 €) qui stimule tous les points le long de la colonne vertébrale, histoire de faire tomber immédiatement le stress et de détendre l'esprit. Une demi-heure plus tard, on repart pleine d'énergie et de tonus !

Sequoia Day Spa. 42, rue Boisnet, Angers. Tél. : 02 41 34 84 42. [sequoia-spa.fr](http://sequoia-spa.fr)

## UNE HAIR STYLIST À DOMICILE

La spécialiste de la coupe sur cheveux secs et propres, c'est Aurel, coiffeuse à domicile et en entreprises super pro, qui se déplace sur Nantes en triporteur. Attention, coupe à sec ne veut pas dire bâclée ! En 45 minutes, elle prend le temps d'étudier la texture et la nature de nos cheveux, la forme de notre visage, discute de notre style de vie, puis passe à l'action. On la retrouve deux mardis par mois, entre 12 h et 15 h, au Solilab, et le dernier vendredi du mois à l'espace de coworking La Conciergerie. Environ 30 € la coupe femme, selon la longueur. ■

Aurel B. Tél. : 06 81 67 01 34. [aurel.fr](http://aurel.fr)  
À suivre sur Facebook.

21 FÉVRIER 2020