



Quelle
BEAUTÉ



À Saint-Jean-Cap-Ferrat Escapade automnale

« Il y a une voie vers le zen, mais pas de raccourci ! » écrit Christophe André, le psy le plus connu de France. Être calme... le secret d'une remise en forme ? Au Four Seasons Grand Hôtel du Cap-Ferrat, véritable institution de la Riviera depuis 1908, le spa, maintes fois primé, en a fait son mantra. Place aux protocoles originaux et rigoureux de la méthodologie Biologique Recherche. Par **Elsa Wolinski**

Dans un monde de plus en plus agité, notre attention sans cesse sollicitée nous empêche souvent de nous recentrer sur nous-même. C'est pour cela que les massages nous procurent tant de bien. Il s'agit d'un luxe, certes, mais recevoir un soin régulièrement fait passer le corps en mode préventif : les tensions se libèrent, l'énergie circule, les défenses se renforcent. Depuis sa création, son architecture imprégnée du style Belle Époque et sa situation idyllique font du **palace Grand Hôtel du Cap-Ferrat**, l'une des destinations privilégiées de l'élite mondiale, l'adresse azuréenne accueillant monarques, célébrités et esthètes qui viennent justement retrouver un peu d'eux-mêmes grâce à des protocoles bien pensés. Connue pour cette particularité, un peu comme une signature, **Biologique Recherche** n'utilise que des produits extrêmement concentrés. Tous ceux qui essayent cette marque française l'évoquent avec des trémolos dans la voix. Rien ne ressemble à ce que l'on connaît : ni le nettoyage par pressions avec la Lotion P50, ni les gestes de modelage du décolleté et du haut du dos, ni le massage du visage par pincements et pulsations avec une poudre de protéines de lait... Même l'appareil à haute fréquence dynamisant est une exclusivité. En cours de massage, les thérapeutes vous montrent la moitié de visage trai-



tée. Bluffant ! Cernes atténués, traits lissés et dynamisés... Nous le savons, seule une peau saine peut se défendre naturellement contre les agressions. Se recentrer et s'offrir un second souffle face à une vue sans pareille sur la mer Méditerranée. Voilà la promesse de ce lieu enchanteur. ●

Le spa du Grand Hôtel du Cap-Ferrat : 71, boulevard du Général-de-Gaulle, 06230 Saint-Jean-Cap-Ferrat (04 93 76 50 50). grand-hotel-cap-ferrat.com