



## BIEN-ÊTRE

# Quatre havres de PAIX

### Calme marin

Envie d'une journée d'évasion loin de la foule ? Ce bel hôtel-thalasso dispose d'une magnifique vue sur la plage de Sainte-Marie. Ses Journées bulles ouvrent les portes du spa marin, et de l'espace cardiofitness, et proposent un mélange de deux soins d'hydrothérapie et d'un modelage pour 139 €.

◆ Relais Thalasso Atalante, Port Notre-Dame, Sainte-Marie de Ré. 05-46-30-50-80. [ledere.relaisthalasso.com](http://ledere.relaisthalasso.com)

### Verdure et tranquillité

L'établissement, à 300 mètres de la pointe de Grignon, propose une large gamme de soins de thalassothérapie. Sur une demi-journée, on profite à volonté de l'espace marin, du nouveau solarium, du hammam et de la piscine extérieure, avec en plus trois soins (hydrothérapie, massages) axés sur la minceur, la détente et la beauté. Un large choix à partir de 99 €. A tester, les soins à l'huile de magnésium marin, parfaits pour se

### SOS beauté !

#### Un vernis juste avant la plage

On file chez Beauté & Spa pour une pose de semi-permanent OPI avec manucure ou pédicure express. Un spot malin.

Plage de Gros-Jonc, Bois-Plage. 05-46-67-77-46.

#### Un brushing pour ce soir

Chez Ré'Alys Coiffure, Sylvie et son équipe vous trouvent un petit créneau même sans rendez-vous, dans une ambiance détendue. 29, avenue du Général-de-Gaulle, Saint-Martin-de-Ré. 05-46-00-46-11.

#### Un modelage à domicile

Détente, minceur, énergie, jambes légères ou réflexologie plantaire : Caroline Fable vous accueille dans son cabinet ou se déplace sur rendez-vous. 30 minutes (40 €) à 1h30 (110 €).

Ekilibre, 7, cours Félix-Faure, La-Flotte-en-Ré. 06-63-07-83-23.



Sérénité L'espace thalasso de L'Atalante jouit d'un panorama exceptionnel.

relaxer en profondeur et se reminéraliser par la peau.

◆ Côté Thalasso, Avenue d'Antioche, Pointe de Grignon, Ars-en-Ré. 05-46-29-10-00. [cote-thalasso.fr](http://cote-thalasso.fr)

### Luxe et volupté

Le spa Clarins de cet hôtel de luxe offre 200 mètres carrés de tranquillité verdoyante en mode VIP. Pour 15 €, sur rendez-vous, on profite de l'accès au spa, de son hammam, sa douche sensorielle, sa tisanderie et son espace repos. Et on se bichonne avec le soin Bord de mer, créé pour le lieu, pour réhydrater sa peau (1 heure, 105 €). Une pause chic et efficace.

◆ Clos Saint-Martin, 87, cours Pasteur, Saint-Martin-de-Ré. 05-46-01-10-62. [le-clos-saint-martin.fr](http://le-clos-saint-martin.fr)

### Vue panoramique

Tout neuf, le spa Nuxe de La Grande Terrasse est doté d'un grand bassin couvert et offre une vue magnifique sur Aix, Oléron et Ré. De nombreux soins sont dispensés à la carte. On peut aussi profiter librement du sauna et hammam, déjeuner sur la terrasse et s'offrir une séance avec un coach sportif.

◆ La Grande Terrasse, La Falaise, Châtelailлон. 05-46-56-14-14. [la-grande-terrasse.com](http://la-grande-terrasse.com)

### Cosmétiques 100 % Ré

Ressuscitée il y a trois ans par Sophie Laurent, la marque Bio-Salines prend pour fil rouge l'eau de source marine et les plantes locales: algues, rose trémière, immortelle des dunes, hélianthe, trèfle d'eau, coquelicot, ajonc... La petite gamme de neuf produits proposés soins visage et corps – mention spéciale à l'huile de gommage à la fleur de sel – avec même deux produits masculins (Baume peaux matures et Crème peaux sensibles). Packaging sobres, textures plaisantes et prix doux sont de mise: de 6,50 € le savon à 42,10 € le soin anti-âge. [Bio-salines-iledere.com](http://Bio-salines-iledere.com)



Locale Bio-Salines revendique son insularité.