



## BEAUTÉ

Par Frédérique Verley et Violaine Binet.



# REMISE à neuf

Deux espaces où l'on fait un check-up de son moi profond. Et d'où l'on ressort avec une idée bien précise de son fonctionnement.

Instructif et salvateur.  
*Photographies Inez & Vinoodh.*

### CLINIQUE SCIENCE ET BEAUTÉ

**Le diagnostic.** Étonnant. Il faut dire qu'avec 15 tubes de sang prélevés + un questionnaire de 15 pages, le médecin peut en apprendre des choses... Surtout que ce médecin-ci, cardiologue au départ, puis formé à la micro-nutrition, effectue une lecture plutôt originale de nos analyses. Il y découvre un déficit enzymatique probablement héréditaire, une suractivité du foie due à un «leaky gut syndrome» (perméabilité intestinale), des taux de vitamines et minéraux effondrés. Enfin,

une explication à cette fatigue latente qui nous ralentit au quotidien. **Les experts.** Une cohorte de médecins (les meilleurs de la Côte d'Azur) se relaient, en guest-stars, pour s'occuper des curistes. L'ostéopathe corrige une bascule du bassin à droite, le podologue détecte un problème d'appui, l'acupuncteur redistribue l'énergie, canal après canal, le réflexologue quant à lui lève les blocages émotionnels. Chaque thérapeute communique avec le suivant, dans une longue chaîne de traitements centrés sur soi, et rien que sur

soi. D'ailleurs, la clinique ne peut accueillir que 6 curistes maxi. **Les traitements.** Déjà, l'endroit est propice à la déconnexion. Une villa historique du Cap d'Antibes, avec terrasse surplombant la mer pour les lunches detox face au grand large. Entre deux visites médicales, on en profite pour se shooter au bol d'air Jacquier, se drainer à la tisane de romarin ou se dépolluer dans le caisson du Spajet. Avec un personnel charmantissime, ce qui ne gâche rien. **Les résultats.** De retour chez soi, on se sent

Inez & Vinoodh / Frank Archive / Photosensio : DR. Mise en beauté Lancôme





De retour chez soi, on se sent remis à neuf, comme toujours après ce genre de cure. Plus fort encore, un mois plus tard, grâce à la prescription de micro-nutriments, l'énergie coule à nouveau à flots...

remis à neuf, comme toujours après ce genre de cure. Plus fort encore, un mois plus tard, grâce à la prescription de micro-nutriments, l'énergie coule à nouveau à flots...

*De 2100 € la cure Intense de 4 demi-journées, à 3900 € la cure Burn Out de 6 demi-journées, Clinique Science & Beauté, Villa Sylvana, Cap d'Antibes, [www.clinique-science-beaute.fr](http://www.clinique-science-beaute.fr).*

## LONHEA ALPINE CLINIC

**Le diagnostic.** Déjà, l'approche du centre est basée sur la salutogénèse (amélioration de la santé), plutôt que sur la pathogénèse (axée sur l'origine de la maladie).

D'où l'importance d'identifier tous les dysfonctionnements du corps... et du cerveau, pour nous remettre dans le droit chemin. Au-delà du classique bilan sanguin qui mesure stress oxydatif et inflammation digestive, suivi de tests locomoteur, cardiaque, musculaire, l'examen se poursuit à l'aide du Neurocom, appareil mis au point par la Nasa qui observe l'activité du cerveau reptilien et sa capacité à contrôler les aires corticales supérieures... Du lourd!

**Les experts.** Chiropracteur, ex-footballeur professionnel, Michel Golay, l'initiateur de la méthode, est à la pointe des avancées de la médecine alternative, en micro-nutrition

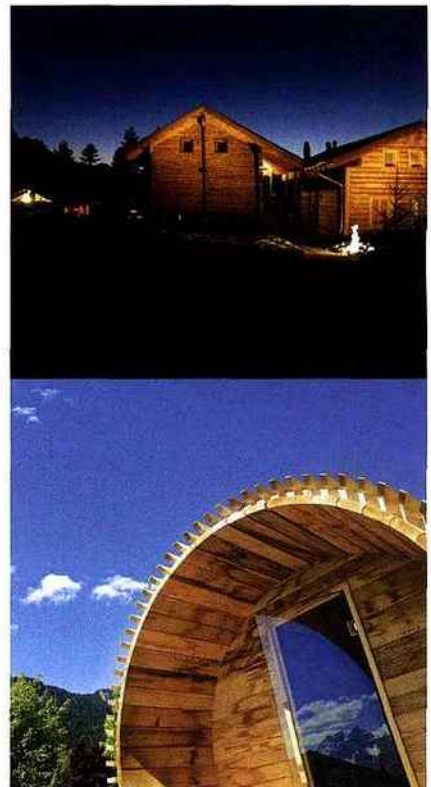
et thérapie des récepteurs. Ses acolytes – chiropracteur, kinésithérapeute, prof de yoga, masseur, coach – nous prennent ensuite successivement par la main.

**Les traitements.** Ici, c'est la Suisse de Heidi, ses lacs miroitants, ses alpages, ses vaches aux cloches qui tintent.

Dans ce cadre idyllique, on n'a qu'une envie : bouger! Au planning, cardio-training, renforcement musculaire, randonnée, entrecoupés d'activités détente : yoga, massage et sauna. On prend ses repas tous ensemble autour d'une grande table, car Lonhea fonctionne sur le modèle d'une maison d'hôtes. Chaleureux, mais jamais pesant.

**Les résultats.** Michel Golay affirme n'avoir rien inventé. Il n'empêche, sa méthode obtient des résultats spectaculaires. Une patiente atteinte de la maladie de Parkinson a pu récupérer 50% de mobilité. On imagine le bien-être obtenu dans des cas plus légers. C'est simple, on a des ailes! D'autant que le suivi s'étend réellement sur les quatre mois suivants...

*1.500 francs suisses la formule check-up, 10.580 francs suisses la cure d'une semaine, hébergement, analyses et traitements compris, avec suivi de quatre mois, Lonhea, Alpine Clinic, Villars-sur-Ollon en Suisse. [www.lonhea.com](http://www.lonhea.com).*



Inez & Vinoddy/Trunk Archive/Photosensio ; Gianluca Culla