

**MokaSofa™** Le quotidien à son meilleur

**Aucune préparation. Un peu de cuisson. Beaucoup de saveur.**

**madame.ca**

abonnez-vous à l'infolettre gratuite [ICI](#) ▶

cherchez   ▶

cuisinez   ▶

[accueil](#) [cuisine](#) [santé](#) [mode](#) [beauté](#) [loisirs](#) [culture](#) [votre vie](#) [discussions](#)

[conseils d'experts](#) • [dossiers spéciaux](#) • [nos menus](#) • [nos recettes](#) • [votre magazine](#) • [vox pop](#)

## nouvelles

  

[autres liens](#) ▼

## 10 soins originaux dans les spas

Par Isabelle Roy - Article exclusif à Madame.ca

### 8. Enveloppement aux trois thés, selon un rituel japonais

C'est un soin exclusif aux spas Amerispa. Dans un premier temps, votre peau est libérée de ses cellules mortes grâce à une exfoliation aux feuilles de thé noir, vert et blanc et aux minéraux marins. Dans un deuxième temps, votre corps repose sous un masque crémeux aux trois thés, qui ont des propriétés tonifiantes et anti-oxydantes. Après un rinçage à l'eau fraîche, votre peau est finalement hydratée. Voyage mental au Japon et coup d'éclat jeunesse garantis! Pour en savoir plus: [www.amerispa.ca](http://www.amerispa.ca).

### 9. Le Pulsar

Vous avez besoin de décrocher mentalement de votre réalité? Optimisez les effets relaxants d'un bain flottant ou d'une séance de massage à l'Ovarium à Montréal, en essayant l'appareil Pulsar (écouteurs et lunettes munies de diodes électroluminescentes). Pendant une trentaine de minutes, vous relaxez sur un fauteuil et vous laissez vagabonder votre esprit sur la musique et la lumière émises par l'appareil Pulsar. Celui-ci induit des fréquences qui vous conduisent vers un état d'esprit zen. Une fois la séance de méditation terminée, votre créativité et vos facultés intellectuelles sont favorisées. Vous ressentez des bienfaits similaires à une nuit de sommeil. À se prescrire d'urgence lors de périodes de stress. Pour en savoir plus: [www.ovarium.com](http://www.ovarium.com).

publicité



### 10. Bains scandinaves écolos au cœur d'une réserve faunique

Les installations éco-énergétiques d'un Géos-Spa viennent d'ouvrir leurs portes à Saint-Alexis-des-Monts, au nord de Trois-Rivières. Nichés aux abords de la réserve faunique Mastigouche, les bains chauds et froids de l'établissement surplombent un lac majestueux. La thermothérapie favorise, entre autres, la circulation sanguine, tout en décontractant les muscles. Elle soulage aussi les rhumatismes et procure un petit coup d'énergie! Pour en savoir plus: [www.geos-spa-sacacomie.com](http://www.geos-spa-sacacomie.com).

### À lire aussi

- Traiter les feux sauvages naturellement
- Se faire du bien avec le do-in
- 8 spas nordiques à découvrir

### Nouveau dans Cette Semaine

- Cette Semaine
- Choisir de se dépasser
- Comment va votre thyroïde?

### Nouveau dans le site

- Escapade dans les îles du Bas-Saint-Laurent
- Plus jamais sans mon lunch!
- Le bon look au boulot

### Nos concours

**3 FEMMES**  
D'ARRÊTER LE CŒUR DES FEMMES À  
**CAUSES**

Courez la chance de gagner



conseils de *style* pour le rangement

### À lire aussi :

**Flotter pour la santé**  
Chiropraticien, massothérapeute ou ostéopathe?  
Le do-in: le massage qui fait du bien!

### pour en savoir plus

1. Au mimosa, à la menthe ou un détour au hammam?
2. L'olfactothérapie, la vinothérapie, un soin bronzant ou un rituel abénaquis
3. Rituel japonais aux thés, Pulsar ou bains scandinaves