



Style

MICHELINE LORTIE
collaboration spéciale



PHOTO PIERRE CÔTÉ, La Presse ©

DOS À LA BOUE

► Pour soulager les courbatures des travailleurs, des cyclistes ou des tennismen, rien de tel qu'un massage de 30 minutes suivi d'un cataplasme de boue chaude (90\$). Riche en argile et en algues bretonnes, la coque de boue retape les muscles fourbus, encore davantage quand un coussinet chauffant est posé par-dessus. Ce qui ne gâche rien, une fois séchée la croûte de boue est facile à retirer, elle se décolle par plaques.

La nature n'étant pas sexiste, la boue marine peut aussi atténuer les douleurs menstruelles. À noter que L'Ultime Spa offre également des soins à l'argile violette ainsi que des exfoliations aux sels de la mer Morte. Pour informations: (514) 878-3498.