

Le spa

UNE NOUVELLE DIMENSION

La Clinique La Prairie révolutionne l'univers du spa. Un nouvel écrin, une nouvelle carte de soins et une nouvelle orientation redessinent les contours d'un wellness 2.0. Désormais, technologie et médecine sont associées au bien-être et à la beauté pour créer un centre de compétence unique au monde. Texte: Laetitia Simon, Photos: Vanina Moreillon

S

Quatre soins en avant-

Clinique La Prairie Purifying Day

Il y a huit Spa Days Clinique La Prairie. Ces programmes présentent un mélange d'expertise humaine et de technologie mécanique. Les gestes experts des thérapeutes sont complétés par la performance de machines spécialisées et les propriétés des cosmétiques Swiss Perfection. Le Purifying Day commence par un gommage et un enveloppement aux algues qui purifient la peau tout en la reminéralisant. Le soin se poursuit avec l'Icoone, une machine qui permet de relancer les échanges micro-circulatoires et de drainer les tissus, action nécessaire pour une détoxification complète. Il se termine par une séance de Photostimulation cellulaire dont les différentes longueurs d'ondes stimulent les cellules et favorisent l'effet detox du traitement.

Les  : Les résultats sont garantis

Les  : Le temps peut sembler long.

Signe particulier: La machine Icoone est impressionnante!

Spa est un mot qui évoque le bien-être et la détente, mais à la Clinique La Prairie, il évoque aussi le savoir médical et la technologie. Au début des années 1990, le spa de la Clinique La Prairie était l'un des premiers spas médicalisés au monde. Aujourd'hui, il franchit à nouveau une ligne où personne n'est encore allé. À l'image de son Centre médical réunissant les spécialisations en un pôle de compétences ultra-performant, la Clinique La Prairie a rêvé un spa multidisciplinaire en adéquation avec sa vision holistique de la santé.

Selon Gregor Mattli, Président de la Clinique La Prairie, cette transformation radicale du spa, qui implique autant ses services que son architecture, est née d'une évidence: «Il fallait créer et renforcer le lien entre les compétences exclusives réunies au Centre médical et celles du wellness. Le spa loisir a vécu son temps, notre clientèle vient à la Clinique La Prairie avec des besoins concrets, en quête de résultats. Il nous est apparu comme nécessaire de retrouver le même niveau d'innovation au spa que dans les autres services de la clinique.»

Ainsi, c'est dans un nouvel espace sur deux étages, plus harmonieux et encore plus confortable, que la Clinique La Prairie propose une carte de soins très innovante. Technologie, dermatologie, esthétique, cosmétique et bien-être sont réunis dans quarante traitements composant une offre très équilibrée. Soins signatures inédits, soins classiques renouvelés et massages, complétés par l'efficacité des produits Swiss Perfection, multiplient les actions anti-âge, anticellulite, detoxifiante, raffermissantes ou bien-être.



1 HEURE

Massage Clinique La Prairie

Ce massage signature Clinique La Prairie réunit le meilleur des massages du monde. La masseuse commence par ouvrir les méridiens du corps par des techniques de massage thaï, les membres sont ensuite amenés au relâchement par des gestes de Lomi-Lomi balinaï, enfin, tout l'organisme est stimulé grâce à l'Ayurveda. Sensation de bien être garantie!

Les  : Très agréable

Les  : Impossible d'aller travailler immédiatement après!

Signe particulier: Association inédite de techniques de massage.

1 HEURE

Skinbooster

Effectué au Centre de médecine esthétique de la Clinique La Prairie, ce soin du visage permet de réduire et de prévenir la formation des rides à tout âge. La procédure, absolument indolore, est toutefois assez impressionnante. Un cocktail rajeunissant riche en vitamines naturelles, minéraux et acide hyaluronique est injecté sous la peau grâce à la mésothérapie, un applicateur muni d'une très fine aiguille. Le derme est imprégné et le collagène est stimulé pour produire de nouvelles cellules. Le traitement se termine par un masque au collagène qui hydrate la peau en profondeur, entraînant un éclat de jeunesse instantané.

Les  : Efficacité garantie

Les  : L'utilisation d'une aiguille peut impressionner.

Signe particulier: Effectué au Centre médical.

1 JOURNÉE

Clinique La Prairie Journey's

Les Journeys Homme ou Femme offrent une approche esthétique complétée de conseils. On y découvre le lounge Swiss Perfection et la gamme détaillée des produits utilisés au spa. Un conseil esthétique personnalisé est donné par une thérapeute afin de déterminer les soins les mieux adaptés selon les types de peaux et les besoins de chacun. Après un massage et une exfoliation, le programme se poursuit par un entretien avec une diététicienne. Un délicieux lunch santé est proposé dans le nouveau Café Spa, puis le programme continue avec un soin du visage et une manucure ou une pédicure, à choix. Finalement, la journée s'achève en beauté chez le coiffeur, pour sortir du spa léger et frais, des pieds à la tête.

Les  : Le luxe de ne penser qu'à soi pendant une journée.

Les  : Prévoir une page blanche dans son agenda.

Signe particulier: Dimension personnelle.



Gerri Gallagher, Rédactrice en chef associée de Tatler, le prestigieux magazine anglais de Condé Nast, est une spécialiste des lieux dévolus à la beauté et aux soins du corps. Invitée par la Clinique La Prairie à découvrir sa nouvelle carte du spa, elle s'est rendue à Montreux pour quatre jours d'exploration et de découvertes. Quelques impressions à chaud. Par Leïla Klouche, Photos Vanina Moreillon et Mercedes Riedy

PREMIÈRE IMPRESSION

LUNDI **Welcome**
Gerri est arrivée à midi, un peu stressée et fatiguée mais de bonne humeur et très disponible: «J'ai tellement de travail que je ne suis pas sûre d'arriver à me libérer l'esprit et à me détendre. Mais j'ai hâte de découvrir ces nouveaux soins, et je suis ravie de retrouver ce décor merveilleux.» Gerri Gallagher est déjà venue à la Clinique La Prairie en 2011 pour une Revitalisation, elle connaît donc déjà les lieux.

Le programme démarre l'après-midi, en douceur, avec un massage ayurvédique. Gerri a besoin de détente. Ce soin de 3h est extrêmement efficace pour lâcher prise en toute harmonie: «C'est une expérience très personnelle. La thérapeute a une sensibilité rare qui m'a un peu troublée. Elle a découvert des séquelles et des douleurs anciennes que je n'avais pas mentionnées. Le traitement ayurvédique est excellent et très bien réalisé. Cela m'a fait beaucoup de bien, physiquement, et émotionnellement aussi.»

MARDI **CLP Purifying Day**
«Ce traitement m'a fascinée. Il porte bien son nom, c'est une véritable expérience! J'adore l'usage des machines dans les soins esthétiques. Lors de la Photostimulation cellulaire, la machine analyse votre corps. C'est elle qui détermine les couleurs qu'elle diffuse sur les dif-



Gerri a beaucoup apprécié le contact avec les thérapeutes.

férentes zones du corps, ainsi que la durée d'exposition! La machine Icoone est à l'avant-garde de la technologie en matière de traitement esthétique non invasif. Après avoir enfilé une combinaison de la taille d'un mouchoir de poche, l'aventure sensorielle a été étonnante.»

MERCREDI **Massage Thai Thérapeutique**
«Les techniciennes et masseuses sont exceptionnelles. Douces, extrêmement compétentes et efficaces mais surtout attentives et rassurantes. Lors des traitements, avec machine ou non, les procédures s'en-



chaînent. Si vous ne savez pas à quoi vous attendre ça peut être stressant, et le temps peut sembler interminable. Il est donc essentiel que la thérapeute vous donne au fur et à mesure les informations nécessaires à votre tranquillité. Sans trop en dire non plus, afin de vous laisser profiter pleinement des sensations.»

«J'aime beaucoup les nouvelles cabines de soin. Le souci du détail, la douceur des lumières évolutives, c'est le cadre idéal pour un traitement.»

JEUDI **Skinbooster**
Gerri a une mine superbe. Elle a l'air détendu et le teint lumineux des gens qui rentrent de vacances. Elles est joyeuse et parle de son expérience avec enthousiasme.

«J'adore la dimension clinique du spa. Depuis 10 ans que je sillonne la planète Bien-être, j'ai peu à peu pris mes distances avec l'aspect purement loisir du wellness. Je m'intéresse beaucoup plus aux dimensions médicale et scientifique de l'offre. Forcément, un soin anti-âge ou detox n'a pas la même signification ici qu'ailleurs. A la Clinique La Prairie, vous avez de grands spécialistes dans chaque domaine à portée de main.

C'est véritablement l'endroit où vous avez envie d'être pour prendre soin de vous!»

«Je ne connais pas assez bien les produits Swiss Perfection que j'ai hâte de tester. Par contre, j'adore leur cohérence avec l'esprit de la Clinique La Prairie. Une fois de plus, c'est une création maison. J'apprécie énormément la forte individualité et la vraie personnalité d'une institution. J'aime les soins signatures, la discrétion des protocoles de soins et l'unicité de cosmétiques innovants.»

«J'adore la dimension clinique du spa.»

DOSSIER

Architecture

Espaces s

Le nouveau spa de la Clinique La Prairie a entrepris lui aussi une cure de jouvence. Avec des volumes plus importants, un confort optimisé et un design très contemporain, il propose également un jeu d'ambiances et d'expériences sensorielles innovantes.

Texte : Laetitia Simon, Photos : Mathieu Bernard-Reymond



ensoriels

Abstractions allégoriques ou focus artistique, les images nous emmènent **au cœur du nouveau spa.**



vert pour le corps, orange sunset pour les massages). Les vestiaires sont très masculins pour les hommes, avec leurs rouges et leurs noirs et leurs lignes efficaces, et tout en rondeur pour les femmes, harmonie des beiges et des textures douces. Autour de la piscine, plusieurs ambiances ponctuent un parcours riche en possibilités. Les clairs-obscur, la lumière naturelle, les matières chaudes et froides organisent un espace aux volumes vastes et aux identités fortes.

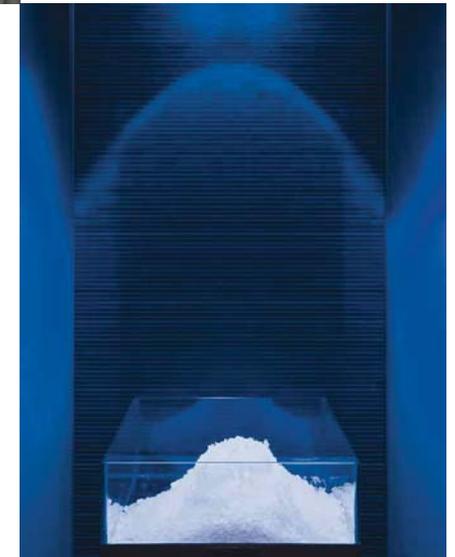
Paramètres essentiels

En tentant de s'affranchir des volumes, la photographie a ce pouvoir d'évoquer des lieux en quelques paramètres essentiels. Abstractions allégoriques ou focus artistique, les images nous emmènent au cœur du nouveau spa. Les combinaisons de couleurs, la simplification des espaces voire l'abstraction radicale des images entraînent le lecteur vers des éléments que la réalité rend moins accessibles. Tous ces détails sont absorbés par l'expérience vécue, la condensation sur la porte du hammam, la glace qui s'amoncelle dans un carré nocturne, la lumière douce qui filtre à travers la buée ou le parcours Kneipp derrière un paysage enneigé. Seuls les parfums d'eucalyptus et la chaleur enveloppante manquent à ces photographies dont l'intention sous-jacente est une invitation au plaisir.

Si le blanc de la dimension médicale reste la couleur de base des intérieurs de la Clinique La Prairie, pour son nouveau spa, des tonalités de couleurs osent se démarquer et rythment un parcours au service de l'expérience du patient. Eclairages intelligents, jeux de matières et de transparences, contrastes des éléments participent à l'habillage luxueux et chaleureux de ce nouvel espace dédié au bien-être. Le chaud, le froid, l'eau, la glace, la vapeur et la chaleur cohabitent dans des ambiances différenciées, harmonieusement ordonnées.

Identités particulières

Les cabines de soins présentent des murs structurés en forme de vagues, telles les traces du vent laissées sur le sable. Des tentures élégantes absorbent le bruit faisant de ces lieux des bulles isolées. Des lumières s'articulent selon le type de soin (bleu pour le visage,



DOSSIER



Des ambiances différenciées,
harmonieusement **ordonnées.**

VISAGES

LEUR EX

**XU AN PING (50 ANS) ET
YANG ZHENG YU (50 ANS), CHINE**

C'est M. Yang qui a entendu parler de la Clinique La Prairie pour la première fois par l'un de ses amis qui vivait aux États-Unis. C'était au début des années 2000, et comme Internet était un outil moins développé qu'aujourd'hui, M. Yang a mis une année avant de pouvoir identifier et situer la clinique. Ni lui ni son épouse n'avaient de réels problèmes de santé, mais l'envie de prendre soin d'eux et de se maintenir en forme leur tenait à cœur. Dès la première Revitalisation, les gripes et refroidissements ont diminué pour M. Yang et le sommeil de M^{me} Xu s'est nettement amélioré. Depuis, ils reviennent en Suisse tous les deux ans. A présent c'est leur cinquième séjour. Ils apprécient la qualité du check-up effectué à chaque fois et la beauté des lieux. M^{me} Xu profite toujours du spa pour faire de nombreux soins beauté, elle apprécie énormément la compétence des praticiennes. Tous les deux adorent la Suisse. Selon M. Yang, l'air y est si pur que c'est une cure en soi de le respirer!

Vivre mieux, plus longtemps est certainement une motivation que partagent les patients de la Clinique La Prairie. Mais au-delà de ce moteur naturel, les raisons qui incitent une personne à entreprendre un séjour de ce type sont intimement liées à l'histoire personnelle de chacun. Ainsi, l'expérience Clinique La Prairie commence avant même l'arrivée à Montreux.

Texte: Leïla Klouche, Photos: Vanina Moreillon

PÉRIENCE

PAIGE WARE (42 ANS), ÉTATS-UNIS

«J'ai perdu mon mari l'année passée, après huit mois de maladie très difficiles. Puis c'est une amie chère qui s'est éteinte dans mes bras. C'est fut une terrible période de ma vie. Alors quand Rebecca est arrivée avec un projet d'émission et un voyage en Suisse, je n'ai pas hésité. J'ai senti que c'était ce que je devais faire et concernant mon séjour à la Clinique La Prairie, j'avoue que c'est au-delà de tout ce que je pouvais imaginer. Bien sûr, le cadre est sublime, mais j'ai découvert ici une telle unité et une telle cohérence, autant entre les services médicaux et ceux du wellness qu'entre les membres du personnel et les médecins ; je n'avais jamais vu ça. J'y ai rencontré une attention et une écoute exceptionnelles. C'est précieux.»

«J'ai rencontré une attention et une écoute exceptionnelles.»



**ANA PATRICIA BANDALA
DE DOMINGUEZ, 65 ANS, MEXIQUE**

«La première fois que je suis venue à la Clinique La Prairie c'était avec ma maman en 1970. Ensuite, je l'ai accompagnée plusieurs fois avec mes enfants quand ils étaient petits. Je revois encore mon fils jouer avec les canards dans le parc. Ce sont des souvenirs merveilleux. Ma mère adorait cet endroit. Elle a vécu jusqu'à 91 ans! Il y a cinq ans, c'est moi qui ai proposé à mon mari de venir ici. J'avais tant envie de revoir ce lieu. Même si beaucoup de choses ont changé dans la structure de la clinique, je retrouve l'ambiance, le charme et la douceur qui m'ont tant marquées à l'époque. C'est une sorte de voyage au temps de l'insouciance pour moi. Ça me rend nostalgique... Aujourd'hui, nous revenons pour la seconde fois. Mon mari suit une Revitalisation. Depuis son premier traitement, il est vraiment très en forme. Alors on en profite, on voyage.»

«Ma mère adorait cet endroit. Elle a vécu jusqu'à 91 ans!»

VISAGES



**REBECCA GRAY GROSSMAN (50 ANS),
ÉTATS-UNIS**

«Je relance cette année, avec mon amie Paige, une émission de télévision que j'ai créée il y a quelques années en Californie qui s'appelle *Stop the Clock*. Pour la première diffusion, je souhaitais présenter l'un des meilleurs endroits au monde spécialisés dans l'«anti-aging». J'ai trouvé la Clinique La Prairie sur Internet. C'est sa pluridisciplinarité qui a retenu mon attention. Aux États-Unis, nous avons des centres de qualité, mais toujours spécialisés dans un seul domaine. Ici, je trouve exceptionnel d'avoir compris le lien, pourtant logique, entre prévention, anti-aging, médecine, esthétique et wellness ; le tout dans un cadre très luxueux avec un service haut de gamme. Je suis enchantée de mon séjour. »