



(Photos Franz Chavaroche)

PAR AURORE HARROUIS  
aharrois@nicematin.fr  
@AuroreHarrouis

# Comme sa peau, CHOUCHOUTER SA TIGNASSE

Au Spa Soins Naturels, havre de paix confidentiel en plein cœur de Nice, Anne-Sophie bichonne les cheveux en leur prodiguant massages et applications de produits biologiques selon des rituels ayurvédiques.



**#ANNE-SOPHIE**  
Originaire de Bretagne, elle a longtemps travaillé à Val-d'Isère avant de s'installer à Nice. Fille et petite-fille de coiffeurs, Anne-Sophie a tracé sa route comme « coiffeuse studio » en free-lance, remportant plusieurs championnats en France. Aujourd'hui, tous les mois de mai, elle coiffe les têtes défilant sur le tapis rouge du Festival de Cannes.

**A**vouez. Vous y avez déjà songé. Déjà pensé qu'une coupe courte, voire très courte, pourrait offrir à votre chevelure un certain renouveau. Effacer un casier capillaire bien chargé par des colorations maisons, un usage intensif de plaques lissantes... Couper est une solution, certes. Mais quelque peu radicale. Avant de sacrifier vos longueurs sur l'autel du jusqu'au-boutisme, il existe une option douce, efficace et bio pour répondre au SOS des tignasses en détresse. On la découvre au Spa Soins Naturels, petit spa bijou blotti au fond de la cour intérieure d'un bel immeuble en plein centre de Nice. Anne-Sophie met tout de suite à l'aise dans son oasis de calme et de sérénité, à la fois salon de coiffure et institut de bien-être. Des fauteuils accueillants sont installés devant le miroir. Une cabine de soins corps et visage invite à la zénitude, tout comme une balnéothérapie dans laquelle on peut faire trempette pendant que la coloration pose, par exemple... Petit cocon pour moment privilégié, suspendu, comme hors du temps. C'est l'adresse que l'on adorera garder secrète. Mais Anne-Sophie et ses « demoiselles » – petit surnom qu'elle donne à ses mains – méritaient trop que l'on parle d'elles. « Je ne prends soin que d'une cliente à la fois... Ou de deux, quand des copines veulent partager un moment ensemble », souffle-t-elle, en proposant une tasse de thé, comme on accueille une amie chère.

Anne-Sophie travaille avec des produits tout nature, comme Gaïa. Les colorations sont végétales. Les voiles de mèches se créent sans ammoniaque. Et les soins capillaires se pratiquent avec des poudres ayurvédiques de plantes, pleines de minéraux. Mais pas seulement. Lors de ces rituels, Anne-Sophie utilise aussi la vapeur « pour ouvrir l'écaille des cheveux », les huiles essentielles, les crèmes toutes douces basées sur l'aromacologie.

## DÉTOXIFIANT OU HYDRATANT

Plusieurs soins sont proposés. Détoxifiant, à argile avec gommage (15 minutes). Soin essentiel sous vapeur oxygénant et hydratant (40 minutes). Ou encore le grand soin rénovateur (60 minutes). Chouchoutage intensif de la crinière pendant que l'on détend les muscles sur un fauteuil massant shiatsu. Entre les mains d'Anne-Sophie, on devient guimauve. Surtout quand le rituel comprend un massage crânien pratiqué allongé dans la salle de soins. Les cheveux en ressortent brillants, doux, soyeux, aériens... Enfin, ça, on le découvre quelques jours après. « Car le soin doit poser. Interdiction de se laver les cheveux pendant les jours qui suivent. Le lendemain, on peut rincer. Mais pour le shampoing, on attend », détaille la jolie coiffeuse qui conseille ce soin petit plaisir pour hydrater les cheveux secs ou dynamiser ceux qui chutent. Et, du même coup, faire tomber aux oubliettes cette idée farfelue de coupe courte...

## QUE DU NATUREL

Il y a plusieurs années, la jeune femme, qui a remporté plusieurs championnats de coiffure (coupe et brushing) niveau France et niveau Europe a commencé à s'intéresser aux soins naturels. Dans son spa, point de chimie depuis.

Spa Soins Naturels. 18, rue du Congrès. Palais Ambassadeur. Nice. Rens. [www.soins-naturels-nice.com](http://www.soins-naturels-nice.com) ou par email [ridanne@hotmail.fr](mailto:ridanne@hotmail.fr)  
Soin détoxifiant : 20 € les 15 min.  
Soin essentiel crânien sous vapeur : 60 € les 40 min.  
Grand soin rénovateur : 90 € les 60 min.  
Rituel crânien : 45 € les 30 min.