



LIEUX D'EXCEPTION POUR PRENDRE SOIN DE SOI

Entre les vignobles de Champagne et les vergers de mirabelliers en Lorraine, les doux paysages de la vallée de la Meuse invitent à arrêter la course du quotidien pour penser un peu à soi tout en appréciant le décor de lieux empreints d'histoire.

Evasion exotique au cœur de la ville au patrimoine Renaissance remarquable de Bar-le-Duc :

L'institut [Grain de Beauté Spa](http://www.grain-beaute-spa.com) offre une véritable évasion à travers le monde via sa gamme de soins cocooning inspirés des traditions ancestrales des cinq continents. C'est une invitation à voyager par l'éveil des sens via des crèmes gourmandes comme la cassonade fondante à la noix du Brésil pour un gommage du corps, un mélange miel et fleur d'oranger pour un modelage essentiel du visage,...

On se sent déjà « ailleurs » à la simple lecture des rituels à choisir « Amazonie », « Célébration impériale japonaise », « Médina ». La formule « Destination » associe même un cocktail fruité à déguster (avec modération) au cours du voyage sensoriel proposé incluant gommage puis modelage visage et corps pour une escale à Papeete, à Boston, ou bien à Acapulco. Durée de vol: 1h15 pour 92€.

Soin rituel de 2h à partir de 150 €. Soins énergétiques : à partir de 50€.

Renseignements : Frédérique - Tél. 03 29 79 38 40

<http://www.grain-beaute-spa.com>

Une adresse coup de cœur pour séjourner à Bar-le-Duc :

Les chambres d'hôtes « Le Lévrier d'Argent » situées au cœur de l'un des ensembles Renaissance les mieux préservés de France : <https://aulevrierdargent.fr/>

Informations touristiques : <https://www.tourisme-barleduc.fr/>



©Château Stanislas_G. Ramon

De la pointe des cheveux...jusqu'au bout des ongles : soins esthétiques et bien-être avec vue !

Situé au cœur de la ville, face à l'élégante façade XVIIIe siècle du Château Stanislas, le gîte 5* [La vue de Château](http://www.la-vue-de-chateau.com) propose en complément du sauna, du hammam, de la balnéo et luminothérapie, des prestations de coiffure et de bien-être à domicile tels que manucure, soins du visage « Eclats du teint à l'or et au caviar », ou massages ayurvédiques Birenda à l'huile essentielle de sésame. Cette technique s'inspire de la médecine traditionnelle indienne Ayurveda ou science de la vie. Adaptée aux besoins et profil de chaque individu au moment du massage, elle se présente sous forme de différentes pressions et manœuvres très fluides aidant à rétablir la circulation énergétique.

En plus de ce moment de revitalisation, il sera possible de déguster de savoureuses madeleines...l'histoire raconte qu'elles ont été inventées ici, à Commercy !

Renseignements :

Tarif : à partir de 390€ pour 2 nuits. Soins à partir de 25 €. Massage Birenda corps : 75€.

Contact : Sandrine et Rolf Kiefer

Gîte La Vue de Château, 10 Place du Fer À Cheval, 55200 Commercy

Tél. 06 73 48 23 34 www.lavuedechateau.com

Informations touristiques : www.tourisme-pays-de-commercy.fr

Les Jardins du Mess, au centre de Verdun, surplombent le fleuve Meuse. Cette impressionnante bâtisse militaire construite en 1891 a été transformée en hôtel 4 * en 2016. Derrière sa façade historique de briques et de pierres, sous son toit à la Mansart, il est aménagé de façon contemporaine et ses quatre niveaux sont dédiés au bien-être des hôtes : lobby, hôtel, restaurant, bar, spa, parc arboré sont autant de lieux propices à la détente. Le petit plus pour la séance bien-être avec l'esthéticienne ou le vitaliste-magnétiseur, c'est la vue sur le parc !

Renseignements :

Etablissement accessible PMR. Tarif : à partir de 139 €/ nuit. Soins à partir de 95 €.

Contact : Marc Zuccolin Tél. 03 29 80 14 18 www.lesjardinsdumess.fr

Au [Château des Monthairons](http://www.chateau-des-monthairons.fr), bien-être rime avec art. Ici, l'espace Spa de ce château du XIXe siècle a été personnalisé par les œuvres en céramique d'un artiste meusien de l'Atelier Pier'art, mêlant Art Nouveau de l'Ecole de Nancy et Raku, une technique de coloration des pièces conservant le caractère brut et minéral de l'argile. Pour parfaire son séjour en toute sérénité : une promenade le long des méandres du fleuve Meuse, un dîner aux chandelles autour de mets confectionnés avec le plus grand soin par les talentueux Chefs du restaurant de cet hôtel 4* et une offre de soins esthétiques à la demande sont autant d'options à expérimenter.

Renseignements :

Etablissement accessible PMR. Tarif : à partir de 110 €/ nuit. Soins à partir de 65 €.

Contact : Famille Thouvenin-Pierrat, Château des Monthairons, 26 Route de Verdun, 55320 Les Monthairons

Tel. 03 29 87 78 55 <http://chateaudesmonthairons.fr/>

Informations touristiques : www.tourisme-verdun.com et www.tourismevaldemeusevoiesacree.fr

La pierre au service du Zen, à Montmédy depuis l'automne 2018

Au nord du département, la lithothérapie, pilier de l'univers bien-être, a pris place à Montmédy au sein d'une « boutique-salon de thé » originale et unique en Meuse. **Minéral et Senteur** propose une atmosphère apaisée à toute personne en quête des bienfaits des pierres. Ici, la priorité est donnée à l'échange, à la rencontre. L'aménagement particulier invite chacun à prendre le temps de fouiner, de se renseigner pour trouver la pierre qui saura répondre à ses besoins. A côté des jades, quartz roses, calcites bleus ou améthystes, se trouvent également bougies, encens et thés venus des quatre coins du monde.

Renseignements : Prescillia Brion Tél. 06 42 88 86 03

Une adresse coup de cœur pour séjourner près de Montmédy :

Chambres et table d'hôtes Le Moulin du Loison : <https://yandupeyre.wixsite.com/lemoulinduloison>

Informations touristiques : <http://www.tourisme-montmedy.fr/>

Au-delà de cette sélection, d'autres hébergements singuliers et des ateliers exclusivement dédiés au bien-être sont à découvrir pour se ressourcer le temps d'un week-end en Meuse.

Pour en savoir plus, contacter :

Comité Départemental du Tourisme de la Meuse

Relations Presse: Christel RIGOLOTT Tél. 03 29 45 78 40

c.rigolot@cdt-meuse.fr

www.tourisme-meuse.com

