

# INFRAROUGE

TOUTE L'ACTUALITÉ POUR RAYONNER

QUOI  
DE  
NEUF ?

Tout ce qui  
nous attend  
à la rentrée

PLEIN SOLEIL

VOYAGES, COCKTAILS,  
BEAUTÉ, SPORTS...  
*les conseils de la rédaction*

ZOË BLEU

À SANG  
POUR CENT !

L 15882 - 7 - F: 5,80 € - RD



FOCUS

# DESTINATION SERÉNITÉ,

*le wellness, nouveau luxe des anciens fêtards*

IBIZA, BODRUM OU ENCORE SAINT-TROPEZ, CES ICÔNES DU TOURISME HÉDONISTE CULTIVENT UN NOUVEL ART DE VIVRE : PLUS LENT, PLUS CONSCIENT, PLUS INTÉRIEUR. LE CALME DEVIENT LE NOUVEAU CHIC.

Par Margaret-Mary Macdonald



Ibiza, Mykonos, Bodrum, Madrid, Saint-Tropez... Autant de lieux mythiques, jadis célébrés pour leurs nuits sans fin, leurs plages bondées et leur insouciance dorée. Cependant, depuis quelques années, ces destinations amorcent une transition subtile et misent désormais sur le bien-être. Une révolution silencieuse, mais profonde. À Ibiza ou en Grèce, les retraites de yoga sous les oliviers rivalisent désormais avec les clubs historiques. Les anciens fêtards y reviennent pour méditer dans des fincas blanchies à la chaux, s'immerger dans des bains de forêt ou suivre des cures ayurvédiques. En Turquie, les rivages égéens deviennent le théâtre d'un luxe apaisé, entre hammams ancestraux et resorts confidentiels.

## L'EFFET THE WHITE LOTUS

Ce virage s'accompagne d'un changement de profil chez les voyageurs. Les globe-trotteurs d'aujourd'hui ne cherchent plus à cumuler les destinations ni à collectionner les tampons sur leur passeport, mais à voyager mieux : trouver leurs aises et leurs habitudes dans des lieux où le slow living règne, sans compromis sur le confort, la gastronomie ou l'esthétique. Le groupe Six Senses, pionnier du bien-être holistique,

a su capter cet esprit en installant ses sanctuaires de calme dans les plus belles destinations du monde – d'Ibiza à Bodrum, en passant par les Alpes et les Maldives. Accor développe de son côté les « rituels du sommeil » au sein de ses hôtels Sofitel, tandis que la plupart des marques de luxe intègrent aujourd'hui à leurs expériences des studios de yoga, des menus détox et des programmes de reconnexion.

Une révolution culturelle relayée jusqu'au petit écran : la série *The White Lotus*, signée Mike White, a remis le wellness au cœur de la pop culture contemporaine. Une touche d'humour grinçant en prime. Ce que la série esquisse avec ironie, les établissements les plus chics l'explorent avec sincérité : un retour au calme, même dans les hauts lieux de l'exubérance. Derrière les yachts et les soirées emblématiques, des adresses confidentielles comme La Bastide de Saint-Tropez ou La Réserve Ramatuelle invitent à jeûner, contempler, ralentir – même sur la Côte d'Azur.

Et c'est là tout l'intérêt de ces destinations désormais hybrides : permettre de danser sous les étoiles... puis de se lever à l'aube, l'esprit clair, pour plonger dans la mer. Une forme d'équilibre subtil, où le lâcher-prise flirte avec la pleine conscience. Car le véritable luxe, aujourd'hui, tient en deux mots : le calme chic.

**Pour  
plus d'infos**

**SOFITEL**

[sofitel.accor.com](https://www.sofitel.accor.com)

**BRACH**

[brachmadrid.com](https://www.brachmadrid.com)

**SIX SENSES**

[sixsenses.com](https://www.sixsenses.com)

**LA RÉSERVE  
RAMATUELLE**

[lareserve-ramatuelle.com](https://www.lareserve-ramatuelle.com)

**LA BASTIDE  
DE SAINT-TROPEZ**

[bastide-saint-tropez.com](https://www.bastide-saint-tropez.com)