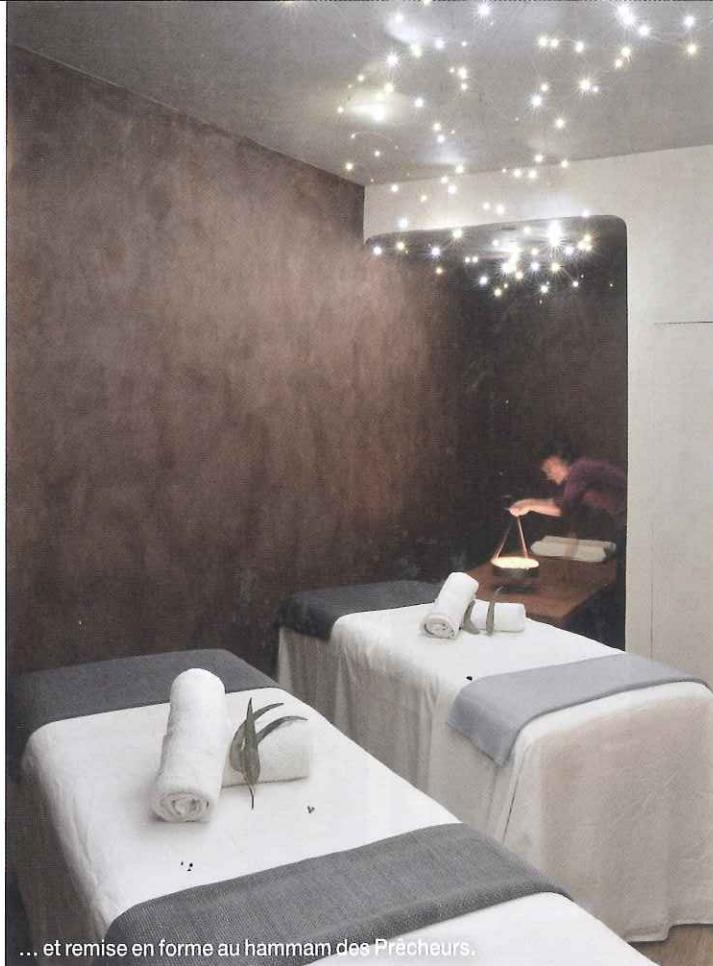


Bien-être aux Thermes Sextius...



... et remise en forme au hammam des Prêcheurs.

Pause bien-être Ambiance feutrée au **HAMMAM DES PRÊCHEURS** (10, rue Félicien-David, tél. 04 42 24 11 11, www.hammandesprecheurs.fr), le temps d'un hammam traditionnel, gommage, enveloppement au rhassoul, massage énergisant ou d'une douche relaxante sous affusion d'eau pour laisser le stress au seuil de la porte. On peut aussi s'offrir une journée entière aux **THERMES SEXTIUS** (55, avenue des Thermes, tél. 04 42 23 81 88, www.thermes-sextius.com), et profiter à volonté de l'espace forme et détente. Après dix ans de soins innovants et dépaynants, le nouveau spa sensoriel autour de l'eau et ses bienfaits a déjà ses adeptes: sauna finlandais contemporain, hammam tiède et bouquet d'herbes aromatiques (romarin au printemps, pour ses vertus détox; lavandin en été, pour stimuler et tonifier), gommage sous affusion à la fleur de sel de Camargue... Pour la petite histoire, la source légendaire qui a fait le succès du lieu ouvert en 1999 provient des eaux de pluie des contreforts de la Sainte-Victoire, s'infiltrant dans les roches calcaires jusque sous nos pieds. Chargée en minéraux précieux, rééquilibrante et vertueuse...



Exotisme épicé chez Awa.



Les dernières tables dont on parle...

CHEZ AWA, 50, forum des Cardeurs, tél. 04 42 61 06 10. Pour les saveurs africaines mélangées par la belle Sénégalaise qui vous mijote un poulet yassa mariné au citron et petits oignons à la vapeur, un taboulé à la fine graine de fonio, courgettes et concombres, enfourne une crème brûlée à la citronnelle. Une cuisine du jour formidable, qui mélange généreusement épices, Calebasses et couverts en argent! À midi, ardoise, de 5€ à 14€. Le soir, 25€ environ. Service traiteur, musique le vendredi soir. **L'ÉPICURIEN**, 13, forum des Cardeurs, tél. 06 89 33 49 83. Trois entrées, trois plats, trois desserts, chaque semaine, Ludovic Aillaud ose des accords inventifs avec les produits du marché. **JUSTE EN FACE**, 6, rue de la Ferrerie, tél. 04 42 96 47 70. Mezzés des quatre coins de Méditerranée, pita grecque, tajine de lotte et gambas au boulgour, lapin aux poivrons rouges confits et romarin, vin au verre... **LE CARTON ROUGE**, 7, rue Isolette, tél. 04 42 91 41 75, www.lecartonrouge.fr Cave à vins, cave à manger, ce mouchoir de poche plein d'allant mené par Christine et sa fille Marjorie a tout bon! Revisité de parfums inédits (huile d'argan, coriandre, cébette), le tartare de veau mérite le détour. Comme l'andouillette grillée, la

