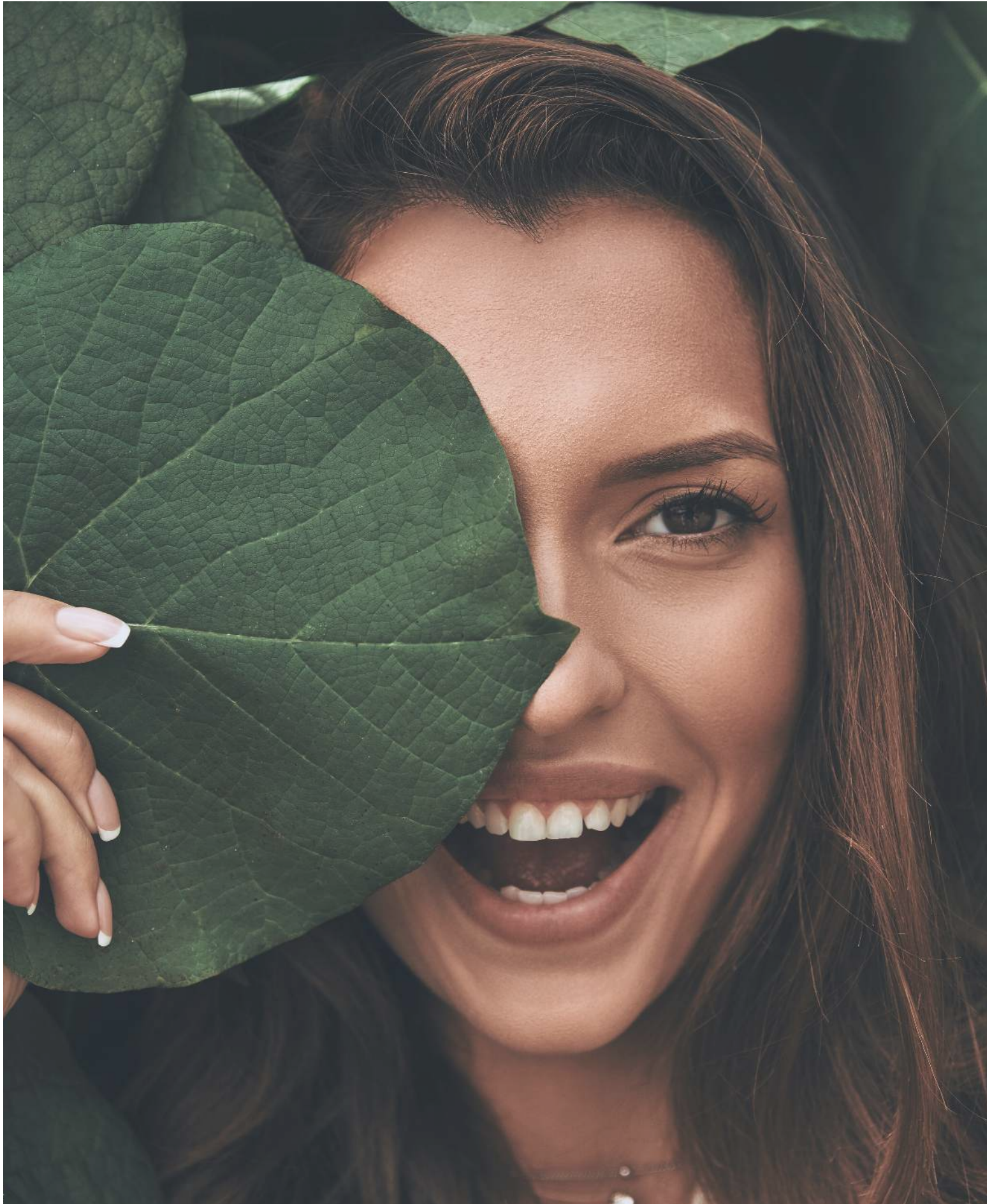


MON MAG' BEAUTÉ

BY AUDREYSTETIK

MAI JUIN 2021



EDITO



Notre métier nous l'aimons tellement que nous avons envie de vous le faire découvrir encore plus à travers ce magazine.

Car être esthéticienne aujourd'hui c'est répondre à toutes vos questions beauté, vous inviter à prendre soin de vous, à utiliser les bons produits pour que vous ayez des résultats.

Audrey et Alice



Nos horaires d'ouverture

Lundi, Mardi, Jeudi, Vendredi, Samedi: 9H-19H



Nous contacter

06 64 16 89 88

Découvrez notre site internet

www.audreystetik.com

Suivez-nous sur...



Magazine créé par BELLYST

réseau d'instituts & spas

Propulsé par

AUDREYSTETIK

Crédit photo : Istock +

Canva + agence

Puytorac

Articles : Bellyst +

Audreystetik

Tous droits réservés

Reproduction interdite



SOMMAIRE

03 EDITO

06 SHOPPING POUR LA PLUS BELLE DES MAMANS
Toutes nos idées cadeaux pour la fête des mères

07 CONCOURS
Tentez de gagner un shooting photo

08 SPRING DÉTOX
Tous nos conseils pour réussir votre détox

09 NOS ALTERNATIVES POUR CHANGER DU CAFÉ

10 TOUT SAVOIR SUR LES SÉRUMS

11 LES ACTIFS STARS DE NOS SÉRUMS

12 BRONZER EN BEAUTÉ

13 DANS VOTRE VANITY

14 LES HOMMES AUSSI

15 LES INDISPENSABLES TRES HOMME

La plus belle des mamans



Dimanche 30 mai
prenez soin
d'elle

*Comme elle a pris
soin de vous !*

Nos **cartes cadeaux** beauté & bien-être

Carte cadeau
soin du visage



Carte cadeau
massage



Carte cadeau
massage & soin



[A l'institut ou sur notre site internet](#)

LA PLUS BELLE DES MAMANS

Dimanche 30 mai c'est la Fête des Mères, et vous n'avez toujours pas trouvé LA bonne idée de cadeau. Vous n'allez quand même pas lui faire l'affront ultime de lui offrir un appareil ménager ! Un coup de main ? Voici des idées de cadeaux pour ravir n'importe quelle maman.

Un passeport pour la détente

1H POUR ELLE PENDANT 3 MOIS

Moins cher qu'un billet d'avion notre passeport pour la détente permettra à votre maman adorée de venir se faire masser tous les mois à l'institut pendant 3 mois.

Passeport pour la détente 210 €

(existe en version 6 et 12 mois et en version soin du visage)

Un coffret bien-être

POUR QU'ELLE SOIT DETENDUE

1h30 de bien-être à l'institut aux senteurs raffinées. Ce coffret est composé d'un gommage du corps et d'un massage et d'une huile parfumée pour qu'elle se remémore ce moment de détente tous les matins en sortant de sa douche ou de son bain.

Coffret bien-être 138€

Un soin Eternity

POUR QU'ELLE RESTE JEUNE

Notre secret de jouvence pour une maman éternellement jeune. Plus qu'un soin du visage, le soin Eternity est une véritable expérience créé spécialement pour la fête des mères.

Soin Eternity 90 €



Une carte cadeau POUR QU'ELLE AIT LE CHOIX

Vous ne savez pas si elle préférerait un massage, ou un soin du visage, offrez-lui un chèque cadeau et laissez-la décider. Elle pourra l'utiliser sur l'ensemble de notre carte de soin.

Carte cadeau à partir de 30€

Good Vibes Only



Ce soir, il m'a dit "Je t'aime". Je lui ai dit "je t'aime" en retour. Puis il a ajouté: "Alors, on se t'aime tous les deux, Maman." Oui, mon Lulu, on se t'aime tous les deux...

Extrait de *Juste avant le bonheur*
de Agnès Ledig



Du 1er au 29 mai

La STAR C'EST VOUS !

A gagner
1 séance photo
+
1 make up de star
et un trousse de maquillage

Valeur totale : 224 €

1

Achetez un bon cadeau*
ou des produits de soins
d'une valeur minimum
de 50€

2

Remplissez un bulletin de
participation et glissez-le
dans l'urne.

3

Gagnez !

Le tirage au sort aura lieu le
samedi 29 mars
peut-être serez-vous
l'heureuse gagnante de ce
SUPER CADEAU



*non valable sur les achats en ligne
Règlement complet du jeu disponible à l'institut

SPRING

Détox

by Bellyst

Tout semble possible au printemps. C'est la saison de l'espoir et des nouveaux départs. C'est aussi le moment idéal pour se lancer dans un plan détox ! Voici quelques conseils pour réussir votre détox. Côté soins esthétiques, des solutions existent demandez conseil à votre esthéticienne.

Éliminez complètement les éléments suivant de votre alimentation :

l'alcool, la caféine, toutes les préparations préparées et le sucre. Ne paniquez pas, cela vous laisse (étonnamment) un grand choix d'aliments à cuisiner.

Mangez beaucoup de fruits et légumes frais.

Préparez des soupes fraîches, des salades et des plats printaniers. Les jus de fruits et de légumes, en particulier la betterave, le brocoli et le céleri, sont parfaits pour la désintoxication, alors essayez de presser les vôtres autant que possible.

Au lieu du thé ou du café, buvez des tisanes sans caféine (l'ortie ou le fenouil sont de bons choix)

Certains experts en désintoxication recommandent le thé vert, riche en antioxydants, mais sachez qu'il contient de la caféine.

Brossez votre corps tous les jours pendant cinq minutes avant votre douche ou votre bain. Le brossage corporel stimule la circulation de la lymphe et favorise une bonne circulation. Utilisez une brosse pour le corps en poils naturels. Commencez par passer des pieds aux jambes vers l'arrière des genoux, puis remontez les cuisses jusqu'à l'aîne. En partant du bout des doigts, brossez les bras vers les aisselles, puis descendez doucement du cou vers le cœur. Ensuite, faites le dos et le ventre en remontant à nouveau vers le cœur. Évitez les zones sensibles et commencez par des mouvements doux avec une pression douce mais ferme.

Faites un peu d'exercice : Lors de la détox, essayez d'incorporer un peu d'exercice chaque jour. La marche et la natation stimule le système lymphatique. Le yoga est idéal car il soutient et renforce tout le corps. Et pourquoi pas rebondir sur un petit trampoline, disponible dans la plupart des magasins d'articles de sport, c'est un moyen ludique de bouger l'ensemble de son corps et de brûler des calories.

Soyez bienveillante avec vous-même. Apprenez à écouter votre corps et ses besoins. Si votre corps réclame du repos, laissez-le se reposer. Cependant, s'il réclame une tranche de gâteau au chocolat, résistez (essayez plutôt un fruit ou un thé avec un peu de miel).



ÇA CHANGE du café

by Bellyst

C'est décidé, vous voulez réduire votre consommation de café. On a la solution. Voilà quelques alternatives à siroter pour remplacer les p'tits cafés tout en apportant une tonne de bienfaits à votre organisme.

Le café d'épeautre

1 à 2 tasses de café d'épeautre par jour vous aideront à chasser le stress ! Riche en magnésium et en acides aminés, c'est une alternative au café à découvrir d'urgence pour prendre soin de vous et retrouver un peu de sérénité. Si vous êtes enceinte, son goût proche du café remplacera aisément votre petit café du matin.

Le cacao cru

Le cacao cru est fabriqué en pressant à froid des fèves de cacao en veillant à ce qu'aucun nutriment ne soit perdu par traitement thermique. Il conserve ainsi son profil nutritionnel élevé, ce qui en fait un super aliment chargé de flavonoïdes et de magnésium. Anti déprime, antioxydant et antistress, le cacao cru coche toutes les cases et deviendra votre boisson chouchou tout au long de l'année.

La guayusa

Moins connue, la guayusa est une plante à consommer en infusion qui nous arrive tout droit de l'équateur. Selon certains rapports scientifiques les feuilles de guayusa contiennent 50% plus d'antioxydants que le thé vert, presque autant de caféine que le café, ainsi que des vitamines et des minéraux qu'on ne trouve pas dans d'autres thés.



Energie drink



2 BANANES,
25 CL DE LAIT VÉGÉTAL OU NON
2 C. À S. DE CACAO CRU
1 C. À S. DE SUCRE DE COCO
MIXEZ AU BLENDER



L'INDISPENSABLE sérum

by Bellyst



Contrairement à ce que l'on peut penser, les sérums ne sont pas uniquement réservés aux peaux matures. Quel que soit le problème de peau que vous cherchez à améliorer, du teint terne aux ridules en passant par les imperfections cutanées il existe un sérum pour cela.

Le sérum est le parfait complément de vos crèmes de soin quand vous voulez vraiment obtenir des résultats sur votre peau.

Son plus : Sa haute concentration en actifs et sa texture fluide qui traitera votre peau plus en profondeur.

Comment appliquer un sérum ?

Il s'applique matin et soir sous votre crème de soin. En fonction des besoins de votre peau, vous pourrez même en utiliser plusieurs. Par exemple si vous cherchez à réguler votre production de sébum, mais que votre visage manque de fermeté, vous pourrez utiliser un sérum matifiant le matin et un sérum raffermissant le soir.

Est-ce que je dois mettre un sérum toute l'année ?

Tout va dépendre des besoins de votre peau et de ses problématiques, mais si vous n'avez jamais utilisé de sérum, le printemps est idéal pour commencer votre première cure.

Peut-on utiliser un sérum seul ?

Le sérum est trop léger et ne permet donc pas de créer une barrière protectrice suffisante pour préserver le film hydrolipidique de la peau. Vous appliquerez donc toujours votre sérum avant votre crème de jour ou de nuit sur votre visage parfaitement nettoyé.

Quel sérum choisir ?

Chaque peau a des besoins différents, passez nous voir à l'institut, on vous conseillera le sérum qui vous conviendra le mieux après avoir fait votre diagnostic cutané.

OBJECTIF BELLE PEAU

Les actifs stars de nos sérums. 1 actif = un résultat. Découvrez le pouvoir des ingrédients de nos sérums sur votre peau. En vente à l'institut.



Pour une hydratation instantanée HYDROPLASME

Hydrate en profondeur et à long terme, l'huile de macadamia nourrit et restructure, pour une peau adoucit et éclatante

Sérum hydra cellulaire GUINOT
30 ml 83€



Pour un effet raffermissant tenseur L'IRIS

Pour redensifier la peau, renforcer ses tissus de soutien (élastine et collagène), contribuer à réduire le relâchement cutané et apporter un effet tenseur.

Plante sacrée dans l'Égypte ancienne, l'Iris pâle est cultivée pour son essence originale et ses propriétés médicinales depuis l'Antiquité. Les cellules souches d'Iris sont utilisées en cosmétique pour leurs vertus anti-âge, raffermissantes, redensifiantes, repulpantes, elles aident à renforcer la résistance de la peau.

sérum Skin Gravity™ SIMONE
MALHER
30ml 82€

Pour un coup de boost L'ACIDE GLYCOLIQUE

Combat les traces de fatigue tout en luttant contre la perte d'éclat, la peau terne et les imperfections. Il s'utilise en cure et se mélange dans vos crèmes, directement dans la main (5 gouttes). L'acide glycolique va éliminer les cellules mortes donc affiner le grain de peau et accélérer le renouvellement cellulaire ainsi les peaux ternes, fatiguées, épaisses retrouveront beaucoup d'éclat et une peau plus lisse. Glow Boost est la cure éclat et anti-imperfections.



Glow Boost SIMONE MALHER
15 ml 37.90€

Pour une immunité Anti-âge IMMUNE REPAIR COMPLEX

Contribue à activer le système immunitaire qui joue un rôle clé dans la réparation des cellules endommagées, notamment l'ADN altéré par le photovieillissement. Contient de l'acide hyaluronique, extrait de feuilles de banboutan, 56 ingrédients cellulaires, vitamine C stabilisée



Sérum âge immune GUINOT
30 ml 190€



10 RÈGLES D'OR À ADOPTER pour bronzer en beauté

Soleil, Soleil ! Il brille de 1000 feux, il nous donne un joli teint hâlé, mais il est important de l'apprivoiser car il est l'un des responsables d'un vieillissement prématuré de votre peau. Suivez nos règles d'or et demandez conseil à votre esthéticienne.

Tes crèmes solaires de l'année dernière tu jetteras

Comme tout produit cosmétique, la crème solaire a une date de péremption. Au bout d'un an, ses filtres se dégradent et elle perd en efficacité.

Entre 12 et 16h à l'ombre tu resteras

C'est là que le rayonnement solaire est au summum de son intensité et est bien trop agressif pour votre peau. Profitez plutôt des matinées ou des fins de journée pour bronzer sans brûler.

Tes lunettes de soleil tu mettras

La peau du contour des yeux est 10 fois plus fine que le reste de votre visage. Pour éviter les ridules et un vieillissement prématuré de cette zone fragile, ne quittez pas vos verres solaires.

Ton décolleté et tes mains des tâches tu préserveras

Le soleil est le premier responsable des tâches et rides des mains et du décolleté. Pensez-y la prochaine fois que vous programmez une après-midi shopping et appliquez une crème solaire juste avant de partir.

Sous un ciel nuageux ta peau tu protégeras

Ce sont les UVA qui accélèrent le vieillissement cutané, et ils ne sont pas filtrés par les nuages. Donc même si le temps est nuageux, n'oubliez pas d'appliquer votre crème solaire.

Ta crème généreusement toutes les 2 heures tu appliqueras

Même un SPF 50 ne vous protégera pas toute la journée. Renouvelez l'application de votre crème toutes les 2 heures ou après chaque baignade.

Du baume à lèvres ton meilleur ami tu feras.

Avant d'appliquer votre rouge à lèvres préféré, appliquez un baume à lèvres protecteur. On ne le dit que trop peu, mais les lèvres aussi peuvent brûler. Pensez à les protéger !

Ton alimentation tu coloreras

Le lycopène et le bêta-carotène sont les 2 meilleurs antioxydants pour protéger la peau contre les rayons UV. On en trouve dans tous les fruits et légumes de couleur orange ou rouge, mais aussi dans les épinards et le persil.

Le soir ton après-soleil tu appliqueras

Contrairement à un lait hydratant, les soins après-soleil sont enrichis en actifs régénérants, apaisants et réparateurs. Ces soins vous aideront à garder votre bronzage lumineux plus longtemps.

Pour le choix de tes produits solaires ton esthéticienne tu écouteras.

Parce qu'elle connaît votre peau mieux que personne, votre esthéticienne vous conseillera les produits idéaux pour que cette année vous bronziez en toute sécurité.

A GLISSER DANS son vanity

Hydratation

Lait corps hydrazone GUINOT, Léger comme un lait, actif comme une crème, il nourrit délicatement la peau grâce à l'Huile d'Argan, et réconforte toutes les peaux même les plus sèches.

- Hydrate la peau avec un effet velours.
- Adoucit la peau après la douche ou le bain.

250ml 36.50€



Nouveauté

Lait auto bronze GUINOT, Un hale doré immédiatement et naturel, sans soleil

Toutes peaux claires et mates
Renouveler l'application tous les 2 ou 3 jours pour entretenir le bronzage

150 ml 32€



Gel douche

Douche Mirific GUINOT, gel douche à l'huile de fleur nutritive. Véritable essence de féminité, Douche Mirific enveloppe le corps d'un voile de douceur, et procure un instant de plaisir absolu de par sa fragrance féminine, sensuelle et gourmande.

300ml 20.50€



L'indispensable

TROUSSE WEEK END



Gommage corps ,lait corps ,eau micellaire,crème visage.

Format voyage 19.90€

Notre métier est de vous conseiller les produits les plus adaptés aux besoins de votre peau. Avant tout achat demandez-nous conseil.

LES HOMMES AUSSI PRENNENT SOIN D'EUX

On n'oublie pas les papas ! Le 20 juin c'est leur fête. Sauvez leur peau et prenez soin d'eux. Notre sélection 100% mâle

RELAX MAX !

Offrez-lui un massage ! 60 ou 90 minutes. Après un entretien pour déterminer son niveau de stress et le parfum de l'huile qu'il préfère, il pourra se détendre grâce à nos protocoles de massages spécialement conçus pour eux. A partir de 70€

T'ES LE PLUS BEAU !

Même si en apparence ils ont l'air de gros durs, les hommes ont la peau fragile. Tous nos soins du visage respectent leur épiderme et sont 100% personnalisés. Eux aussi peuvent avoir un peau parfaite. A partir de 35€

MÊME PAS PEUR !

Il n'a jamais osé franchir les portes d'un institut et appréhende un peu, venez avec lui. Nos soins et massages se déclinent en duo. Choisissez vos soins et passez un moment de bien être ensemble. A partir de 120€



PRODUITS COSMÉTIQUES

Toute une gamme de cosmétiques spécialement dédiée à la peau des hommes est disponible à l'institut. Demandez conseil à votre esthéticienne.

LES INDISPENSABLES très homme

NETTOYANT VISAGE

Gel nettoyant visage GUINOT, nettoie en profondeur les impuretés de la peau grâce à l'actifs Menthol la peau est rafraichit , l'extrait d'hamamélis la tonifie et le bioecolia rééquilibre la flore cutanée.

150 ml 30 €



Crème longue vie

Soin régénérant GUINOT ,dynamise et stimule les fonctions vitales de la peau , raffermir les traits et gomme les ridules et rajeunit l' apparence du visage grâce au 56 actifs cellulaires (20 acides aminés,14 vitamines ...)

50 ml 63.50 €



baume après rasage

Soin confort extrême GUINOT,3 actions clé : apaise ,hydrate et adoucit la peau . à base de vitamine E qui a des propriétés anti-radicalaire et anti-oxydante , protège ainsi des agressions extérieures. Redonne un confort immédiat aux peaux sensibilisées par le rasage.

75 ml 36.50 €





centre esthétique & SPA

25 place de la république LOUVIERS
06 64 16 89 88

Nous vous accueillons sur rendez-vous
le Lundi Mardi Jeudi Vendredi et Samedi :
de 9H-19H

Prise de
rendez-vous
en ligne
24/24
ICI