

MON MAG' BEAUTÉ

BY LE BOUDOIR DE VALERIANE

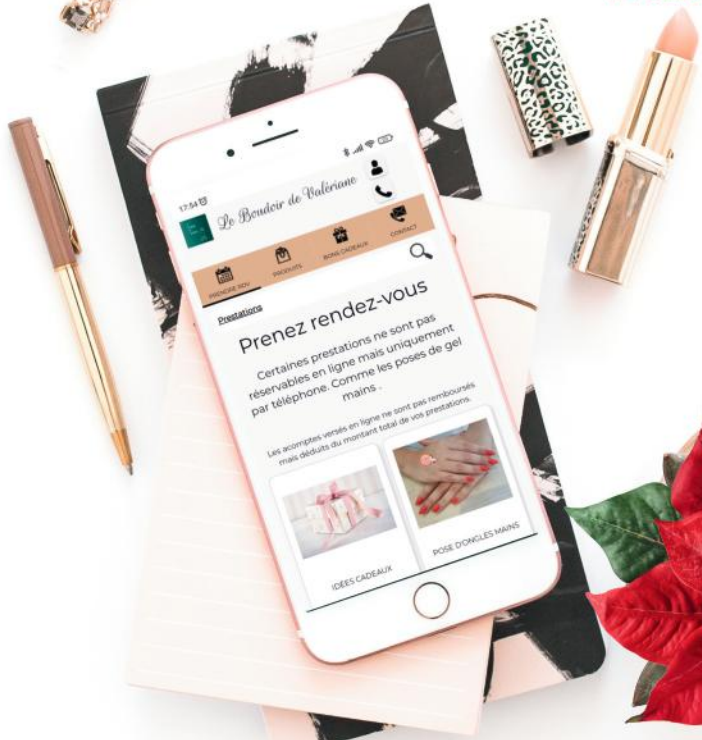
HIVER 2023



NOËL EN BEAUTÉ · NOËL EN BEAUTÉ · NOËL EN BEAUTÉ · NOËL EN BEAUTÉ



Prenez rendez-vous
en ligne 24/24



Et clôturez l'année
en beauté !

SOMMAIRE

04 EDITO

06 L'Art du Lâcher Prise : Conseils Pratiques pour une Vie Plus sereine

IDÉES CADEAUX

07 Les box prêtes à offrir

08 - 12 Cadeaux : la solution pour un Noël sans stress

CONSEILS BEAUTÉ

13 Comment garder une peau éclatante en hiver.

14 Nos 10 commandements beauté et bien-être pour la nouvelle année

BIEN- ÊTRE

15 Comment renforcer son système immunitaire en hiver

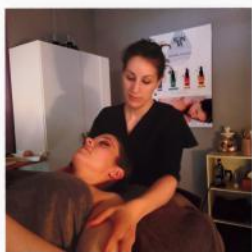
CHRISTMAS SONG

16 Notre playlist de Noël !

DO IT YOURSELF

17-18 Les bocaux gourmands faits maison à offrir pour les fêtes

20 HORAIRES DES FÊTES





EDITO

Les fêtes sont des moments magiques et tant attendus par beaucoup d'entre nous.

Nous ouvrons les festivités avec ce nouveau numéro de notre magazine. Comme pour chaque numéro nous y avons mis tout notre coeur pour vous apporter les meilleurs conseils beauté et bien-être.

Bien sûr, vous y trouverez aussi une sélection de nos idées cadeaux et de nos soins incontournables pour choyer vos proches ou vous même, car il est important que vous preniez soin de vous et quoi de mieux que de vous offrir un massage ou un soin du visage pour rayonner et vous sentir au meilleur de votre forme pour terminer l'année en beauté.

C'est aussi la période des bonnes actions, alors faites voyager ce magazine en le transférant à vos amies de (nom de ta ville) et ses alentours.

Vous nous aiderez ainsi à faire connaître votre institut préféré ! Toute l'équipe de nom de ton institut vous souhaite de douces et joyeuses fêtes de fin d'année.

LE BOUDOIR
DE VALÉRIANE



20 bd Montaigne - Bergerac
09 81 18 35 01

HORAIRES D'OUVERTURE
du mardi au jeudi : 9H-18H
Vendredi 9H-19H
Samedi : 9H-15H

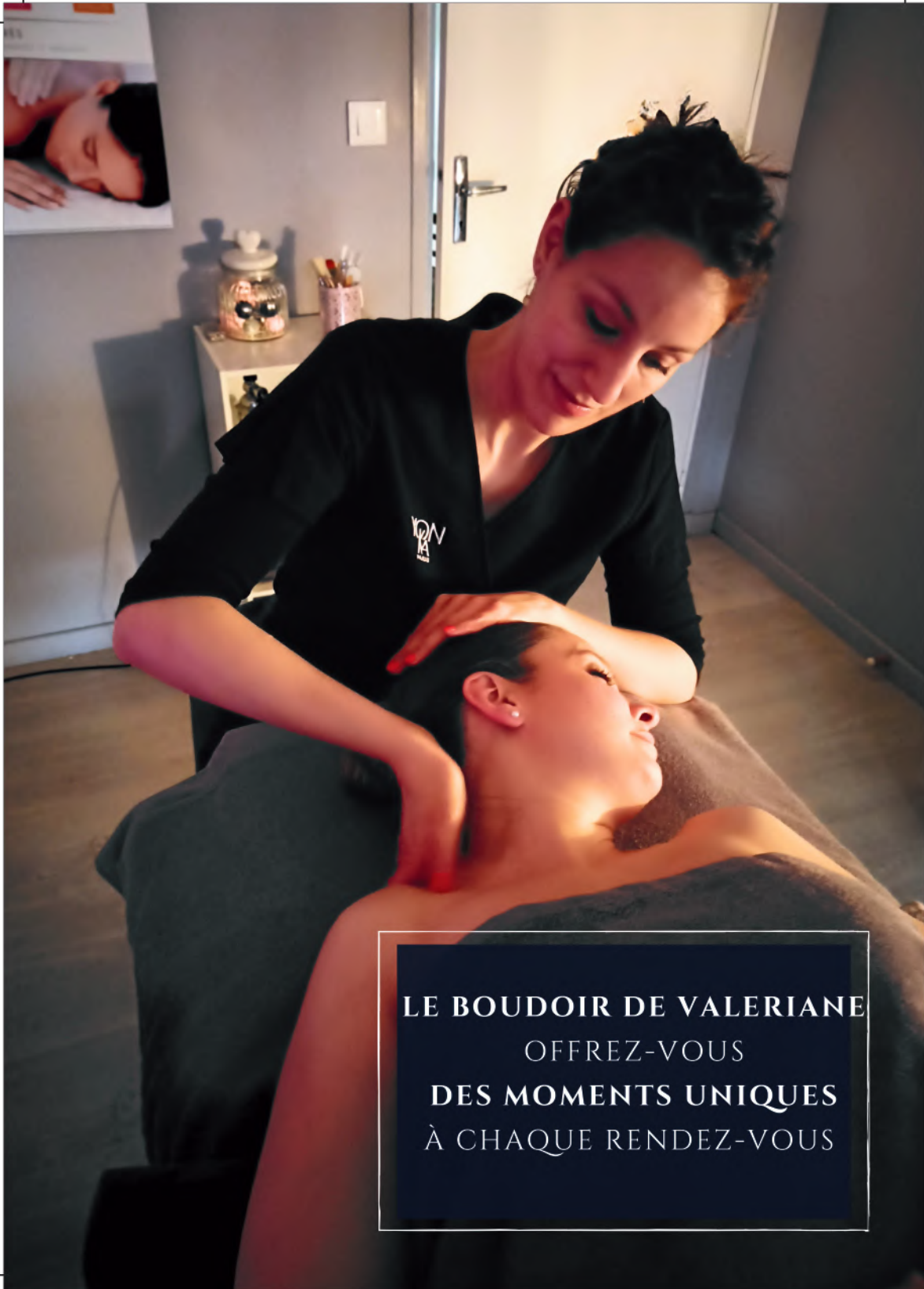
Notre site internet



Suivez-nous sur les réseaux

OUVERTURE EXCEPTIONNELLE

Samedi 16/12 jusqu'à 17h
Du Mardi 19 au samedi 23/12 9h-19h
Fermé Dimanche 24/12



LE BOUDOIR DE VALERIANE
OFFREZ-VOUS
DES MOMENTS UNIQUES
À CHAQUE RENDEZ-VOUS

L'ART DU LÂCHER PRISE : CONSEILS PRATIQUES POUR UNE VIE PLUS SEREINE

Vous sentez-vous parfois un peu trop attachée aux petits tracas de la vie ? Pas de panique, voilà nos conseils pour vous aider à prendre la vie avec un peu plus de légèreté.



PRATIQUEZ LA PLEINE CONSCIENCE :

La pleine conscience consiste à vous concentrer sur le moment présent, à accepter ce moment sans jugement. En pratiquant la pleine conscience, vous pouvez vous aider à lâcher prise des regrets du passé et des inquiétudes concernant l'avenir. Il existe de nombreuses techniques de pleine conscience, comme la méditation, le yoga ou simplement respirer profondément.

ACCEPTEZ CE QUE VOUS NE POUVEZ PAS CONTRÔLER :

Il y a des choses dans la vie que nous ne pouvons pas contrôler, comme les actions d'autres personnes ou certaines situations. Au lieu de vous stresser pour ces choses, acceptez-les. Accepter ne signifie pas toujours aimer ou approuver, mais reconnaître que cela fait partie de la réalité et passer à autre chose.

ADOPTÉZ UNE ATTITUDE POSITIVE :

Une attitude positive peut vous aider à lâcher prise. Au lieu de vous concentrer sur le négatif, essayez de chercher le positif. Il y a souvent une leçon à apprendre ou un aspect positif à trouver, même dans les situations difficiles.

PRENEZ SOIN DE VOUS :

Il est plus facile de lâcher prise lorsque vous vous sentez bien physiquement et mentalement. Assurez-vous de dormir suffisamment, de manger sainement, de faire de l'exercice régulièrement et de prendre du temps pour les activités que vous aimez. Prenez le temps de vous détendre et de vous ressourcer.

Rappelez-vous que le lâcher prise est un processus et non un événement unique. Il est normal de devoir travailler sur le lâcher prise encore et encore. Chaque petit pas que vous faites pour lâcher prise est une victoire en soi.



Les box

PRÊTES

À OFFRIR

Mieux qu'une carte cadeau, nos box beauté associent produits et soins pour offrir un cadeau d'exception. A mettre au pied du sapin et être sûre de faire plaisir.

Box Jeunesse

SOIN VISAGE ECLAT 30 MIN AVEC
COFFRET (CREME JOUR ET NUIT AVEC
LOTION)



195€

Box Relax

MASSAGE 30 MIN AVEC COFFRET GUA
SHA (3 PROFUITS + GUA SHA)



84€

Box cocoon

MASSAGE MAINS AVEC COFFRET
BERLINGOT (GOMMAGE ET CREME
MAINS)



37€

IDÉES CADEAUX

La carte cadeau Beauté & bien-être : la solution pour un Noël sans stress

Lorsque Noël approche, la recherche du cadeau idéal devient une quête souvent stressante. Dans le tourbillon des achats festifs, des décorations scintillantes et des repas de famille, pourquoi ne pas offrir un cadeau qui invite à la détente et au bien-être ? Une carte cadeau est la réponse à tous vos dilemmes de cadeaux de fin d'année. Voici cinq raisons qui font de cette option un choix exceptionnel pour combler vos proches pendant les fêtes.

LE CADEAU FLEXIBLE

Contrairement à un cadeau traditionnel, une carte cadeau beauté et bien-être offre au destinataire la liberté de choisir exactement ce qu'il souhaite. Qu'il s'agisse d'un massage relaxant ou d'un soin du visage revitalisant, la personne est libre d'utiliser la carte comme elle le désire.

ENCOURAGER LE SELF-CARE

Après le tumulte des fêtes, qui ne voudrait pas d'un moment pour décompresser ?

Offrir une carte cadeau centrée sur le bien-être est un moyen fantastique d'encourager vos proches à prendre du temps pour eux.

LA CARTE CADEAU CONVIENT À TOUT LE MONDE

Que ce soit pour votre conjoint, vos parents, vos amis ou vos collègues, un moment de détente et de soin est un cadeau qui plaira à tous.



IDÉALE POUR LES INDÉCIS

Si vous êtes en panne d'idées ou si vous craignez de faire un faux pas, une carte cadeau est la solution parfaite. Elle élimine le stress de la recherche du "cadeau parfait" en donnant le choix au destinataire.

ÉCONOMIE DE TEMPS

Les fêtes sont une période chargée pour tous. Avec une carte cadeau, vous gagnez non seulement du temps mais vous offrez également un large éventail de possibilités qui combleront à coup sûr le destinataire.

COMMENT ACHETER UNE CARTE CADEAU EN LIGNE ?

Sur notre site internet vous pourrez choisir 24/24 le montant ou le soin que vous souhaitez offrir. Il ne vous restera plus qu'à imprimer votre carte et la glisser dans une jolie enveloppe.

CHOISIR UNE CARTE CADEAU EN BOUTIQUE

Pour vos achats en boutique, vous pouvez passer nous voir du **(mardi au samedi)**. Nos magnifiques cartes cadeaux seront soigneusement emballées pour offrir le cadeau de Noël parfait !

LE SAVIEZ-VOUS ?

Vous pouvez offrir une carte cadeau du montant que vous désirez. Nos cartes cadeaux sont à partir de 10€ et n'ont pas de limite de montant.





Carte de soins Spéciale Noël



Escale cocoon

Duo détente avec le massage et le soin visage
aux pierres chaudes **1h30 139€**

Formule disponible avec le coffret corps 165€ ~~174€~~

Soin visage aux eshiberis

Soin visage aux serviettes chaudes ultra relaxant
et cocooning, massage mains et pieds **1h 99€**

Formule disponible avec le coffret hydratation à 166€ ~~173€~~

Ou le coffret mains 107€ ~~116€~~

Massage aux huiles chaudes

Massage relaxant cocooning aux huiles chaudes
avec huiles essentielles au choix **60min 79€**

Formule disponible avec coffret Guasha à 105€ ~~114€~~

Boudoir Étoilé

Massage dorsale et crânien **40min 59€**

Formule disponible avec Duo visage à 75€ ~~81€~~

SHOPPING DE NOËL

Des cadeaux qui rendent encore plus belle !

Célébrez la magie des fêtes avec notre Collection de Coffrets Beauté de Noël. Offrez ou faites-vous plaisir avec notre sélection des best sellers de nos marques de cosmétiques.



COFFRET CORPS GUA SHA

Un rituel corps pour envelopper votre peau d'un nuage gourmand avec le Gua sha

Coffret Gua sha 35€

(gel douche, gommage et crème corps, Gua sha, disponible en 3 parfums)



COFFRET HYDRA N°1

Le rituel beauté des peaux déshydratées.

Et hop, une routine hydratante complète pour chouchouter sa peau dès qu'elle tiraille.

Coffret Hydra n°1 76€

(trousse, crème 50mL, masque et lotion en format voyage Offert)



ÉDITIONS LIMITÉES

Pensez à nous contacter au 09.81.18.35.01. pour réserver votre ou vos coffrets préférés

COFFRET CONTRE LE TEMPS



Un cocktail anti-âge et raffermissant, crème de jour, nuit et brume vivifiante.

Coffret Time resist 156€

(trousse, crème jour et nuit, lotion format voyage Offert)

BERLINGOT MAINS



Le duo incontournable pour des jolies mains lisses et douces

Berlingot mains 17€

(crème et gommage, disponible en 3 parfums)

SHOPPING DE NOËL

De petites attentions qui font toujours plaisir sont disponibles à l'institut. A déposer au pied du sapin, sur les assiettes de vos invités ou sur le bureau de vos collègues préférées !

COFFRET ECO RESPONSABLE

Cosmétiques en poudre Bio ! A préparer soi même, économique, durable et sans conservateur !

Coffret soin 39€

(2 gommages, 4 masques, 1 nettoyant et 1 pinceau)



BERLINGOT VISAGE

Le Duo visage, pour une peau douce et éclatante.

Coffret soin 22€

(un gommage et un masque, 2 parfums disponibles)

SPECIAL BÉBÉ

Créez un coffret rien que pour lui avec une crème hydratante, un gel lavant, et une eau nettoyante

à partir de 10.00€ l'unité

(38€ le coffret)



SHOOT D'ECLAT

Masque en tissu orange papaye pour illuminer le teint, adapté à tous types de peau

8€ l'unité



LES CADEAUX SUR-MESURE

Créez un coffret cadeau personnalisé avec des produits beauté et bien-être sélectionnés avec soin par toute l'équipe de l'institut.



Les cupcakes

Une gourmandise pour la peau à laisser fondre dans un bain chaud ou à passer sur peau mouillée sous la douche.

Tous les ans, ils font sensation !

3 parfums au choix

5.50€ l'unité

18€ le coffret de 4



Les bombes de bain

Pour une pause détente. Délicatement parfumées et enrichies en beurre de karité, ces bombes de bain libèrent de fines bulles et laissent la peau toute douce.

2 parfums au choix

6€ l'unité



Les p'tits macarons

Des p'tits savons tout mignons, qui moussent et parfument grâce à leur parfum gourmand à souhait.

parfum lychee

4€ l'unité



Les zéro déchets

Démaquillant, déodorant, baume corporel, soin cheveux, baume lèvres

à partir de 10.00€



Make-up au choix

Maquillage Bio et rechargeable, composez votre coffret sur-mesure avec plaisir

(Fonds de teint, rouges à lèvres, fards à paupières...)

à partir de 11€



Cosmétique en poudre

Cosmétiques en poudre Bio ! A préparer soi-même, économique, durable et sans conservateur !

à partir de 4€

(masques, gommages, et nettoyant)

”

Ajoutez une carte cadeau dans vos coffrets pour que les personnes que vous aimez puissent venir se faire chouchouter à l'institut.

LE P'TIT + _____

NOS CONSEILS BEAUTÉ

Comment garder une peau éclatante en hiver.

L'hiver avec son vent glacial et ses températures frôlant le négatif est impitoyable pour la peau. Heureusement, avec quelques astuces beauté, vous pouvez affronter les mois les plus froids avec une peau éclatante. Voici quelques étapes clés pour maintenir votre peau en bonne santé en hiver.

DÉMAQUILLEZ-VOUS EN DOUCEUR

L'usage d'un nettoyant doux est primordial pour éviter de priver votre peau de sa protection naturelle. Laissez tomber les eaux micellaires et démaquillez-vous avec un lait ou un baume.

Notre produit chouchou :

Le lait nettoyant (et démaquillant) Yonka, peut s'utiliser sur lingette humidifiée ou en émulsion avec les mains humides.



GOMMEZ VOTRE PEAU MÊME EN HIVER

Une exfoliation régulière est nécessaire pour éliminer les cellules mortes qui peuvent rendre la peau terne. Cependant, l'hiver n'est pas le moment pour des exfoliations agressives. Optez pour un exfoliant doux sans grains qui rendra votre peau éclatante sans l'agresser.

Notre produit chouchou :

Le gommage Yonka, une peau éclatante et veloutée tout en douceur.



PROTÉGEZ VOTRE PEAU DU FROID

Tout va dépendre de votre type de peau, mais votre crème de jour devra être plus nutritive cet hiver pour lutter efficacement contre les effets asséchants du froid et du vent.

Notre produit chouchou :

La crème Hydra n°1 Yonka, hydratante et réparatrice va prendre soin de votre peau avec légèreté



AIDEZ VOTRE PEAU À SE RÉGÉNÉRER

La nuit est le moment où la peau se régénère le plus. Utilisez des produits plus riches en nutriments et en agents hydratants avant de vous coucher. Avant votre crème de soin, appliquez un sérum adapté aux besoins de votre peau pour renforcer les bénéfices de votre crème pour une peau éclatante et reposée au réveil !

Notre produit chouchou :

Le Sérum Elixir Vital peut s'utiliser seul le soir. Il va donner beaucoup d'éclat à votre peau, lisse les traits et la nourrit.



OFFREZ-VOUS UN SOIN PROFESSIONNEL

Toutes les peaux vivent l'hiver différemment. C'est pour cela qu'avant de vous prodiguer un soin et de vous conseiller des cosmétiques nous commençons toujours par un entretien pour en savoir plus sur vos habitudes, votre hygiène de vie et votre routine beauté.

Notre objectif est qu'après votre soin du visage à l'institut votre peau soit équilibrée et que vous repartiez avec tous les conseils indispensables pour qu'elle le reste.

Soin du visage sur mesure à partir de 59€

Les 10 commandements beauté et bien-être pour la nouvelle année



TU TE NOURRIRAS SAINEMENT

Évitez les aliments transformés et ne mangez que des aliments riches en nutriments pour prendre soin de votre corps et de votre peau.

TU T'HYDRATERAS ABONDAMMENT

Pour un teint éclatant, buvez au moins 2 litres d'eau chaque jour pour maintenir votre peau hydratée et aider votre organisme à l'éliminer les toxines.

TON SOMMEIL, TU PRIORISERAS

Essayez de dormir entre 7 et 9 heures par nuit pour favoriser la récupération et la régénération de tout votre organisme.

DE L'EXERCICE, TU FERAS

Trouvez une activité physique qui vous plaît et essayez de la faire régulièrement. Bouger active la circulation sanguine et lymphatique, réduit le stress, et améliore votre bien-être général.

JAMAIS TA ROUTINE DE SOIN TU N'OUBLIERAS

Même fatiguée, le soir n'oubliez pas de vous démaquiller et le matin, même si vous êtes pressée ne partez pas sans avoir nettoyé votre visage, appliqué une lotion et une crème de jour pour protéger votre peau des agressions extérieures.

DU TEMPS POUR TOI, TU PRENDRAS

Accordez-vous des moments pour vous relaxer et faire des choses qui vous rendent heureuse. Le bien-être mental est tout aussi important que le bien-être physique.

DES RELATIONS SAINES, TU MAINTIENDRAS

Entourez-vous de personnes qui sont positives, qui vous motivent à être la meilleure version de vous-même (et restez loin des personnes toxiques).

UNE FOIS PAR JOUR AU MOINS, TU RIRAS

Le rire est un excellent remède contre le stress et peut améliorer votre bien-être général. Trouvez des raisons de rire chaque jour.

DE TON CORPS, TU PRENDRAS SOIN

Évitez les choses nocives pour votre organisme comme fumer, boire excessivement ainsi que les situations stressantes. Cherche des façons saines de gérer le stress, comme la cohérence cardiaque et programmez-vous un massage régulièrement pour vous détendre.

DE LA GRATITUDE, TU ÉPROUVERAS

Chaque jour, identifiez des moments, aussi petits soient-ils, pour lesquels vous êtes reconnaissante. Cette pratique vous permettra d'aborder la vie avec un état d'esprit plus positif.

Comment renforcer son système immunitaire en hiver

En hiver, le froid et les conditions climatiques rigoureuses peuvent entraîner une baisse de l'immunité. C'est pendant ces mois que nous sommes les plus susceptibles de tomber malades, surtout si nous sommes stressées et fatiguées. Cependant, il existe plusieurs méthodes pour renforcer notre système immunitaire et maintenir une santé optimale pendant cette saison. Cet article vous guidera à travers diverses stratégies pour booster votre immunité en hiver.

ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE

C'est le moment de faire le plein de vitamine C. Cette vitamine en plus d'être une alliée précieuse pour votre peau, aide à stimuler la production de globule blanc qui joue un rôle clé dans la défense immunitaire de votre corps. Les aliments les plus riches en vitamine C que l'on trouve sur tous les étals en hiver sont les kiwis, le chou rouge, les choux de Bruxelles les agrumes et les litchis.

Côté oligo-éléments, les aliments riches en zinc, tels que les viandes, les fruits de mer, les noix et les graines, contribuent également à renforcer votre système immunitaire. Ajoutez à cela quelques probiotiques en consommant des produits tels que des yaourts, du kéfir ou d'autres aliments fermentés. Ceux-ci peuvent améliorer la santé intestinale, jouant ainsi un rôle important dans le soutien du système immunitaire.

Avec ces choix alimentaires judicieux, vous nourrissez votre corps avec les nutriments essentiels pour un bien-être optimal.

BOUGEZ, BOUGEZ, BOUGEZ !

Pratiquer une activité physique, ou simplement bouger quotidiennement, est important pour booster votre système immunitaire. En mettant votre corps en mouvement vous aider à faire circuler les globules blancs dans votre corps, optimisant ainsi la lutte contre les infections. Veillez à inclure au moins 30 minutes d'exercice dans votre quotidien, que ce soit une promenade en plein air, du vélo (y compris en intérieur) ou quelques longueurs à la piscine. Le plus important, c'est de s'y tenir.



HYDRATEZ-VOUS !

L'hiver est la période idéale pour abuser du thé et des infusions en tous genres, en plus c'est bon pour booster votre métabolisme, enrichir votre apport en antioxydants et renforcer votre système immunitaire, vous aidant ainsi à combattre les infections saisonnières.

LES HUILES ESSENTIELLES DE L'HIVER

Les huiles essentielles sont une autre façon puissante de renforcer votre système immunitaire en hiver. Des essences telles que l'eucalyptus, le thym, l'arbre à thé et la menthe poivrée sont particulièrement efficaces pendant cette saison. Ces huiles ont des propriétés antibactériennes, antivirales et anti-inflammatoires qui peuvent aider à combattre les infections hivernales. En les diffusant dans l'air, vous pouvez tirer profit de leurs bienfaits réconfortants et thérapeutiques. De plus, elles apportent une agréable senteur de fraîcheur à votre maison pendant les mois d'hiver.



En adoptant toutes ces petites habitudes, vous pouvez augmenter votre résistance aux infections et vous sentir en pleine forme pendant les mois d'hiver.

CHRISTMAS SONGS

Cette année écoutez autre chose que l'incontournable "All I Want for Christmas Is You" de Mariah Carey !

2:13



1:07



Notre playlist de *Noël*

Titres

Artiste

Santa Baby

Kylie Minogue

You Make It Feel Like Christmas

Gwen Stefani ft. Blake Shelton

Merry Christmas

Ed Sheeran & Elton John

Snowman

Sia

Christmas Tree Farm

Taylor Swift

Santa Tell Me

Ariana Grande

Mary, Did You Know

Pentatonix

Christmas Lights

Coldplay

Underneath the Tree

Kelly Clarkson

Les bocaux gourmands faits maison à offrir pour les fêtes



Noël est la période idéale pour exprimer son affection à travers des cadeaux uniques et faits avec amour. Les bocaux gourmands incarnent cette tendance, en alliant saveurs et originalité. On vous dit tout sur ces cadeaux faciles à faire qui feront plaisir aux petits comme aux grands.

QU'EST-CE QU'UN BOCAL GOURMAND ?

Un bocal gourmand est un ensemble de tous les ingrédients nécessaires pour réaliser une recette spécifique, mais cela peut-être aussi un joli bocal contenant des gâteaux faits maison.

POURQUOI OFFRIR UN KIT GOURMAND ?

Originalité : C'est un cadeau unique qui peut être personnalisé selon les goûts du destinataire.

Praticité : Tout ce dont la personne qui le recevra a besoin est inclus dans le kit, elle n'a plus qu'à suivre la recette !

Partage : C'est un cadeau qui encourage à cuisiner et à partager un moment gourmand en famille ou entre amis.

COMMENT CRÉER UN BOCAL GOURMAND ?

Choisissez une recette : sélectionnez une recette que vous aimez, et qui peut être facilement préparée à partir d'ingrédients secs.

Préparez les ingrédients : mesurez et disposez les ingrédients secs dans un bocal transparent en couches successives pour un effet visuel attrayant.

Ajoutez les instructions : incluez une petite carte avec les instructions détaillées de la recette.

Décorez : ajoutez des rubans, des étiquettes ou d'autres éléments décoratifs pour rendre le bocal gourmand festif.

Incluez un petit plus : ajoutez un ustensile de cuisine ou un petit gadget en lien avec la recette pour une touche créative supplémentaire.

N'oubliez pas que l'objectif est de réaliser soi-même ces bocaux gourmands et que si vous ne voulez pas le faire sous forme de kits vous pouvez aussi offrir des gâteaux secs, des truffes en chocolats ou même offrir des petits bocaux de confiture faites maison.

Il ne vous reste plus qu'à trouver de jolis bocaux, et de faire la liste des personnes qui auront la chance de recevoir ce cadeau gourmand.

Pour vous aider, nous vous proposons 2 recettes ultra simples de bocal gourmand à réaliser et à offrir à Noël.



LES RECETTES DE VALÉRIANE



ROCHERS NOIX DE COCO ET FRUITS CONFITS

INGREDIENTS

- 200 g de noix de coco rapée ou en flocon
- 120 g de sucre
- 70 g d'amandes hachées, grillées
- 30 g de farine
- 80 g de fruits confits

MONTAGE DU BOCAL

Dans un bocal d'un litre, mettez la noix de coco puis le sucre, les amandes, la farine, le sel, les cerises confites et le zeste d'orange confit. Fermez avec le couvercle puis attachez la recette avec un joli ruban.

RECETTE

Préchauffer le four à 160°.
Tapisser les plaques à biscuits de papier sulfurisé. Dans un bol, mélangez le contenu du pot. Ajoutez 3 blancs d'œufs légèrement battus en remuant bien pour bien mélanger les ingrédients.
Façonnez des petites boules et déposez-les sur les plaques en les espaçant.
Cuire au four de 15 à 18 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits soient légèrement brunis.



COOKIES FLOCONS D'AVOINE, NOIX DE PÉCAN ET CHOCOLAT

INGREDIENTS

- 110 g de flocons d'avoine
- 150 g de cassonade
- 70 g de noix de pécan hachées
- 180 g de pépites de chocolat
- 170 g de farine
- 1 cuillère à café de levure chimique
- 1 pincée de sel

MONTAGE DU BOCAL

Disposez les ingrédients dans un bocal d'un litre dans l'ordre indiqué. Appuyez fermement sur chaque couche avant d'ajouter la couche suivante. Fermez avec le couvercle puis attachez la recette avec un joli ruban.

RECETTE

Préchauffez le four à 180° C
Beurrez des plaques à biscuits.
Dans un saladier, mélangez 125 g de beurre fondu, 1 œuf et 1 cuillère à café d'extrait de vanille. Incorporez tout le contenu du pot au mélange puis pétrissez.
Façonnez des boules de la taille d'une noix. Place-les sur les plaques à biscuits.
Cuire au four entre 11 à 13 minutes
Déposez ensuite les biscuits sur une grille pour les faire refroidir.



Joyeux Noël

Je vous souhaite d'excellente fêtes ,
et vous retrouve le 9 janvier.
Votre Boudoir sera fermé du 28/12 au 6/01

[Pour prendre rendez-vous boudoir-valeriane.com](http://boudoir-valeriane.com)

Ou Flashez



LE BOUDOIR DE VALÉRIANE



**NOUS VOUS ACCUEILLONS SUR RENDEZ-VOUS
DU MARDI AU JEUDI : 9H-18H
VENDREDI : 9H-19H ET SAMEDI : 9H-15H**

Ouverture Exceptionnelle

**LE SAMEDI 16/12 JUSQU'À 17H
DU MARDI 19 AU SAMEDI 23/12 9H - 19H
FERME DIMANCHE 24/12**

**POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS
OU ACHETER VOS CARTES
CADEAUX EN LIGNE**

