

SO GLAD MAG' BEAUTÉ

VOTRE ALLIÉ BEAUTÉ & BIEN-ÊTRE

PRINTEMPS ÉTÉ 2025



CE MAGAZINE VOUS EST OFFERT PAR SO GLAD BEAUTÉ

A woman with dark hair is lying on her back, eyes closed, receiving a head massage. Her hands are resting on her forehead. The background is softly blurred, showing green foliage and a wooden structure, suggesting a spa or wellness environment. The lighting is warm and natural.

VOS CARTES CADEAUX BIEN-ÊTRE

24/24 SUR NOTRE SITE INTERNET

[KALENDES.COM/SITE/SOGLAD](https://www.kalendes.com/site/soglad)

OFFER

L'été approche à grands pas, et avec lui cette effervescence si particulière au studio beauté ! Vous êtes nombreuses à préparer vos vacances, et j'adore cette période où vous partagez vos projets d'évasion et où vous me demandez des conseils pour prendre soin de vous, même quand vous êtes en vacances à l'autre bout du monde.

Pour vous garantir vos créneaux préférés et prendre soin de vous dans les meilleures conditions, pensez à anticiper vos rendez-vous. Et si vous avez un contretemps, contactez-moi au plus vite pour que je puisse proposer ce créneau à une autre cliente qui attend une disponibilité.

J' aime vous voir partir profiter de vos vacances toutes rayonnantes, et encore plus vous retrouver avec vos peaux bronzées et vos histoires de vacances.

So Glad est prête pour vous conseiller les soins et routines qui vous accompagneront tout l'été.

En attendant de prendre soin de vous au studio beauté, découvrez le dernier numéro de mon magazine avec mes conseils pour l'été et les soins à découvrir ou à redécouvrir.

Bonne lecture,

Gladys, esthéticienne conseillère

SOMMAIRE



3 L'édito de GLADYS

6-7 Abusez de l'hydratation cet été

8-9 Prends soin de ta silhouette

10 Les packages de l'été

11 Idées cadeaux fête des mères

12 La parfumerie So Glad

14-15 Cet été, déconnectez !

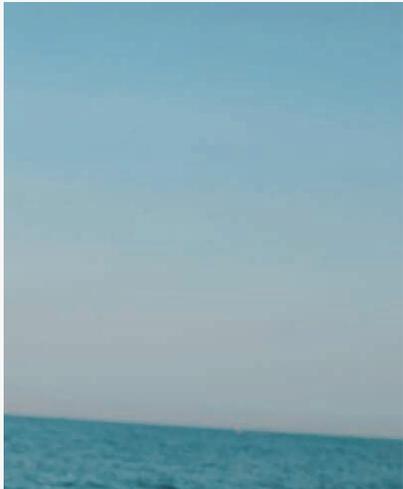
16-17 Team juillet : prolongez l'effet vacances

18 Le Bissap Café Solidaire

19-20 Les horaires de l'été & comptes Insta

Issue 2
February 2023

photography by
Drew



BEAUTE

**CET ÉTÉ,
VOTRE
BEAUTÉ
PREND
LE POUVOIR**

Beauty in
Jamaica



L'ABUS D'HYDRATATION EST BON POUR VOTRE PEAU

L'été approche et comme chaque année, le sujet qui revient le plus lors de nos rendez-vous avec mes clientes est : "Est-ce qu'il faut que je modifie ma routine beauté en été ?" Et ma réponse est : oui ! Avec la chaleur, le soleil et les baignades, notre peau a besoin d'une attention particulière.

Dans cet article je vous explique comment adapter votre routine beauté pour garder une belle peau tout au long de l'été.

LES GESTES ESSENTIELS AU QUOTIDIEN

La première chose que je conseille à mes clientes, c'est de revoir leur routine de nettoyage. Surtout pas de produits trop agressifs ! Privilégiez des nettoyants tout doux, surtout si vous avez la peau sensible.

Après le démaquillage, j'insiste toujours sur l'importance d'utiliser une lotion tonique : "Mais à quoi ça sert ?" me demandent souvent mes clientes. C'est simple : elle prépare la peau à recevoir les soins suivants. C'est comme arroser une plante : sur une terre humide, l'eau pénètre mieux !



LES SOINS ADAPTÉS À L'ÉTÉ

"Quel type de crème dois-je utiliser ?" C'est LA question que j'entends le plus dès le retour des beaux jours. En été, oubliez les textures riches qui peuvent vite devenir inconfortables et collantes. Dès que les températures remontent, je conseille plutôt une crème de jour à la texture légère ou une émulsion ultra-fluide.

Et si vous vous demandez s'il faut aussi utiliser un sérum en été, ma réponse est OUI ! Contrairement à ce que l'on pourrait penser, sa texture légère en fait l'allié parfait de la saison estivale. Le sérum pénètre rapidement et profondément dans la peau grâce à ses molécules plus fines que celles d'une crème. En été, je recommande particulièrement les sérums riches en acide hyaluronique qui apportent une hydratation intense sans effet gras.

Mon conseil : appliquez votre sérum juste après votre lotion tonique sur votre peau légèrement humide, puis superposez votre crème hydratante. Cette combinaison permet d'obtenir une hydratation optimale sans sensation de lourdeur, même pendant les journées les plus chaudes !

Le soir, profitez du temps de repos de votre peau pour la chouchouter. Un masque hydratant deux à trois fois par semaine fait des merveilles. Mes clientes adorent ce petit rituel qui transforme leur salle de bain en mini-institut !

LES ZONES QUI DEMANDENT UNE ATTENTION PARTICULIÈRE

Le contour des yeux : cette zone est si fine qu'elle a besoin d'un soin spécifique, été comme hiver. Donc l'application d'un soin contour des yeux est importante. Et pour éviter les ridules dues au plissement des yeux à cause du soleil, n'oubliez pas de mettre vos lunettes de soleil dès que vous mettez le nez dehors !

Le décolleté : Il est souvent oublié dans la routine beauté, et pourtant, il est particulièrement exposé au soleil en été ! Vous pouvez utiliser un soin spécifique ou tout simplement étendre votre crème de soin jusqu'au décolleté.

Un geste simple mais efficace : lors de l'application de votre crème hydratante, massez délicatement du bas vers le haut pour préserver l'élasticité de la peau. Et bien sûr, n'oubliez pas la protection solaire, indispensable pour éviter les taches et le vieillissement prématuré de cette zone sensible.



Si votre peau tire ou est inconfortable, n'hésitez pas à venir me voir au Studio beauté pour que l'on discute ensemble de votre routine. Souvent, il suffit de changer 1 ou 2 petites choses dans vos habitudes pour retrouver une peau parfaitement hydratée.

SHOPPING AU STUDIO BEAUTÉ

LE DUO NETTOYANT FRAÎCHEUR



Tous types de peau, ce baume 2 en 1 et cette lotion tonique nettoieront votre peau en douceur et la prépareront à recevoir vos soins.

L'INDISPENSABLE SÉRUM



C'est le sérum le plus hydratant que l'on connaisse ! Appliquez-le matin et soir sous votre crème et votre peau ne sera plus jamais déshydratée !

LE CONTOUR DES YEUX



Hydratant et anti-rides, il hydratera votre contour des yeux tout en luttant contre les radicaux libres.



VOUS ALLEZ ADORER MES NOUVEAUX SOINS CORPS QUI VONT AMÉLIORER VOTRE SILHOUETTE ET VOTRE BIEN-ÊTRE !

1- L'ENVELOPPEMENT MINCEUR BIOSLIMMING ACTIVE WRAP

Bioslimming Active Wrap est un enveloppement amincissant innovant qui se concentre sur la réduction de la cellulite et de la graisse.

Ce soin corporel est reconnu comme l'un des traitements de remodelage les plus efficaces sur le marché.

Sa formule unique est un puissant mélange d'extraits de plantes, caféine, huiles essentielles, extraits d'algues et agents thermiques (chaud et froid). Cette combinaison cible spécifiquement les cellules graisseuses, améliore l'apparence de la cellulite et favorise la perte de poids tout en gardant la peau ferme et tonifiée.

De plus, ce traitement contribue à soulager les jambes lourdes grâce à ses propriétés anti-inflammatoires.

Cet enveloppement amincissant offre des bienfaits remarquables, faisant de lui un soin «tout-en-un» qui procure une expérience exceptionnelle. Les résultats sont visibles dès la première séance. La silhouette est redéfinie et la peau embellie.



Retrouvez un effet de légèreté sur l'ensemble de votre corps.

2- LE BODY DRAIN BY FACIOLOGY



Le Body Drain consiste en l'application d'un ensemble de techniques globales manuelles à visées drainantes, stimulantes et sculptantes par l'intermédiaire des fascias périphériques des membres inférieurs, des fascias digestifs du ventre et des bras.

OBJECTIFS DU BODY DRAIN :

- Amélioration jambes lourdes par le drainage superficiel lymphatique et veineux.
- Amélioration du transit et des ballonnements.
- Amélioration de la fonction posturale et relâchement des lombaires.
- Effet sculptant.
- Chez les sportifs : détente et essorage musculaires.
- Chez les femmes enceintes : drainage des jambes lourdes.
- Boost immunitaire.

3- LE SOIN TURBINADA (à partir de Juin)

Turbinada, le rituel bien-être d'excellence

Originaire du Brésil, le Turbinada est devenu un incontournable pour les adeptes de bien-être et d'harmonie corporelle.

Ce remodelage manuel unique 100% naturel associe plusieurs techniques de massage en une même séance : drainage lymphatique, palper-rouler et utilisation d'accessoires tels qu'une ventouse et un rouleau de massage pour une action ciblée sur la cellulite.

Amincissant, stimulant, drainant, raffermissant, le Turbinada oxygène les tissus, facilite le drainage lymphatique naturel du corps et agit sur le relâchement cutané tout en stimulant le renouvellement cellulaire.



LES PACKAGES DE L'ÉTÉ

Cet été, offrez-vous encore plus de moments beauté : découvrez mes packages estivaux où chaque soin se complète à la perfection pour que vous sentiez encore plus belle.

POUR UN CORPS PARFAIT

- Body Drain
- Enveloppement minceur 1 zone au choix

Tarif : 160€ Durée : 1h30

POUR UN TEINT ÉCLATANT

- Massage du visage FACE GLOW 1 heure
- Bronzage sans UV visage

Tarif : 100€ Durée : 1h

POUR UN REGARD RENVERSANT

- Restructuration sourcils " Brow Bomber"
- Teinture des cils
- Soins contour des yeux

Tarif : 80€ Durée : 1h

POUR METTRE EN VALEUR VOS NU-PIEDS

- Soins des pieds "Collagen Socks" & Massage
- Pose de vernis semi-permanent

Tarif : 60€ Durée : 45 min

FIXEZ VOS RENDEZ-VOUS PAR SMS AU 06.12.08.02.92

LES CARTES CADEAUX À OFFRIR POUR LA FÊTE DES MÈRES

Il n'est pas toujours facile de trouver le cadeau parfait à offrir à votre maman pour la fête des mères. Et si je vous faisais une petite sélection ...



À OFFRIR À UNE MAMAN FATIGUÉE

Un massage du haut du corps. Head spa, face glow ou l'évasion relaxante au choix...Des soins uniques en Bretagne et que toutes les femmes adorent ! Déclinable en version 30 min, 1 heure ou 1h30, ces massages soulagent les tensions musculaires et offre un moment de pure détente pour retrouver toute son énergie .

30min : 60€ 1h00 : 100€ 1h30 : 140€

À OFFRIR À UNE MAMAN QUE VOUS NE VOYEZ PAS SOUVENT

Un massage corps pour transformer un simple soin en un moment de détente incroyable. Choisissez la durée et offrez lui bien plus que le temps d'un massage : vous lui créer un moment inoubliable et elle n'aura qu'une envie, recommencer !

30min : 70€ / 1h00 : 110€ / 1h30 : 150€



À OFFRIR À UNE MAMAN QUI N'A JAMAIS LE TEMPS DE S'OCCUPER D'ELLE

Une cure de 5 soins + 1 offert valable 6 mois pour qu'elle prenne un peu de temps pour elle pendant quelques mois. Soins du visage ou du corps nous choisirons avec elle en fonction de ses envies.

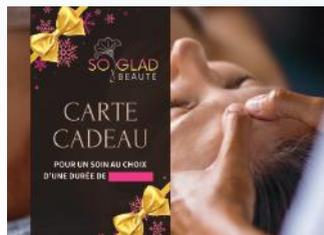
à partir de 300 euros.



Tous les autres soins de ma carte de prestations se déclinent aussi en cartes cadeaux.

Découvrez-les sur mon site internet.

www.kalendes.com/site/soglad



LA PARFUMERIE ORIGINALE

AFRO-BRETONNE CHIC ET COLORÉE...

Vous y trouverez des parfums de qualité pour hommes et femmes accessibles à tous !
Des senteurs incroyables avec une tenue exceptionnelle.

Nos parfums sont fabriqués artisanalement à Saint-Césaire proche de la ville de Grasse
avec des produits Français.

VENEZ DÉCOUVRIR NOS PARFUMS ACIGNOLAIS & ACIGNOLAISE !

Nous vous offrons des échantillons pour tester avant d'acheter.



Une gamme de bijoux à parfumer en acier inoxydable,
Des accessoires beauté fabriqués artisanalement en Bretagne & Sénégal.

Des coffrets et des idées cadeaux originales !





**SUMMER
LIFE STYLE**

DÉCONNECTEZ !

OFFREZ-VOUS UNE VRAIE PAUSE CET ÉTÉ



Avez-vous remarqué que votre téléphone est devenu comme une extension de votre bras. Entre les mails qui n'en finissent pas, les réseaux sociaux qui vous happent et les groupes WhatsApp qui s'affolent... Il est parfois difficile de décrocher. Mais l'été est là, et c'est le moment parfait pour souffler un peu et lever le nez de votre écran.

POURQUOI EST-CE LE BON MOMENT ?

L'été, c'est simple, tout vous pousse à sortir : les journées sont plus longues, il fait beau, les terrasses vous font de l'œil... C'est la saison idéale pour se libérer en douceur de cette dépendance numérique qui vous suit toute l'année. Bref, c'est LE moment pour tester une petite cure de détox digitale !

COMMENCEZ DOUCEMENT...

Pas de panique, personne ne vous demande de jeter votre téléphone à la mer ! L'idée, c'est de commencer petit à petit. Par exemple, le matin, au lieu de vous jeter sur votre téléphone dès le réveil, pourquoi ne pas prendre le temps de boire votre café tranquille ?

Vous verrez, ça change tout de commencer votre journée sans un shoot de dopamine numérique ! Ces quelques minutes de calme vous permettront de vous connecter avec vous-même, de définir vos priorités et d'aborder votre journée avec plus de sérénité.

QUELQUES ASTUCES QUI MARCHENT VRAIMENT

- Mettez votre téléphone en mode silencieux pendant les repas et pendant les moments en famille ou avec des amis.
- Laissez-le dans une autre pièce quand vous dormez (oui, il survivra sans vous).
- Désactivez les notifications qui vous stressent pour rien.

LES BONS CÔTÉS QUE VOUS REMARQUEREZ VITE

- Votre sommeil est plus réparateur (moins de cortisol le soir = nuits plus paisibles).
- Votre peau vous dit merci (moins de lumière bleue = meilleure mine).
- Vous profitez vraiment des moments avec les autres.
- Votre estime de vous-même s'améliore (exit la comparaison constante sur les réseaux).



ET POUR LE BOULOT ?

Ok, vous ne pouvez pas toujours tout couper. Mais vous pouvez prévenir : "je consulte mes mails deux fois par jour" ou "je ne suis pas disponible après 18h". Et vous savez quoi ?

Le monde continue de tourner !

LES PETITS PLUS BEAUTÉ

Et puis moins d'écrans, c'est aussi moins de rides d'expression ! Sans parler de tout ce temps gagné, qui va se transformer en temps pour prendre soin de vous : un masque visage, un automassage en appliquant votre huile corporelle, une balade en respirant en pleine conscience... Autant de petits rituels beauté qui vous reconnectent à l'essentiel : vous-même.



DES IDÉES POUR VOUS OCCUPER AUTREMENT

- Ressortez les jeux de société (si, si, c'est encore plus drôle qu'avant !)
- Lisez un bon bouquin à la plage (un vrai, en papier !)
- Faites des photos avec un appareil jetable (ça fait des souvenirs sympas un brin vintage)
- Écrivez des cartes postales (vos amis vont adorer).

LE CONSEIL POUR RÉUSSIR VOTRE DÉTOX DIGITALE

Allez-y progressivement ! Commencez par une heure sans téléphone, puis une matinée...

Vous verrez, c'est comme le sport : au début vous râlez un peu, et puis vous y prenez goût !

Êtes-vous prête à faire une détox digitale ? Et si elle commençait par un soin au studio beauté ? Pendant que je m'occupe de vous, vous n'avez pas d'autre choix que de couper votre téléphone pour profiter de chaque instant entre mes mains !

VOUS PARTEZ EN VACANCES EN JUILLET ?

MES CONSEILS POUR PROLONGER VOS VACANCES !



Vous faites partie de la "team juillet" et vous voilà de retour au bureau alors que les stories Instagram de vos amies débordent de photos de plage... Un retour qui peut sembler bien précocé. Votre bronzage est encore parfait, vos souvenirs de vacances sont encore tout frais dans votre esprit, mais le réveil a déjà repris ses droits. Ne vous inquiétez pas, j'ai quelques secrets bien gardés pour prolonger cet état d'esprit vacances, même quand le bureau est vide en août.

CES PETITS MATINS QUI CHANGENT TOUT

Vous vous souvenez de ces réveils en douceur pendant les vacances ? Offrez-vous ce luxe, même en semaine. Pas question de traîner deux heures au lit, mais pourquoi ne pas garder ce petit rituel du café en terrasse ? Même 15 minutes suffisent pour commencer la journée avec le sourire. Installez-vous confortablement dans votre coin préféré, que ce soit un balcon ensoleillé ou près d'une fenêtre lumineuse. Savourez votre boisson chaude en prenant le temps d'observer la nature qui s'éveille doucement. Ces quelques minutes, rien qu'à vous, sont précieuses : elles donnent le ton de votre journée et prolongent subtilement cette sensation de liberté estivale.

JOURNÉE ESTIVALE AU BUREAU

Non, il ne s'agit pas de recréer une ambiance vacances au bureau, mais plutôt d'insuffler quelques touches de légèreté dans votre quotidien professionnel. Une playlist ensoleillée pendant votre trajet matinal, un petit cadre discret avec votre plus belle photo de vacances, ou cette délicieuse eau aromatisée qui vous rappelle vos pauses détente... Ces petits détails prolongeront un peu l'effet vacances.

LA PAUSE DÉJEUNER, VOTRE NOUVEAU MOMENT DÉTENTE

Exit le sandwich devant l'ordinateur ! L'été est encore là, alors profitez-en. Une salade en terrasse, un coin d'herbe dans le parc d'à côté, ou même ce petit banc au soleil... Ces moments sont précieux, ne les gâchez pas avec des "je n'ai pas le temps" !



LES SOIRÉES, ON GARDE LE RYTHME !

Qui a dit que les apéros entre amis étaient réservés aux vacances ? Les terrasses sont encore là, les soirées sont douces... Alors oui, demain il faut aller au bureau, mais un dîner dehors et une petite balade digestive, ça fait tellement de bien !



LES WEEK-ENDS, ÉVADEZ-VOUS !

Même sans partir loin, gardez cet esprit d'aventure. Un nouveau restaurant à tester, un petit marché pas encore exploré, une balade dans un quartier inconnu... Les micro-aventures, c'est le secret pour garder cette sensation de découverte si précieuse en vacances.

ET N'OUBLIEZ PAS...

Ne culpabilisez pas de vouloir garder ce rythme plus doux. L'été nous rappelle souvent l'essentiel : prendre le temps de vivre, tout simplement. Alors même si le bureau a repris ses droits, gardez ces petits moments qui vous font du bien.

Les vacances, c'est surtout dans la tête. Alors continuez à planifier vos prochaines escapades, gardez contact avec vos amis de l'été, et surtout, surtout, conservez ce petit sourire en coin qui dit "je sais profiter de la vie" !

LE BISSAP CAFÉ SOLIDAIRE !

Parce que la beauté passe aussi par le don, So Glad a créé son projet solidaire. Un lieu d'échange convivial où sont mis à disposition des boissons santé, bien-être.



C'EST UN MOMENT DE :

- Convivialité, Échange,
- Solidarité, Détente,
- Partage, Bienveillance...

LE PRINCIPE :

Venez vous détendre sur la terrasse ensoleillée en partageant une boisson réconfortante.

Échangez autour d'une boisson bien-être et découvrez les bienfaits des plantes Africaines.

Profitez d'un tarif libre, les bénéfices seront reversés à une association qui a du sens au SÉNÉGAL.



QUAND :

De Mai à mi Octobre selon la météo
Accès libre le Mercredi de 15h à 18h30.
Lundi, Mardi, Jeudi, Vendredi, samedi sur réservation.



EN BREF !

**8 à 10 places assises sur la terrasse
Vos dons seront reversés à la Pouponnière
de M'BOUR au SÉNÉGAL..
SOLIDARITÉ & PARTAGE !**



7 rue Pierre Croyal
35530 NOYAL SUR VILAINE
06 12 08 02 92
www.soglad.fr

HORAIRES D'ÉTÉ

lundi, mardi, jeudi, vendredi : 9H-18H30
Samedi : En fonction de la demande
Sur rendez-vous uniquement

TERRASSE BISSAP CAFÉ SOLIDAIRE

Selon météo mercredi de 15h à 18h30

FERMETURE ESTIVALE

Le studio sera fermé du 11 au 20 août



SUIVEZ-MOI

SUR INSTAGRAM



@soglad35

@sogladparfums

