MON MAG' BEAUTÉ

AROMA MASSAGES & BIEN-ÊTRE

MAI JUIN 2021



la plus belle des mamans



prenez soin
d'elle
Comme elle a pris

Dimanche 30 mai

Les cartes cadeaux bien-être







A l'institut ou sur <u>www.aroma-institut.fr</u>

EDITO



Je vous invite aujourd'hui à prendre soin de vous...

Mon métier est de vous apporter un moment d'évasion, de lâcher prise, au travers de différents massages...

Mais prendre soin de vous, c'est aussi utiliser de bons produits, avoir des résultats, et des conseils, au travers de soins du visage.

Comptez sur moi pour vous accompagner!

Sandra.

Magazine créé par BELLYST réseau d'instituts & spas

Propulsé par AROMA

Crédit photo : Istock +

Canva

Articles : Bellyst + Aroma

Tous droits réservés Reproduction interdite

Horaires d'ouverture

Du mardi au vendredi : 9H30-19H sur RDV

Samedi: 9H-17H sur RDV



Contact

02 32 24 28 14

Découvrez le site internet

www.aroma-institut.fr

Suivez-moi sur....







SOMMAIRE

- 03 EDITO
- **06** SHOPPING POUR LA PLUS BELLE DES MAMANS Toutes les idées cadeaux pour la fête des mères
- **07** CONCOURS

 Tentez de gagner un massage du dos et des bons
- **08** SPRING DÉTOX

 Tous les conseils pour réussir votre détox
- 09 LES 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 VOS RENDEZ-VOUS BEAUTÉ & BIEN-ÊTRE

Good Vibes Only



Ce soir, il m'a dit "Je t'aime". Je lui ai dit "je t'aime" en retour. Puis il a ajoute: 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



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 6 MOIS

Moins cher qu'un billet d'avion, un passeport pour la détente permettra à votre maman adorée de venir se faire masser tous les mois à l'institut pendant 6 mois.

Passeport pour la détente 400€

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

Un coffret bien-être

POUR QU'ELLE SOIT DETENDUE

1h de bien-être à l'institut aux senteurs raffinées. Un coffret composé 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 100 €

Un soin Eternity

POUR QU'ELLE RESTE JEUNE

Le 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 75€

Un massage

EN ATTENDANT BÉBÉ

Parce que dans quelques mois elle va donner la vie au plus merveilleux des bébés, elle a bien besoin de prendre soin d'elle. Notre massage prénatal est une ode à la détente créé spécialement pour toutes nos futures mamans à partir du second trimestre.

Massage en attendant bébé 75€



Une carte cadeau POUR QU'ELLE AIT LE CHOIX

Vous ne savez pas si elle préfèrerait un massage, ou un soin du visage? Offrez-lui un chèque cadeau et laissez-la décider.

Elle pourra l'utiliser sur l'ensemble de la carte de soin.

Carte cadeau à partir de 50 € www.aroma-institut.fr

Du 1er au 30 mai

L'heureuse gagnante C'EST VOUS!

A gagner:

1 massage du dos 1 bon Aroma de 10 € 3 bons Charlottt' o fleurs de 10€ 2 bons Charlott'o fleurs de 5 €



Chez AROMA:

Pour l'achat d'une valeur minimum de 50 € en produits Mansard ou en bon cadeau* www.aroma-institut.fr

ou

Vous êtes mères' veilleuses

www.aroma-msuuu.n

Remplissez un bulletin de participation chez Charlott'o fleurs

et/ou

chez Aroma et glissez-le dans l'urne.

Chez CHARLOTT'O FLEURS:

pour tout achat à partir de 25 €



3

Gagnez!

Le tirage au sort aura lieu le 30 mai 2021 chez Charlott'o fleurs Peut-être serez-vous

l'heureuse gagnante!

valable aussi sur les achats de carte cadeau en ligne à partir de 50€ Règlement complet du jeu disponible sur demande



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'aine. 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 guayuza est une plante à consommer en infusion qui nous arrive tout droit de l'équateur. Selon certains rapports scientifiques les feuilles de guayuza 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.





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.



Les actifs stars de nos sérums. 1 actif = un résultat. Découvrez le pouvoir des ingrédients des sérums sur votre peau.

En vente dans votre Institut

Aroma.

Pour restaurer l'épiderme LE COLLAGENE



Le collagène est la protéine à l'origine de la tonicité et de la fermeté de notre peau. Le Sérum Collagène Vital, riche en collagène hydrolysé, vous permet de restaurer et de lisser la peau.

Plus élastique, elle parait rajeunit. Idéal pour la zone de l'œil et de la bouche.

Sérum Collagène Vital 15ml LABORATOIRES MANSARD PARIS

Pour un coup d'éclat GINKGO BILOBA & GINSENG

C'est le tenseur coup d'éclat qui vous rend instantanément belle pour la journée ou la soirée. Ce sérum à haut pouvoir d'oxygénation et de nutrition défatigue le visage et améliore cernes, rides et couperose.

Très hydratant, il convient à tous les types de peaux.



Pour un coup de jeune AHA & VITAMINE E

Enrichi en glabridine associée au mûrier blanc, le Sérum Clarté Absolue offre une réponse efficace et naturelle aux problèmes de taches. Un effet jeunesse, tout en favorisant l'atténuation des taches cutanées. Restructure la barrière cutanée pour une hydratation intense.

<u>Sérum Clarté Absolue 15ml</u> LABORATOIRES MANSARD PARIS

Sérum Phyto Flash 100ml LABORATOIRES MANSARD PARIS

Pour le coté Repulpant L'ACIDE HYALURONIQUE

Formule ressourçante et gorgée en acide Hyaluronique, qui permet de maintenir le taux d'hydratation cutanée pour assurer un effet repulpant tout en hydratant durablement. La peau retrouve confort, souplesse et fraîcheur.

Sérum Hydratation Cellulaire 15ml LABORATOIRES MANSARD PARIS



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 les règles d'or et demandez conseil!

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 cutanée, 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 bêtacarotène 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.

by Bellyst



Il vient d'arriver!!

Teint Précision SPF 30. 40ml

Une protection globale face aux UVA, UVB et à la pollution

Plus qu'un simple produit teinté, la peau reste lisse.

Le capital jeunesse est préservé. Teinté mais sans effet de couvrance, ses pigments floutent les imperfections et apportent un teint lumineux sans défaut.

2 teintes disponibles.



Mon métier est de vous conseiller les produits les plus adaptés aux besoins de votre peau.

Avant tout achat demandez-moi conseil.

Crème Plein Vent. 50ml

C'est la crème « chouchou » en crème visage après solaire.

Répare et régénère la peau tout en conservant son capital jeunesse.

Haute concentration en thé chinois pour réduire les effets du rayonnement UV.

L'huile de germe de blé favorise la réparation de l'épiderme après l'exposition.

Le collagène stimule le derme et évite la perte de densité et de tonicité due au soleil.

Un véritable bouclier pour contrer les effets d'une exposition.

L'indispensable

PHYTO PURIFIANT

Nettoyage 3 en 1 avec cette lotion.

Sa formule douce maintient l'équilibre de votre peau, et permet l'obtention d'une peau nette et éclatante.

Pour toute la famille!





PRODUITS COSMÉTIQUES

La gamme de cosmétiques des Laboratoires Mansard Paris, répondra parfaitement à leur

Ligne complète disponible chez

Je me ferai un plaisir de vous



VOTRE AGENDA BEAUTÉ

DU 1 AU 30 MAI

On pense à la carte cadeau!

Qu' elle soit pour vous, ou pour offrir, pour l'achat d'une carte cadeau à partir de 50 €, vous serez inscrit automatiquement au jeu concours!

Faites- vous plaisir, et faites plaisir à vos proches!

EN MAI...

FAIS CE QU'IL TE PLAIT

Faites une pause, prenez un moment rien que pour vous atour d'un soin du visage.

Pourquoi ne pas en profiter pour découvrir ou re-découvrir le <u>Bio Visage</u> des Laboratoires Mansard?

JUIN

ESCALE EVASION DANS LE JARDIN DE TARAHO'I

Je vous propose un <u>massage évasion</u>, sur des notes coco et fleurs de tiaré... un massage de 50 min qui permettra détente et hydratation de votre peau.
Prenez vite RDV!



Uniquement sur rendez-vous du mardi au vendredi : 9H-19H Samedi : 9H-17H

Ce lieu est privatisé.