



CARTE DES SOINS

Prāṇa

SOINS HOLISTIQUES

PRÉSENTATION

Camille, artisan(e) du bien-être, je vous reçois dans un espace intime pour vous faire vivre une expérience unique et personnalisée.

Chaque soin visage que je vous propose est un moment suspendu, de partage et de reconnexion. J'accorde une attention particulière à l'écoute et à la personnalisation de **chaque rituel**, dans une démarche à la fois respectueuse et profondément humaine.

Une vision holistique et bienveillante pour une beauté qui commence à l'intérieur.



Prāna

Terme sanskrit qui signifie le souffle vital, l'énergie vitale.

En médecine indienne, cette énergie constitue notre bien-être physique, mental et spirituel.

Prāna m'a paru comme une évidence, incarnant parfaitement l'énergie que je souhaite transmettre à travers mes soins.

La médecine ayurvédique est très inspirante, cette médecine qui vise à rétablir l'équilibre de l'organisme en prenant l'individu dans sa globalité, de façon holistique.

C'est cette approche que je souhaite insuffler à travers mes rituels : une prise en charge complète, de A à Z, embrassant à la fois **le corps et l'esprit, le physique et le mental**, avec pour intention de vous offrir **ce nouveau souffle**.

Cette intention transparaît dans chaque geste, chaque instant dédié à **prendre soin de vous.**

Je puise mon inspiration dans la nature et ses trésors : **les plantes, les argiles, les pierres et toute la cosmétique naturelle,** pour offrir des soins qui respectent votre peau et notre environnement.

J'intègre également des outils ancestraux et l'éveil des cinq sens pour créer une expérience profondément holistique et immersive.

Je laisse une part de mystère et de découverte que je réserve pour notre rendez-vous ...



Rituel Prāna

2h - 180€

Une expérience unique et personnalisée.

Plus qu'un soin visage, le **rituel Prāna** est un voyage sensoriel, un moment hors du temps, créé sur mesure pour répondre aux besoins spécifiques de votre peau et de votre esprit.





Ce voyage commence par un moment d'échange pour comprendre vos attentes, vos habitudes et vos ressentis.

Puis confortablement installée et enveloppée dans un cocon chaleureux, le soin débute par une phase de respiration et d'éveil sonore. Suivi d'étirements doux pour relâcher les tensions.

Enfin les textures, le toucher et les senteurs se succèdent éveillant vos sens et sublimant votre peau. Double nettoyage, infusion de peau, gommage, massage, masque... tout est personnalisé afin de créer votre propre rituel.

Chaque détail est pensé pour votre confort et votre bien-être, jusqu'au réveil tout en douceur qui clôture ce rituel enchanteur.

Alchimie parfaite entre soin, détente et reconnexion à soi.

Ce soin intègre un temps d'installation et de reconnexion, accompagné d'une tisane

Rituel Pitta

1h30 - 130€

Apaiser - Calmer - Rafraîchir

Ce soin visage est conçu pour calmer, rafraîchir et rééquilibrer le feu intérieur, le rituel Pitta est une invitation à ralentir.

Ce voyage commence par un moment d'échange pour comprendre vos attentes, vos habitudes et vos ressentis.

Confortablement installée, le rituel débute par une phase de respiration profonde, d'un éveil sonore, suivi d'un massage crânien pour vous inviter à ralentir.

Enfin le soin mêle techniques douces comme le drainage aux pinceaux, le massage à la pulpe d'aloë vera et la fraîcheur du masque pour calmer, hydrater et offrir une sensation de fraîcheur et de légèreté.

Chaque geste est pensé pour vous apaiser, jusqu'à la clôture, tout en douceur avec le rebozo et le réveil sonore.

Un cocon de fraîcheur et de calme, pensé pour apaiser le corps et l'esprit.

Ce soin intègre un temps d'installation et de reconnexion, accompagné d'une tisane

Rituel Vata

1h30 - 130€

Nourrir - Réconforter - Chaleur

Ce soin visage vise à nourrir et reconforter la peau.

Un temps suspendu, pensé pour vous envelopper et vous ancrer.

Ce voyage commence par un moment d'échange pour comprendre vos attentes, vos habitudes et vos ressentis.

Une fois installée sur le lit de soin, la phase de respiration s'accompagne d'un rituel sonore et olfactif, suivi de bougies auriculaires, qui diffusent une chaleur bienfaisante et invitent à l'introspection.

Le soin visage commence par un nettoyage à l'huile et d'une douce méthode le "honey taping" avec le miel pour réparer et revitaliser la peau, s'ensuit le massage aux pochons de plantes. Un masque nourrissant est ensuite appliqué, tandis qu'un massage des pieds à l'huile chaude prolonge la détente.

Le rituel s'achève avec l'enveloppement rebozo et un doux réveil sonore au koshi.

Une véritable parenthèse de réconfort et de chaleur.

Ce soin intègre un temps d'installation et de reconnexion, accompagné d'une tisane

Rituel Kapha

1h30 - 130€

Equilibrer - Détoxifier - Purifier

**Ce soin visage détoxifie et réveille la confiance en soi,
le rituel Kapha invite à l'équilibre et à la purification.**

Ce voyage commence par un moment d'échange pour comprendre vos attentes, vos habitudes et vos ressentis.

Confortablement installé, la phase de respiration s'accompagne d'un rituel sonore et olfactif, suivi d'un massage du ventre avec le Kansa Wand pour relâcher les tensions, stimuler la digestion et apaiser le système nerveux.

Le soin commence par un double nettoyage, suivi d'un gommage doux et délicat. S'ensuit le massage du visage avec le Kansa Wand, reconnu pour ses propriétés détoxifiantes et pour aider à éliminer les toxines et d'un masque à l'argile et poudre de plante.

Le rituel s'achève avec l'enveloppement rebozo et un doux éveil sonore au koshi.

Un souffle de pureté et de confiance en soi.

Ce soin intègre un temps d'installation et de reconnexion, accompagné d'une tisane



Rituel Pochons & Gua sha

1h30 - 130€

Drainer - Sculpter - Glow

Véritable voyage sensoriel

Ce massage, mêlant la chaleur et la douceur des pochons de plantes associé à la précision et la fraîcheur des outils en pierre, transporte les sens et revitalise votre peau.

Chaque geste détoxifie, hydrate et réveille l'éclat du teint, tout en libérant les tensions musculaires et en travaillant les rides avec délicatesse.



La nature et la technicité s'unissent pour sublimer et apaiser.

Ce soin intègre un temps d'installation et de reconnexion, accompagné d'une tisane

Rituel Crânien

1h10 - 90€

Harmonie - Lâcher prise - Enveloppant

Une expérience unique où les tensions s'effacent et l'esprit s'apaise

Plongez dans un moment de détente profonde avec ce massage global de la tête, des épaules et de la nuque. Des gestes précis et enveloppants, mêlés à l'énergie subtile d'outils beauté : gua sha, mushrooms, peigne et brosse.



Ce rituel invite à ralentir et relâcher profondément.

Ce soin intègre un temps d'installation et de reconnexion, accompagné d'une tisane

PROCHAINEMENT



Kobido

Art ancestral japonais, à la fois subtil à la fois profond, il agit sur les plans énergétiques, nerveux et lymphatiques.



Consultation naturo beauté

Prendre soin de vous, de votre peau et être accompagnée dans vos habitudes de vie grâce à la phyto-esthétique.

Carte cadeau

Offrez une parenthèse, un instant de bien-être.



Un cadeau idéal pour célébrer une occasion spéciale ou simplement pour dire "prend soin de toi".

Validité : 6 mois à compter de la date d'achat.

Personnalisable : Choisissez un rituel ou un montant et laissez votre proche trouver celui qui lui correspond le mieux.

Chaque carte cadeau est une invitation à s'évader du quotidien et à vivre une expérience profondément ressourçante.

Pour commander : 06.08.99.37.54





LE LIEU

**Je vous reçois tous les lundi de 10h à 20h
chez Anyma bien-être**

Dans un écrin de verdure, ce lieu est propice au
relâchement.

**La Guérivière
44580 – Villeneuve-en-Retz (40 km de Nantes)**

Prise de rendez-vous au 06.08.99.37.54



Prāna, dédié au bien-être féminin