

MON MAG' BEAUTÉ

BY L'INSTITUT LES 5 SENS

NOVEMBRE DÉCEMBRE 2021



A hand with gold and silver bracelets is shown at the top, dropping a stream of gold star-shaped confetti into another hand held open at the bottom. The background is a soft, light pink color. The entire scene is framed by a white border.

**SAUPOUDREZ
VOTRE NOËL
DE BEAUTÉ**



Institut de Beauté

10 RUE DES ALLIÉS
68130 ALTKIRCH
0389886523

HORAIRES D'OUVERTURE:

LUNDI, JEUDI, VENDREDI: 9H / 18H30
MARDI: 9H / 19H30
MERCREDI, SAMEDI : 8H30 / 13H30

DÉCOUVREZ NOTRE SITE INTERNET

WWW.INSTITUTLESCINQSENS.FR

SUIVEZ NOUS SUR ...



Magazine créé par BELLYST
réseau d'instituts & spas

Crédits photos

Istock , Unsplash

Texte et mise en page Rebecca Metzger

Tous droits réservés

Reproduction interdite

EDITO

Mes petits lutins de Noël m'ont dit que tout le monde était très stressé cette année. Pas de panique l'institut

Les 5 SENS vous promet des fêtes de fin d'année placées sous le signe de la beauté et de la détente.

Vous trouverez dans ce sublime institut, des idées cadeaux renversantes, des soins du visage pour que vous soyez éclatante et des massages qui vous feront oublier tout ce qui a pu se passer en 2021.

Quant à moi, après un massage le 24 décembre, je serai fin prêt pour distribuer tous les cadeaux que vous aurez achetés. La nuit sera longue, alors n'oubliez pas de me laisser quelques friandises au pied du sapin. La veille de Noël est le seul jour de l'année où la mère Noël ne peut pas surveiller ce que je mange.

OH OH OH !

Joyeuses fêtes à tous,

Le père Noël





SOMMAIRE

03. EDITO

07. CONNAISEZ VOUS LA MÉTHODE RENATA?

08. SUBLIME POUR LES FÊTES

09. DES COFFRETS DE RÊVE

10. PETITES ATTENTIONS POUR UN GRAND NOËL

12. OFFREZ-VOUS UNE PEAU ÉCLATANTE À NOËL

14. COMMENT APPLIQUER SON ROUGE À LÈVRES
"GREEN COUTURE, maquillage naturel"

16. PROFITEZ PLEINEMENT DE VOTRE MASSAGE

17. UN SPA À LA MAISON

18. LE NOËL DES ENFANTS

19. DATES A RETENIR



LA PLUS BELLE DES ATTENTIONS

LA CARTE CADEAU

LES 5 SENS

une autre façon de dire

JE PRENDS SOIN DE TOI

Nos **cartes cadeaux** beauté & bien-être
sont disponibles à l'institut
ou 7/7 sur notre site internet



Institut de Beauté

MÉTHODE

RENATA FRANÇA

Suivez-nous sur Instagram

www.instagram.com/renata_les5sens



CONNAISSEZ VOUS CETTE MÉTHODE?

Vous suivez de temps en temps le réseau social INSTAGRAM, vous en avez déjà entendu parler dans un magazine, Renata França une méthode en vogue chez les stars et les influenceurs.

Lisez notre article, et découvrez nos deux nouvelles prestations créées par une grande dame brésilienne.

DES MASSAGES AUX RÉSULTATS IMMÉDIATS !

DRAINAGE LYMPHATIQUE

Camille prodigue le drainage lymphatique manuel, il stimule manuellement la lymphe. Il élimine toxines et rétention d'eau, casse et prévient la cellulite.

C'est la promesse d'un corps moins gonflé et d'une sensation de légèreté. Il nettoie, régénère l'organisme, accélère la cicatrisation et diminue les risques d'infection.

Le Drainage Lymphatique de la méthode Renata França dont Camille est diplômé est complètement différent des autres drainage du marché. Avec une pression ferme et un rythme plus rapide, les pompages et les manoeuvres exclusives font que la méthode se distingue avec des résultats impressionnants et immédiats.

REMODELAGE

Le Remodelage est une technique de massage manuel dont la principale caractéristique est l'application de mouvements rigoureux, rapides et fermes sur tout le corps.

Ce massage a des résultats surprenants, car il a été conçu pour modeler les adipocytes, c'est à dire déplacer les graisses aux bons endroits et , par conséquent, donner plus de contour au corps.

Une silhouette plus raffinée.



**ENEZ DÉCOUVRIR
CETTE NOUVELLE PRESTATION
AU SEIN DE VOTRE INSTITUT**

SUBLIME POUR LES FÊTES

Les fêtes sont l'occasion parfaite d'oser être encore plus belle.
Nous vous avons sélectionné 4 prestations à faire dans notre institut
pour que cette fin d'année rime avec beauté.



Du 6 au 11 DÉCEMBRE

Charmez le père Noël avec un regard renversant

Venez sublimer votre regard avec un Lash Botox ou
une pose cils à cils un effet naturel garanti.
Votre épilation sourcils vous sera offerte !

Jusqu'au 20 DÉCEMBRE

**Se maquiller comme une pro, et être la star
de la soirée,**

**Dès 59,00 € d'achat de produits de
maquillage, nous vous offrons une leçon de
maquillage.**



Du 18 au 24 DÉCEMBRE

Ouvrez vos cadeaux avec des mains parfaites

Pour l'occasion, venez découvrir le vernis GREEN
FLASH, un vernis semi-permanent qui va sublimer vos
ongles pendant 10 jours et qui se retire au dissolvant
GREEN. Il respecte votre santé et la planète.



Du 15 au 27 NOVEMBRE

Le soin magique pour un teint éclatant

**Vous avez rendez-vous pour un massage 1H00,
on vous offre 10,00 € sur votre soin visage solution
beauté éclat .**



DES COFFRETS DE RÊVE

Tous les ans, vous les attendez avec impatience...Les coffrets de Noël sont arrivés !
Chacun de ces coffrets révélera votre beauté et offrira à votre peau tout ce dont elle a besoin
pour traverser l'hiver en beauté.

Pur moment à la française

COFFRET SOMPTUEUX

Le coffret que vous allez toutes vous arracher !

Les bienfaits du caviar dans un coffret de prestige pour
un regard frais et une peau revitalisée.

Pour l'achat de LA CRÈME, LE REGARD offert!

Prix : 139,50 €



Il était une fois ...

RÉPONSE DÉLICATE

Envie de vous sentir comme dans un Cocon ? Ce
coffret est fait pour vous !

Dédiée aux peaux sensibles et réactives.

Pour l'achat de la Sensi-Age, le Sens-Mask offert.

Prix : 65,00 €

Il était une fois ...

RÉPONSE CORRECTIVE

Stop aux rides!

Inspirée de la médecine esthétique pour la correction
des rides.

Pour l'achat de notre produit coup de coeur

Night Reveal 10, la crème Hyaluronic Perf offerte.

Prix : 74,00 €



EDITION LIMITÉE

COFFRET CRÈME ABEILLE

Une peau nourrie et plus confortable.

Un soin à la GELÉE ROYALE, régénérant et revitalisant
qui aide à améliorer les fonctions naturelles de la peau et
les échanges cellulaires.

Prix : 90,00 €

TOUS LES COFFRETS SONT DES ÉDITIONS LIMITÉES

Contactez-nous vite pour réserver le coffret que vous préférez.

Vous ne savez pas lequel choisir, mais vous voulez profiter de leurs tarifs
exceptionnels. Lors de votre visite, nous vous conseillerons le coffret qui
complera votre peau en fonction de ses besoins.

PETITES ATTENTIONS POUR UN GRAND NOËL

Faire plaisir avec un petit budget c'est possible à l'institut
Les 5 SENS

Découvrez notre sélection de cadeau à moins de 20€.

LES BOMBES DE BAIN

Elles pétillent, moussent et parfument l'eau du bain.
Tous les ans elles font fureur !
les bombes de bain existent en 8 parfums et peuvent
s'offrir seule ou entrer dans la composition d'un coffret
sur-mesure.

Petite: 6,90 €

Grande: 9,00 €

pour

LES COFFRETS BAUMES À LÈVRES PARFUMÉS

A offrir à la Saint Nicolas, ou a mettre au pied du sapin.
Ils renferment des produits vegan et naturel.

Trouvez le bonheur des grands et des petits

Différents coffrets disponibles

Coffret Duo: 12,00 €

i n u w e t ●
VEGAN POETIC BEAUTY

LES TRIPLE CUPCAKES PARFUMÉS

Des petites mignoneries gourmandes qui
ne se mangent pas !

Des soins subtilement parfumés laissant la
peau souple, douce et parfaitement hydratée.

8,00 €

*Autour
du Bain*

NOS BOUGIES PARFUMÉES

Des parfums délicats, +/-40H heures de
combustion, les bougies parfumées font
toujours plaisir.

Plusieurs parfums au choix

16,50 €



L'incontournable

LA CARTE CADEAU LES 5 SENS

Pour faire plaisir tout simplement.

Choisissez votre montant, et laissez vos proches
déterminer s'ils préfèrent un soin, un massage
ou un produit de soin.

Carte cadeau à partir de 10€





"Noël c'est l'esprit de donner sans penser à obtenir. C'est le bonheur parce que nous voyons de la joie chez les gens. C'est s'oublier et trouver du temps pour les autres. C'est rejeter ce qui n'a pas de sens et mettre l'accent sur les vraies valeurs." Thomas S. Monson

OFFREZ-VOUS une peau éclatante à Noël



Les festivités de Noël vont bientôt commencer. Nous ne sommes qu'en novembre et pourtant il faut déjà y penser ! On sent déjà votre niveau de stress monter. Si vous voulez être resplendissante pour les réveillons, nous avons la solution. Grâce à nos soins, cette année, au lieu de vous entendre dire « tu as l'air fatigué » tout le monde vous dira « waouh tu es superbe, donne-moi ton secret ! »

Nuits courtes, abus d'alcool et nourriture trop riche, votre peau subit tous les ans les conséquences de ces excès. Anticipez en boostant les défenses de votre peau et prenez dès à présent un rendez-vous pour un soin du visage à l'institut.

Les résultats sont immédiats ! Dès que vous sortez de notre douillette cabine de soin, vous ne pourrez que constater que votre peau a déjà changé.

En complément de votre soin, vous repartirez avec votre prescription beauté et les produits dont vous aurez besoin pour que les résultats soient optimaux au moment des fêtes.

Quel soin me recommandez-vous ?

Nous le déterminerons ensemble lors de votre rendez-vous. Nos soins du visage s'adaptent en fonction des besoins de votre peau. Pour cela nous commençons toujours par un diagnostic précis et complet pour tout savoir sur vos habitudes de vie, votre routine beauté quotidienne et sur ce que vous aimerez comme résultats.

Devrais-je passer une heure dans la salle de bain matin et soir ?

Nous adaptons votre routine de soin en fonction du temps que vous voulez vous accorder. Cependant quelques étapes sont indispensables pour que votre peau se régénère et que vous obteniez cette peau saine et éclatante que vous désirez.



Y a-t-il d'autres choses que je devrais faire pour avoir une peau éclatante ?

Oui, pour encore plus de résultats, une hygiène de vie saine vous aidera dans votre quête de la peau parfaite. De petits efforts qui vous sembleront insignifiants quand vous verrez au fil des jours votre peau se transformer.

NOS CONSEILS :

Mangez des aliments riches en antioxydants

Votre alimentation a un effet sur l'éclat de votre peau. Les fruits et légumes contiennent de puissants antioxydants qui aident à protéger la peau des dommages cellulaires causés par les radicaux libres. Visez au moins 5 portions de fruits et légumes par jour et diversifiez les variétés au maximum car chacun a des propriétés intrinsèques.

Hydratez-vous de l'intérieur

Une bonne hydratation est directement liée à la régénération des cellules de la peau. Buvez des boissons non sucrées comme de l'eau (y compris pétillante ou infusée aux fruits) ou du thé.

Prenez un bol d'air

Été comme hiver sortez prendre l'air et profitez-en pour respirer profondément. Faire des balades au grand air oxygène vos cellules et chaque balade vous permet de faire le plein de Vitamine D.

Mais ne vous inquiétez pas, notre priorité est de prendre soin de vous et de révéler votre beauté naturelle. Nous vous donnerons tous nos meilleurs conseils lors de votre prochain rendez-vous.

PRENEZ RENDEZ-VOUS

En ligne 7/7 sur www.institutlescinqsens.fr

Par téléphone au 03.89.88.65.23

CARTE DE SOINS

Sélection des soins les plus plébiscités par nos clientes



RITUEL DE SAISON

Soin aromatique et nourrissant

Durée et prix : 60 minutes, 60,00 €



SOLUTION BEAUTÉ

Soin professionnel by MATIS
Adapté à chaque types de peaux

Durée et prix : 60 minutes, 75,00 €



CÉRÉMONIAL JAPONAIS

Soin relaxant aux propriétés antioxydants

Durée et prix : 60 minutes, 65,00 €



NEW
NEW
NEW
NEW

ARTIDECO

COMMENT APPLIQUER PARFAITEMENT son rouge à lèvres

green 
COUTURE
MAQUILLAGE NATUREL

Le rouge à lèvres est le produit de maquillage que l'on a forcément dans notre trousse. Il illumine notre visage et réhausse notre maquillage pour le finir en beauté.

Appliquez votre rouge à lèvres comme une pro grâce à nos conseils.

Astuce n°1

Après avoir appliqué votre rouge à lèvres, placez simplement votre index dans votre bouche, puis retirez-le. L'excès de rouge à lèvres se détachera sur votre doigt plutôt que sur vos dents.

Astuce n°2

Si votre rouge à lèvres se casse, il est facile de le réparer. Chauffez la partie cassée avec un briquet. Lorsqu'elle est un peu fondue, remettez-le dans le tube, faites-la pivoter vers le bas et placez-le au réfrigérateur 30 minutes.



green
COUTURE

Quel rouge à lèvres choisir ?

Choisir les couleurs et les textures des rouges à lèvres que vous glisserez dans votre trousse de maquillage n'est pas facile.

Demandez-nous conseil ou prenez rendez-vous pour un **cours d'auto-maquillage** et repartez avec le ou les rouges à lèvres qui vous iront à merveille, mais aussi avec tous nos meilleurs conseils en fonction de votre visage, de votre carnation et de vos lèvres.

Préparez vos lèvres : Vous n'allez quand même pas appliquer votre plus beau rouge sur des lèvres sèches et gercées? Commencez par un gommage doux des lèvres puis appliquez un baume nourrissant. Absorbent le surplus de matière pour éviter que votre rouge ne file. Vos lèvres sont maintenant prêtes à être mises en beauté.

Appliquez un peu d'anti-cernes ou à défaut un fond de teint fluide et appliquez-le sur vos lèvres. Cet apprêt donnera à votre rouge à lèvres une base lisse et uniforme afin qu'il ne migre pas dans les ridules. Cette étape n'est pas indispensable mais fonctionne très bien si vos lèvres sont hyper pigmentées ou striées.

Pour définir le contour naturel de vos lèvres et éviter que votre rouge à lèvres ne file, utilisez un crayon à lèvres pour délimiter et ourler parfaitement les contours de vos lèvres. Vous pouvez remplir l'intérieur des lèvres au crayon, cette astuce aidera à la tenue du rouge à lèvres.

Passons maintenant à l'application du rouge à lèvres. Il n'y a pas de vraies règles pour appliquer votre rouge. Envie de précision, le pinceau à lèvres sera votre meilleur allié. Mais si vous préférez l'appliquer directement avec le tube ne vous en privez pas. Une fois que votre rouge est appliqué, estompez la matière avec un mouchoir en papier, puis appliquez une seconde couche.

Pour une bouche sexy et glamour, appliquez un gloss un peu plus clair que le ton de votre rouge au centre de vos lèvres.

PROFITEZ PLEINEMENT de votre massage

Peut-être qu'au pied du sapin vous trouverez une carte cadeau pour profiter de nos massages. Nous vous donnons tous nos conseils pour que vous en tiriez le maximum de bénéfices et qu'après votre massage vous ayez oublié tout le stress de votre quotidien.

Parlez avant votre massage : faites-nous part de vos attentes. Remplissez notre questionnaire pour que nous ayons le maximum d'informations et que nous puissions construire un massage qui vous procure une détente absolue.

Arrêtez de penser. C'est sûrement la partie la plus difficile que l'on va vous demander. Il est souvent difficile de lâcher prise et d'éteindre son cerveau. C'est pour cela que nous commençons nos massages par quelques minutes de respiration guidée et que l'on vous demandera d'inspirer profondément par le nez et d'expirer par la bouche. Cela vous aidera à commencer le processus de relaxation et vous permettra généralement de sombrer plus facilement dans un état de relaxation profonde.

Laissez-vous aller. Si nous avons besoin de vous solliciter pour une manœuvre, nous vous le dirons. Le reste du temps, laissez votre corps se détendre profondément sous nos mains et n'essayez pas de nous accompagner lors des manœuvres de massage.

Évitez les bavardages. Fermez les yeux et laissez-vous bercer par la musique et par le pouvoir relaxant de nos mains. Cependant, si la pression de nos mains est trop forte ou que la musique vous déplaît, n'hésitez pas à en faire part à votre esthéticienne. N'oubliez pas que vous êtes là pour vous détendre.

À la fin du massage, prenez votre temps pour reprendre vos esprits, vous relever et vous rhabiller. Ne prévoyez pas non plus d'activités trop stressantes après votre rendez-vous.



Buvez beaucoup d'eau : Aidez votre corps à éliminer les toxines libérées pendant le massage en buvant non seulement un verre d'eau à la fin du soin, mais aussi dans les heures qui suivent.

Et nous gardons le meilleur pour la fin...

Planifiez votre prochain rendez-vous. L'un des meilleurs conseils que l'on puisse vous donner pour que vous fassiez de votre bien-être une priorité, c'est de prendre votre prochain rendez-vous. Un massage tous les mois, vous aidera à garder votre positivité, réduira efficacement votre stress ainsi que toutes les tensions qu'il peut engendrer.

**DÉCOUVREZ
NOS DIFFÉRENTS MASSAGES
sur www.institutlescinqsens.fr**



UN SPA À LA MAISON

Et si votre salle de bain devenait le prolongement de nos cabines de soin. Voici une sélection des huiles, gommages et crèmes qui vont vous aider à vous détendre les jours de stress et vous rendre plus belle au quotidien.



POUR UNE PEAU TOUTE DOUCE Le gommage du corps

♥ Shots Nature

Ce shot à usage unique s'applique 1 fois par semaine sur une peau humide frictionnez votre corps avec ce gommage au parfum 100% nature puis rincez jusqu'à ce qu'il ne reste plus aucune particule. 5,90 €

NUTRITION & ÉVASION Beurre Corporel

♥ Chantilly de Karité

Les beurres corporelles peuvent s'utiliser en soin quotidien pour nourrir les épidermes les plus secs ou en massage pour un moment de relaxation unique.

24,50€



L'INDISPENSABLE HYDRATATION

Le lait hydratant Après la douche

♥ Lait Corps Hydratant

Juste après la douche ou le bain, appliquez ce lait corporel pour apporter à votre peau tous les actifs protecteurs et hydratants dont elle a besoin au quotidien.

14,90€

LE NOËL DES ENFANTS

Cett année leur Noël sera résolument centré sur leur bien-être.
Des soins qui éveillent les sens par le jeu.
Chaque soin est irrésistiblement sensoriel, évocateur de rêve
et d'émotions.

MON PREMIER MASSAGE

Des papouilles pour vos bout'chou ! 30 minutes rien que pour
vos enfants, pour leur faire découvrir tous les bienfaits du
massage à travers un jeu des émotions;
A partir de 35 €

MON PREMIER SOIN DU VISAGE

Donnez-leur les bonnes habitudes pour prendre soin de leur
peau. Ce soin du visage est idéal pour que vos enfants
prennent conscience des gestes d'hygiène indispensables pour
qu'ils gardent longtemps leur teint de porcelaine.
A partir de 45€

MA PREMIERE MANUCURIE

Pour faire comme maman ! Un soin des mains et des ongles, un
super massage relaxant et une pose de vernis qui part à l'eau.
Vos petites princesses vont adorer ce cadeau.
A partir de 25€

DUO COMPLICE

Envie d'un soin du visage ou d' un massage corps,
profitez d'un moment de détente et de complicité dans une
même salle de soin spécialement équipée pour les duo.

Un moment unique avec la personne de votre choix (soeur,
frère, ami(e), maman, papa,....

- En souvenir une photo Polaroid.



Offrez leur un moment
de relaxation magique



DATES A RETENIR

FERMETURE EXCEPTIONNELLE

13 Novembre 2021

VACANCES D'HIVER

**Du 30 Décembre 2021
au 06 Janvier 2022 inclus**



Institut de Beauté

10 RUE DES ALLIÉS 68130 ALTKIRCH

03 89 88 65 23

WWW.INSTITUTLESCINQSENS.FR

PRISE DE RENDEZ-VOUS EN LIGNE
CARTE DES PRESTATIONS

SCANNEZ MOI

