



# th $\varepsilon$ - Poulette

Les derniers conseils et infos, chaque mois, avec Les Poulettes !



- Page 2 Rencontre avec Chrysalide
- Page 5 Les Noeuds Celtes
- Page 6 Célébrer l'Amour de Soi
- Page 7 Cartes de Saint-Valentin anglo-saxons
- Page 8 Le guide du quartz rose
- Page 9 Recette du mois: Saumon en croûte d'amandes
- Page 10 Zoom musical : Elioze



# Chrysalide

Je connais Aurélie depuis quelques années maintenant, et chaque fois que je suis chez elle dans son institue, c'est un vrai moment de détente et de bien-être. Aurélie se trouve à La Motte-Servolex en Savoie, et si tu veux un rendez-vous chez elle, prends de l'avance. Son carnet de rendez-vous est plein à craquer.

Aurélie, on se retrouve dans tes locaux esthétiques à La Motte-Servolex. Alors, raconte-moi un peu par rapport à l'Institut. Depuis combien de temps es-tu là ?

Ça va faire un an au mois de mai que je suis ici. J'ai cherché un local pendant un total de 4 ans. Je voulais éviter le centre-ville, je voulais impérativement un local en dehors de Chambéry Centre, où l'on peut se garer gratuitement et qui soit assez grand, et surtout, pas trop cher car je suis propriétaire, j'ai donc acheté les murs. Je voulais quelque chose dans mon budget.

Ok, et donc du coup, tu as tout déménagé ici depuis ton petit local à Saint-Alban-Leyse ?

Oui, j'ai tout déménagé ici et surtout ma clientèle m'a suivie.

C'est vrai que ta clientèle t'a été fidèle.

Oui, c'est vrai. J'ai vraiment tout emmené, et j'ai même agrandi car j'ai ajouté la prêt-à-porter. Je n'en avais pas, alors j'en ai profité pour en rajouter ici. Des tailles du 36 au 52. J'ai ramené l'onglerie, la dermopigmentation, j'ai même ajouté des prestations avec des collègues puisque j'ai Stacey qui vient faire l'épilation définitive, et c'est vrai que j'ai absolument toute ma clientèle qui m'a suivie.



Donc, tu dois être archi prise ?

C'est vrai que j'ai des délais de fou.

Comment tu as chopé le virus de l'onglerie ? Est-ce que c'était quelque chose qui t'avait toujours intéressée ?

Tu sais qu'à mes débuts, j'étais dans le médical. J'étais à l'hôpital ; étant donné que les ongles sont interdits, j'ai eu la frustration de ne pas pouvoir faire mes ongles. Je me suis dit que j'allais faire une formation, mais à la base, c'était juste pour moi, pour pouvoir faire mes ongles pendant les vacances, etc. Sauf qu'entre-temps, la famille m'a demandé, ainsi que les amis, et par la suite, ça s'est étendu, donc j'ai commencé à réduire mon temps de travail pour ne pas faire que ça, car je ne savais pas si ça allait vraiment marcher. Donc, j'ai arrêté mon temps de travail à l'hôpital petit à petit jusqu'au moment où j'ai totalement arrêté. C'était il y a 12 ans maintenant.



# Chrysalide

Allons parler un peu ongle... Moi, j'ai découvert ça il y a bientôt 2 ans. C'était pour mon mariage... Pour toi, ta couleur préférée pour les ongles ?

Je dirais le rouge. C'est une couleur indémodable le rouge. On peut la mettre toute l'année, aussi bien en été qu'en hiver. Les rouges, il y en a tellement. C'est vraiment une couleur intemporelle. Ça fait des années. Déjà nos grand-mères mettaient du rouge.

Quelle est la demande la plus dingue qu'on t'ait déjà faite ?

J'en connais une qui me demande beaucoup d'ongles à thèmes en fonction du moment. Je pense que c'est toi à vrai dire... Qui a osé se marier avec les têtes de mort sur les ongles? Il faut qu'on en parle...(fou rire generale)

Bon c'était Halloween... !

Quel conseil as-tu pour bien entretenir ses ongles entre deux rendez-vous ?

L'hydratation... Les cuticules. Faut crémér les mains et graisser les cuticules. Même avec une huile d'amandes douces, peu importe, pour bien hydrater. Hydratation, hydratation... On crême les mains.

Tu as une super crème des mains justement dans ta boutique ?

Oui, je vends la crème des mains de chez LPK.



TARIFS	
ONGLERIE	
Pose complète .....(avec rallongement)	45 Euros
Pose sur ongles naturels.....(gainage)	38 Euros
Vernis semi permanent.....	28 Euros
Dépose.....	10 Euros
Pieds.....	25 Euros
DERMOPIGMENTATIONS	
SOURCILS poudrés ou poil à poil ..	280 Euros
EYE LINER.....	250 Euros
BOUCHE full ou candy lips.....	250 Euros
Aréoles mammaires, cicatrices ou vergetures .....	sur devis
Pour chaque prestations de dermopigmentaion une retouche 1 mois après est comprise	
Soins REFRESKIN .....	120 Euros

Tu ne fais pas que des ongles ici ? Tu fais aussi la dermopigmentation. Raconte-moi un peu ce que c'est.

Je fais la dermo-esthétique et correctrice. En esthétique, c'est tout ce qui est maquillage permanent. Attention au mot permanent, c'est la loi qui nous oblige à dire permanent, mais ça tient 5 à 6 ans. Donc, c'est aussi bien des sourcils que de l'eyeliner, qu'un contour de lèvres, un dégradé, des choses comme ça, c'est esthétique. Et après, on a tout ce qui est correctrice, donc c'est tout ce qui est création de sourcil pour les personnes, par exemple, qui ont été sous chimio, qui ont tout perdu. Ça peut être refaire une lèvre suite à une fente labiale, ce qu'on appelle plus communément bec de lièvre. Ça peut être une création d'une aréole mammaire suite à un cancer. On vient travailler les cicatrices aussi, les vergetures, etc.

Oui, j'ai vu que c'est la nouvelle technique la correction des vergetures.

Oui, on vient piquer dans la vergeture pour booster le collagène, pour venir combler la vergeture et si elle est vraiment très claire comme une cicatrice, on peut venir la colorer de la même couleur que la peau.

# Chrysalide

Niveau bronzage ? Comment ça se passe au soleil ?

Alors, attention ! Si tu bronzes, ça fait effet zèbre. De toute façon, à partir du moment où on a un maquillage permanent, que ce soit esthétique ou correcteur, le soleil est à bannir

Ok ! Justement, par rapport à cette correction, tu es en lien avec l'hôpital ?

Oui, je suis en lien avec des oncologues, des chirurgiens esthétiques, et du coup, ils m'envoient ces personnes qui ont besoin. La socio-esthéticienne de l'hôpital en oncologie qui m'envoie les personnes pour les sourcils. Forcément avec la chimio, ça tombe. Donc, je les aide. Ça lie mon ancien métier et l'esthétique justement. La boucle est bouclée.

Il faut dire ce qui est. Aurélie est quelqu'un assez rentre-dedans. Elle mâche pas ses mots. C'est quelqu'un hyper honnête et c'est ce que j'apprécie énormément, mais par contre elle a un cœur énorme. Elle le montre vraiment en prenant soin des gens qui en ont vraiment besoin et elle leur rend leur confiance.

Bah, oui, il le faut. Il en faut des gens comme ça. Le cancer est une vraie épreuve. Pour une femme, et un homme, c'est un réel combat et je viens mettre un point final à leur combat. Pour qu'elles retrouvent un corps de femme et de nouveau aient confiance.

Chrysalide73

50 Rue des Allobroges

73290 La Motte Servolex

Tel: 07-83-43-41-59

<https://www.chrysalidedermopigmentation.fr>



C'est vraiment quelque chose que j'essaie de faire comprendre aux gens. L'esthétique, c'est pas quelque chose de superficiel. C'est vraiment de retrouver une confiance en soi, et que ce soit avec n'importe quoi d'ailleurs. Autant le maquillage que les ongles.

Oui, c'est physique et psychologique.

C'est vraiment une jolie démarche qui me tient à cœur.

Merci d'être toi Aurélie et venez la voir à La Motte-Servolex chez Chrysalide73. Une présentation juste parfaite et des vêtements magnifiques.



Quel est le pire cauchemar pour toi ?

L'hygiène... Sous certaines ongles, je trouve un peu de tout. Je sais ce qu'elles ont mangé, ce qu'elles ont fait... Je sais quand elles sont allées aux toilettes ! L'hygiène et les mycoses aux pieds...

Alors, pensez à bien nettoyer vos mains avant votre rendez-vous. Utilisez la petite brosse des ongles...

# Les Nœuds Celtes

## Connexion à la spiritualité avec ces symboles...

Les nœuds celtiques, avec leur complexité artistique et leurs motifs entrelacés, sont bien plus que de simples décorations. Chacun de ces nœuds porte en lui une signification symbolique profonde, reflétant l'héritage riche et complexe de la culture celte. Explorons quelques-uns de ces nœuds emblématiques et leurs significations.

### **Le Nœud d'Amour Éternel (Lover's Knot) :**

*Ce nœud représente l'union éternelle entre deux êtres. Il est caractérisé par deux entrelacements qui ne se croisent jamais, symbolisant la connexion ininterrompue et indissoluble entre deux âmes liées par l'amour.*



### **Le Nœud de Protection (Shield Knot) :**

*La première, la plus courante, est que les trois branches représentent l'Eau, la Terre et le Feu. Mais d'autres disent qu'il s'agit du Ciel, de la Terre et de l'Eau.*

*Le Triskell, avec ses courbes, est symbole de dynamisme, d'enthousiasme, contrairement aux croix figées. La rotation du triskell a une signification. Les branches d'un Triskell doivent toujours tourner dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, qui est le sens sacré (paix). Lorsque les branches d'un Triskell ne tournent pas dans ce sens-là, on dit que c'est signe de guerre ou de conflit (sens maléfique).*



### **Le Nœud de l'Arbre de Vie (Tree of Life Knot) :**

*Ce nœud célèbre la force et la croissance. Il est souvent représenté sous la forme d'un arbre dont les branches s'entrelacent, symbolisant la force, la stabilité et la connexion entre toutes les formes de vie.*



### **Le Nœud de la Croix Celtique (Celtic Cross Knot) :**

*Intégré dans les croix celtiques, ce nœud symbolise l'union du spirituel et du temporel. Il représente également la fusion de la culture celtique avec les enseignements chrétiens, marquant ainsi une période de transition dans l'histoire.*



### **Et enfin, celui qui nous intéresse le plus ;) :**

#### **Le Nœud de Trinité (Triquetra) :**

*Le Triquetra est l'un des nœuds celtiques les plus connus, caractérisé par trois points entrelacés. Il symbolise souvent la Sainte Trinité dans la tradition chrétienne (Père, Fils et Saint-Esprit), mais il trouve également des interprétations païennes telles que les cycles de la vie (naissance, vie et mort) ou les éléments naturels (terre, mer et ciel).*

*Il représente la nécessité de maintenir un équilibre entre le corps, l'esprit et l'âme pour atteindre une vie épanouissante et équilibrée. C'est un rappel constant de l'importance de prendre soin de chaque aspect de notre être et de cultiver une harmonie intérieure.*



**Chacun de ces nœuds celtiques raconte une histoire unique, portant en lui des siècles de traditions, de croyances et de valeurs celtes. Ces symboles, avec leurs significations profondes, continuent d'influencer l'art, la joaillerie et la culture contemporaine, perpétuant ainsi l'héritage fascinant des Celtes à travers le temps. Choisir ou arborer un nœud celtique n'est pas seulement une déclaration esthétique, mais aussi une manière de se connecter à un riche passé chargé de symbolisme et de mystère.**

# La Saint-Valentin en Solo. Célébrer l'Amour de Soi et l'Indépendance avec Style !

La Saint-Valentin, traditionnellement associée à la célébration de l'amour romantique, peut être tout aussi important pour ceux qui sont célibataires. Plutôt que de laisser cette journée dédiée à l'amour romantique passer inaperçue, pourquoi ne pas en faire une occasion pour célébrer l'amour de soi et l'indépendance ? Voici quelques idées pour une Saint-Valentin en solo mémorable.

## Spa à la Maison :



Parce que personne ne vous connaît mieux que vous ! Transformez votre salle de bain en un spa improvisé. Lancez-vous dans des masques faciaux qui vous feront ressembler à un super-héros bizarre et assurez-vous de chanter vos chansons préférées (fausses notes bienvenues).

## Dîner Gourmand pour Un :

Faites de cette soirée un festin gastronomique en préparant votre plat préféré ou en essayant une nouvelle recette. Mettez la table de manière élégante, allumez quelques bougies et savourez chaque bouchée en toute tranquillité.

**Séance de Cinéma à Domicile :** Créez votre propre cinéma à la maison en regardant vos films préférés ou en découvrant de nouveaux films. Préparez des collations délicieuses et créez une ambiance cinématographique avec des coussins et des couvertures confortables.



**Écriture et Réflexion :** Prenez un moment pour écrire dans un journal. Réfléchissez sur les aspects positifs de votre vie, vos objectifs et ce que vous appréciez chez vous-même. La Saint-Valentin peut être l'occasion parfaite pour cultiver la gratitude envers soi-même.



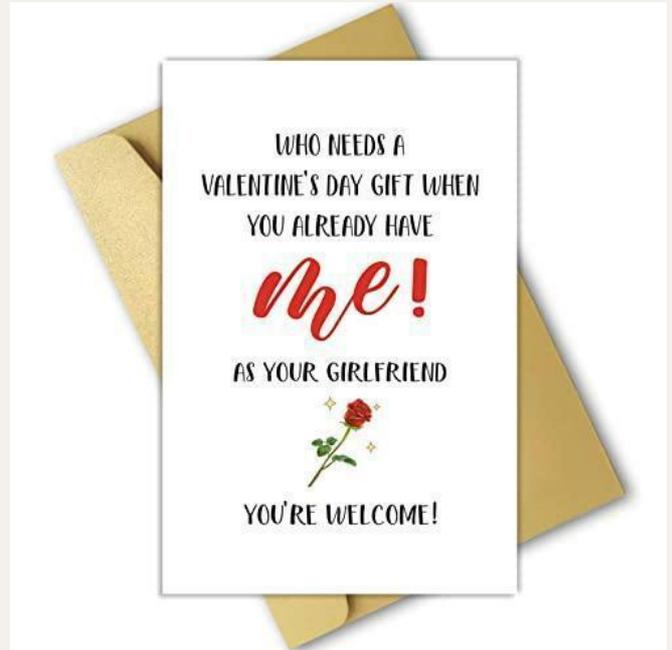
La Saint-Valentin en solo peut être une aventure épique pleine de rires et de folie. Transformez cette journée traditionnelle en un film romantique où vous êtes la star, le réalisateur, et le critique cinématographique. Parce qu'au fond, qui a besoin d'un partenaire quand on peut être le super-héros de sa propre histoire d'amour loufoque ? Alors, lancez-vous dans cette quête hilarante et célébrez l'amour de soi avec style et beaucoup de pop-corn !

# La Romance Éternelle des Cartes de Saint-Valentin anglo-saxons

Bienvenue dans un monde plein de charme, où l'amour se manifeste avec créativité grâce à des mots doux et des touches artistiques. On part ensemble à la découverte de l'histoire pleine de couleurs des cartes de Saint-Valentin au Royaume-Uni, une tradition qui a jalonné les saisons d'amour avec des petites œuvres d'art et des messages tendres.

Au XVIIIe siècle, l'Angleterre a vu naître une habitude amoureuse unique : les premières cartes de Saint-Valentin. Façonnées à la main, ces modestes œuvres d'art étaient les messagères des promesses sucrées de l'amour naissant, marquant ainsi le début d'une tradition qui a résisté à l'épreuve du temps.

De la Bonne Humeur à la Douceur : Plutôt que d'opter pour la gravité, les Britanniques ont injecté une dose d'humour dans leurs cartes de Saint-Valentin. Des messages espiègles et des illustrations comiques ont apporté une note légère à cette célébration de l'amour, démontrant ainsi que le rire et la tendresse peuvent fusionner de manière harmonieuse.



L'industrie des cartes de vœux a fleuri, métamorphosant la Saint-Valentin en une véritable fête artistique. Des cartes produites en série ont déferlé sur le marché, offrant aux amoureux une multitude de possibilités pour exprimer leur affection, élargissant ainsi le vocabulaire de l'amour.

Outre-Manche, l'échange anonyme de cartes de Saint-Valentin a ajouté une pincée d'intrigue à cette tradition. Recevoir des déclarations d'amour sans connaître l'expéditeur a créé une atmosphère mystérieuse, accentuant le charme de la romance à la britannique. À l'âge de 8 ans, j'ai moi-même reçu une carte immense. Ce n'est que des années plus tard que j'ai découvert que cette gigantesque carte venait de mon papa.

Ainsi, la coutume des cartes de Saint-Valentin à la britannique a évolué au fil des siècles, transformant chaque 14 février en une toile où l'amour est dépeint avec des touches de créativité, de mystère et de tendresse.

# Le guide du quartz rose pour trouver (ou perdre) l'amour : un manuel de lithothérapie romantique



Ah, l'amour ! Ce sentiment complexe qui peut nous transporter au sommet des cieux ou nous faire descendre dans les tréfonds des abysses émotionnelles. Pour ceux qui cherchent une approche alternative pour attirer Cupidon à leurs côtés (ou peut-être pour se prémunir contre une flèche indésirable), le guide du quartz rose est là pour vous guider à travers le labyrinthe capricieux de l'amour.

Le quartz rose, souvent appelé "la pierre de l'amour", est un cristal doux et apaisant, généralement teinté de nuances délicates de rose. En lithothérapie, cette pierre est censée émettre des vibrations qui favorisent l'amour, la compassion et l'harmonie relationnelle. Mais attention, ne vous attendez pas à ce qu'elle rédige des poèmes d'amour à votre place !

## ***Attraction romantique - Comment séduire avec le quartz rose***

Si vous êtes à la recherche de l'amour, placez stratégiquement le quartz rose dans votre vie. Portez-le en bijou, placez-le sous votre oreiller ou mettez-le dans votre poche. On dit que le quartz rose ouvre le chakra du cœur, créant ainsi une aura d'amour qui pourrait attirer des prétendants potentiels. Cependant, rappelez-vous que le quartz rose ne peut pas compenser une mauvaise hygiène personnelle ou un sens de l'humour discutable !



## ***Protection romantique - Comment éviter les relations toxiques avec le quartz rose***

Pour ceux qui ont déjà expérimenté les affres d'une rupture douloureuse, le quartz rose peut être votre allié. Il est censé éliminer les énergies négatives et favoriser la guérison émotionnelle. Placez-le sur votre cœur brisé, méditez avec lui ou créez un autel de guérison. Mais n'oubliez pas que même le quartz rose ne peut pas effacer les souvenirs embarrassants de votre ex sur les réseaux sociaux !



## ***Perdre l'amour - Comment rompre élégamment avec le quartz rose***

Parfois, l'amour doit prendre fin, et c'est là que le quartz rose peut également jouer un rôle. Utilisez-le pour émettre des ondes de douceur et de compréhension lors de la rupture. Offrez à votre ex-partenaire un morceau de quartz rose en signe de respect et de gratitude pour les leçons apprises. Mais n'oubliez pas que même le quartz rose ne peut pas rendre une rupture totalement indolore - surtout si vous faites cela dans un fast-food bondé un samedi soir !

## ***Les pépites de sagesse du quartz rose***

Le quartz rose peut être un compagnon intrigant dans le voyage chaotique de l'amour. Cependant, il est important de se rappeler que la lithothérapie romantique ne peut pas remplacer les véritables efforts personnels et la communication dans une relation. Alors, que vous cherchiez l'amour, que vous le perdiez ou que vous souhaitiez simplement ajouter une touche de romantisme ésotérique à votre vie, le quartz rose peut être votre complice - avec une pointe d'humour et une dose saine de réalisme !

# Célébrez la Saint-Valentin avec un Dîner Romantique à la Maison

## Saumon en croûte d'amandes avec sauce à l'orange et au miel



### Ingrédients

- 2 filets de saumon (environ 150g chacun)
- 1/2 tasse d'amandes effilées
- Sel et poivre noir, selon le goût
- 2 cuillères à soupe de miel
- Jus de 1 orange
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de gingembre frais râpé
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1 cuillère à soupe de persil frais haché (pour la garniture)
- Quartiers d'orange (pour la décoration)

Servez ce délicieux saumon en croûte d'amandes avec un accompagnement de riz sauvage, de purée de pommes de terre ou de légumes verts pour compléter le repas. Bon appétit !

Salut les amoureux ! Pour une Saint-Valentin chaleureuse à la maison, oublions les restos bondés. Optez plutôt pour un festin fait maison avec notre Saumon en Croûte d'Amandes et sa Sauce à l'Orange et au Miel. Un filet de saumon délicieusement croquant, subtilement sucré et acidulé. Prêt(e) à impressionner sans prise de tête ? Suivez-moi pour une soirée romantique sans tracas à la maison.



- Préchauffez le four à 200°C.
- Assaisonnez les filets de saumon avec du sel et du poivre selon votre goût.
- Dans une poêle, faites griller les amandes effilées à feu moyen jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées. Réservez.
- Dans un petit bol, mélangez le miel, le jus d'orange, la sauce soja, l'huile d'olive, le gingembre et l'ail pour préparer la sauce.
- Placez les filets de saumon sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.
- Badigeonnez les filets de saumon avec la moitié de la sauce à l'orange et au miel.
- Enrobez les filets de saumon avec les amandes grillées, en pressant légèrement pour qu'elles adhèrent.
- Cuisez au four préchauffé pendant environ 12-15 minutes, ou jusqu'à ce que le saumon soit cuit à votre goût.
- Pendant la cuisson du saumon, chauffez le reste de la sauce à feu doux dans une casserole jusqu'à ce qu'elle épaississe légèrement.
- Une fois le saumon cuit, servez-le avec la sauce à l'orange et au miel. Garnissez avec du persil frais haché et des quartiers d'orange pour une présentation élégante.

Nous avons connu Elodie grâce à notre ami Paul Banvillet, interviewé dans le thE Poulette du mois de septembre), et présent ce jour-là. Elle est toute jeune dans le monde de la musique, pour autant chante depuis très longtemps...à 31 ans, elle se lance dans l'aventure solo, avec sa guitare et sa voix si douce.

En avant pour son interview, autour, pour une fois, d'un café et d'un chocolat chaud (et d'une gaufre pour la plus gourmande des Poulettes) ! 

**Elodie, parle-nous de toi :**

C'est vaste ! J'ai 31 ans, je suis musicienne, je fais la guitare et le chant, et je compose mes petites chansons.

**Est-ce que tu fais 100% des compos ?**

J'ai commencé par faire des reprises, et là ça fait quelques mois que je commence à écrire mes propres compositions.

**Tu as toujours écrit ou c'est quelque chose qui t'est venu d'un coup ?**

C'est tout récent, ça m'est venu comme ça d'un coup à la fin de l'été dernier (2023), j'avais envie d'exorciser une mauvaise période.

**Ca fait combien de temps que tu fais de la musique ?**

Je chante depuis toute petite, je suis née en chantant ! Quand j'étais petite je mettais la cassette de Chantal Goya...(et là on a réclamé un extrait, mais Elodie a prétendu ne plus se rappeler des paroles...comme par hasard !)

**Donc c'est quelque chose qui a toujours été en toi finalement. C'est familial ?**

Non pas vraiment, mes parents ne chantent pas, ne sont pas musiciens.

**Tu es originaire de Chambéry ?**

Non pas du tout, de Roubaix !



**Qu'est-ce qui t'a fait atterrir ici ?**

J'ai beaucoup vadrouillé...dès que j'ai eu l'âge de partir du Nord je suis partie, je trouvais le temps déprimant.

**Mais les gens du Nord sont super accueillants. Poulette a une énorme envie d'y retourner ! Ca drache tout le temps...**

*Et là, petite aparté sur le temps printanier de ces derniers jours, où l'autre Poulette se vante d'avoir été en débardeur alors qu'elle est frileuse...et puis des histoires de gaufre...*

Du coup tu tournes beaucoup sur la région ?

Je tourne beaucoup sur Chambéry, mais je viens de démarrer le projet Elioze, donc je joue dans la rue, dans les bars principalement.

Tu as des choses de prévues dans les semaines à venir ?

Alors je serai à l'Archimalt la semaine prochaine (ouai, désolée, avant la sortie du magazine !) et j'essaie d'enregistrer mes petites chansons.

Tu as une voix très douce, très posée...c'est quoi tes influences ?

Alors Pomme ! (Petit regard complice et amusé avec Paul), Coeur de Plrate...les chanteuses avec leur petite guitare ou piano et voix...

Tu joues avec d'autres formations ou c'est juste toi et ta gratte ?

Non c'est toute seule.

*(je crois qu'on tient quand même une exclu...mais pour le moment on le garde sous silence !)*



Maintenant, place aux questions habituelles qui n'ont droit qu'à une réponse rapide d'un mot :

Un bruit/son que tu détestes : la mobylette

Un bruit/son que tu adores : les oiseaux

Le mot que tu détestes : putain

Un mot que tu aimes : résilience

Quelle profession aimerais-tu faire : médecin

Ton gros mot préféré : saperlipopette

Le gros mot que tu dis le plus souvent : merde

Quand tu arriveras aux portes du Paradis, qu'est-ce que tu voudrais qu'on te dise : Tu as fait de ton mieux



# Les Poulettes mais pas que...



Je ne suis pas seulement Laura... Je suis aussi Lady B in Her Boutique. J'ai trouvé Urban Retreat il y a 1 an. Ce sont des produits cosméceutiques de qualité et Made in France. Je suis tombée amoureuse et je voudrais que vous aussi. Nous sommes de retour finalement et en beauté avec des nouveautés à souhaits..

[https://instagram.com/lady\\_b\\_in\\_her\\_boutique](https://instagram.com/lady_b_in_her_boutique)

Je suis aussi Douce Reconnexion à Soi (sur facebook) : Soin énergétique (à distance), plus particulièrement le rééquilibrage énergétique et le soin du Triangle d'Or d'Isis. Créatrice de bijoux énergétiques pour que vous preniez soin de vous tout en vous mettant en valeur.

[https://instagram.com/camille\\_waldvogel](https://instagram.com/camille_waldvogel)



Retrouvez-nous tous les mercredi soirs,  
à 19h,  
pour un Apéro'Papote

On discute tous ensemble, autour d'un verre, sur un sujet prévu à l'avance (et souvent on s'écarte un peu !), ou parfois on improvise



## Le clin d'oeil des Poulettes

♥ Avantage Exclusif : -10% dès l'achat de 2 produits en présentation de ce bon! 📺

Célébre la saison de l'amour en chouchoutant ton autre moitié ou en te donnant l'amour que tu mérites à toi-même.. ✨

Happy Valentine's and be in love!

