

MON MAG' BEAUTÉ

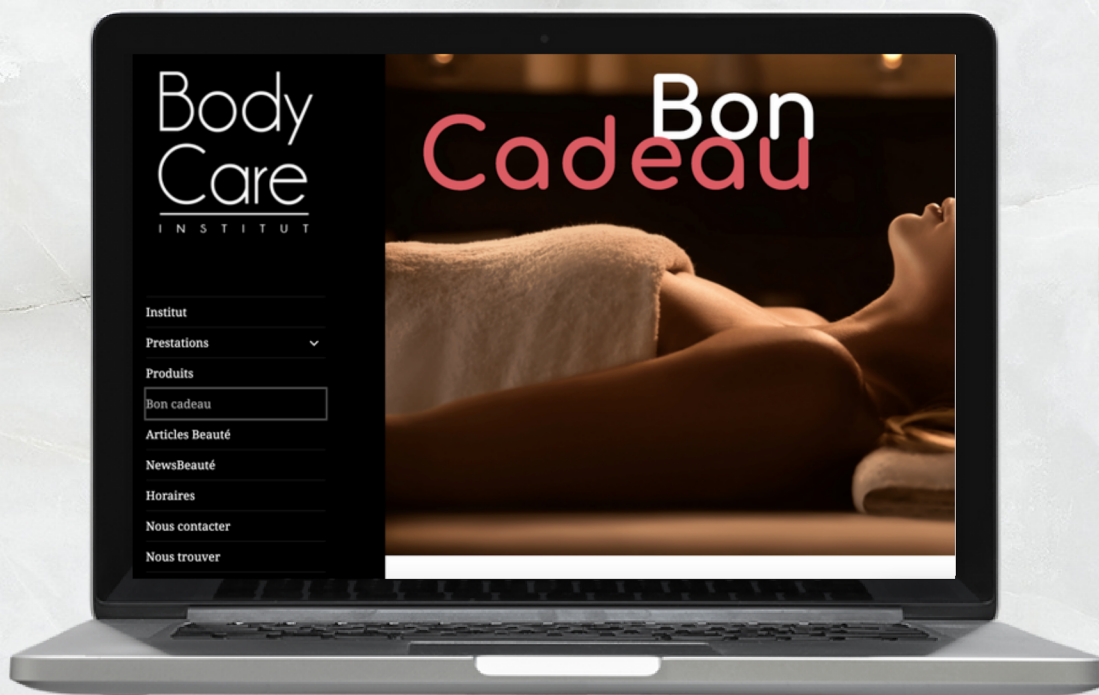
BY BODYCARE INSTITUT

NOËL 2022



NOËL SANS STRESS

MES CARTES CADEAUX
EN LIGNE 24/24



BODYCAREINSTITUT.FR



BodyCare
I N S T I T U T

Beauté
Minceur
Anti-âge

20 Rue de l'Orme
91540 Fontenay-le-Vicomte
01 60 75 91 94

HORAIRES D'OUVERTURE
du lundi au vendredi : 9H-19H
Samedi : 8H-16H
Le mercredi sur RDV uniquement

bodycareinstitut.fr

EDITO

Dans quelques semaines nous allons dire BYE BYE à 2022. Nous avons adoré passer cette année avec vous, et il nous tarde déjà de vous retrouver en 2023 pour partager avec vous ces moments de soin que vous appréciez tant.

En attendant, retrouvez dans notre magazine spécial Noël, nos idées cadeaux, nos conseils et nos articles pour passer des fêtes de rêve et faire plaisir à vos proches.

Céline & Séverine

**suivez nos actualités
sur les réseaux sociaux**





"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



SOMMAIRE

- 06** LES COFFRETS DE NOËL
Les box prêtes à offrir

- 07** LES CADEAUX SUR-MESURE
Coffrets de soins personnalisés

- 09** CONSEILS BEAUTÉ
Belle pour les fêtes

- 11** FUROSHIKI
Une autre façon d'emballer ses cadeaux

- 13** LES BONNES RÉOLUTIONS

- 15** CONSEILS BEAUTÉ
Comment appliquer parfaitement son rouge à lèvres

- 17** LECTURE FEEL GOOD
Notre sélection de livres

Les box

PRÊTES

À OFFRIR



Mieux qu'une carte cadeau, nos box beauté associent produits et soins pour offrir un cadeau d'exception. A mettre au pied du sapin et être sûre de faire plaisir.

Box Corps

UN MASSAGE CORPS
AYURVEDIQUE OU
ORIENTAL ACHETÉ,
UN FLUIDE FERMETÉ LPG
OFFERT

90€

Box Visage

UN MASSAGE
FACIALISTE AU CHOIX,
UN GUA SHA EN PIERRE
DE QUARTZ ROSE
OFFERT

98€

Box Regard

UN REHAUSSEMENT DE
CILS ACHETÉ,
UN MASQUE CONTOUR
DES YEUX POST
TRAITEMENT LPG OFFERT

89€

QUOI DE NEUF POUR MA PEAU ?



PEAU SUBLIME

Le trio indispensable pour offrir à votre peau un shot d'éclat en 3 étapes seulement. Nos produits indispensables pour lisser et illuminer la peau instantanément

55€

Contient :
Daily Glycolic Cleanser 30 ml
+ Biolumin-C Serum 10 ml
+ Biolumin-C Gel Moisturizer 15ml



SHOOT D'HYDRATATION

Un kit de soin best-seller : 4 étapes clés pour une peau en pleine santé : lisse, lumineuse, et hydratée !

79€

Contient :
PreCleanse 30ml
+ Special Cleansing Gel 15ml
+ Daily Microfoliant 13g
+ Skin Smoothing Cream 15ml



PLUS DE FERMETÉ

Raffermissiez et régénérez votre peau grâce à cette routine anti-âge concentrée en antioxydants pour une peau d'apparence plus jeune et lisse : nettoyant lissant, tonique antioxydant, et hydratant ultra-nourrissant.

47€

Contient :
skin resurfacing cleanser 15 ml
+ dynamic skin recovery spf 50 12 ml
+ antioxydant hydramist 30 ml

LES COFFRETS DE SOINS EN ÉDITION LIMITÉE dermalogica



APAISSER

Stop aux rougeurs et aux irritations cutanées. Envelopper votre peau sensible d'un nuage de douceur

43€

contient :
UltraCalming Cleanser 50ml
+ UltraCalming Mist 50ml
+ Calm Water Gel 15ml



Ne choisissez pas votre routine de soins au hasard. Nous sommes là pour vous conseiller pour que votre peau irradie de beauté.



**LE BONHEUR EST UNE
HABITUDE. IL EN EST DE
MÊME POUR VOTRE
ROUTINE BEAUTÉ.**



BELLE POUR LES FÊTES

Nous voulons toutes profiter de nos fêtes de Noël avec style et être éblouissantes. Avec nos conseils beauté, nous savons que vous serez la plus belle. Et peut-être que le Père Noël vous offrira cette année une incroyable pause bien-être dans notre institut pour vraiment vous faire dorloter.

Voici tous nos meilleurs conseils pour vous sentir radieuse pendant les fêtes :

D'abord, pour être à votre avantage pendant toutes ces festivités, vous devez vous engager à vous amuser. Être avec des gens avec qui vous vous sentez bien et faire des choses qui vous rendent heureuse contribuera à créer une beauté intérieure qui rayonnera à l'extérieur. Être heureux se lit sur votre visage. Votre visage s'éclairera, vos yeux s'illumineront et les personnes que vous rencontrerez seront attirées par vos ondes positives.

Faites de l'hydratation une priorité absolue
Votre peau est encore plus belle lorsque vous êtes suffisamment hydratée. Les aliments copieux peuvent être réconfortants pendant la saison hivernale, mais n'oubliez pas d'inclure également des aliments naturellement riches en eau.

Pour vous aider dans votre mission d'hydratation, les fruits et légumes doivent être des aliments de base, en plus de vider votre bouteille d'eau plusieurs fois par jour.

N'abandonnez pas votre sommeil réparateur
La saison des fêtes est pour la plupart d'entre nous une période où l'on a beaucoup de choses à faire. Mais ne sous-estimez pas le rôle puissant que joue le sommeil sur la santé de la peau. Lorsque le corps ne récupère pas suffisamment, les cellules ont tendance à s'enflammer, ce qui, avec le temps, décompose le collagène et l'acide hyaluronique, essentiels pour obtenir un éclat naturel. Le sommeil reconstitue le collagène et l'élastine du tissu conjonctif de la peau, qui maintiennent la fermeté et le tonus. Donc, pendant cette saison festive, ne faites pas trop l'impasse sur des nuits réparatrices pour garder un teint frais et éclatant.

Prendre soin de soi

Rester zen pendant la période des fêtes est essentiel pour garder bonne humeur et forme jusqu'à l'année prochaine. La méditation, la respiration profonde et d'autres formes de relaxation peuvent faire des merveilles, surtout pendant ces périodes agitées et intenses socialement. N'oubliez pas d'être un peu égoïste et de vous octroyer des moments seule avec vous-même. Cela peut être par exemple une routine d'auto soins apaisante incluant un masque pendant que vous profitez d'un bain chaud ou pourquoi pas un rendez-vous beauté dans votre institut préféré où seule avec votre esthéticienne vous pourrez enfin souffler et vous relaxer.



Pensez à vous démaquiller

Zéro excuse ! Même si vous tombez de fatigue et de sommeil, le geste essentiel avant de vous coucher est la case démaquillage pour permettre à votre peau de se régénérer sur une base propre, nette et saine. Optez par exemple pour une huile ou un baume démaquillant confort pour masser et rincer à l'eau l'ensemble de votre visage, yeux, bouche et décolleté rapidement, facilement et efficacement. Un pchitt de lotion tonique et une crème hydratante et vous pourrez ensuite tomber dans les bras de Morphée.



La semaine entre Noël et 1er de l'an est une période plus calme pour fixer un rendez-vous pour un soin ou un massage à l'institut et finir l'année en beauté

N E L E D I T E S À P E R S O N N E

SHOPPING POUR DES FÊTES EN BEAUTÉ

MASQUE FLASH

Comblez les besoins uniques de votre peau en combinant les masques les plus populaires de Dermalogica. Restaurez, Exfoliez, purifiez ou Hydratez et arborez une peau d'apparence plus saine que jamais.

Dermalogica
Coffret de 4
masques
33€



SPECIAL REGARD

Soin et masque haute efficacité pour les yeux qui stimule la peau pour réduire visiblement les signes de stress (cernes, poches, ridules), gel-crème rafraîchissant, repulpant et décongestionnant.

Dermalogica Stress positive Eye Lift 75€



DÉMAQUILLAGE EXPRESS

Le double nettoyage de Dermalogica élimine vraiment tout ! Il retire le maquillage, l'excédent d'huile et les impuretés, où que vous soyez ! L'incontournable routine quotidienne pour une peau plus nette que jamais !

Dermalogica
Double Cleanse
21€



TENDANCE



FUROSHIKI

L'ART DE L'EMBALLAGE CADEAU RAFINÉ MADE IN JAPON

Vous cherchez un moyen plus écolo d'emballer vos cadeaux ? vous allez adorer le furoshiki.

Ce tissu carré est utilisé au Japon pour envelopper des objets. On le noue de différentes manières pour l'adapter à la forme et à la taille du cadeau. C'est un emballage cadeau super tendance, écologique et original.

POURQUOI UTILISER LE FUROSHIKI OU DU TISSU COMME EMBALLAGE CADEAU ?

Parce que c'est écolo. Le papier cadeau, aussi magnifique qu'il puisse paraître, n'est malheureusement pas composé que de papier.

Les rouleaux de papier cadeau sont susceptibles de contenir des matériaux difficiles ou impossibles à recycler, tels que des paillettes, d'autres plastiques et du papier d'aluminium. Même le ruban que vous utilisez pour lier le papier rend le processus de recyclage difficile.

En emballant vos cadeaux dans un Furoshiki vous faites un geste pour sauver notre planète.

Mais le Furoshiki est plus qu'une simple alternative écologique au papier cadeau, c'est aussi un cadeau en soi. La personne qui recevra votre cadeau joliment emballé dans un furoshiki pourra ensuite réutiliser le tissu pour offrir un autre cadeau.



QUEL TISSU CHOISIR POUR LE FUROSHIKI ?

Vous pouvez acheter du tissu spécialement pour créer un Furoshiki, mais vous pouvez aussi utiliser un vieux foulard que vous ne mettez plus, une nappe, une taie d'oreiller, le tissu d'un vêtement... Et vider ainsi vos placards. Traditionnellement le Furoshiki est de forme carrée, si vous avez besoin de découper du tissu il vous suffira d'investir dans une paire de ciseaux crantée et le tour est joué.

QUE PUIS-JE EMBALLER AVEC UN FUROSHIKI ?

Tout ! De la bouteille de vin à la bougie en passant par les cadeaux à la forme plus conventionnelle comme un livre ou une boîte de chocolats et même vos biscuits de Noël que vous aurez fait avec amour.

Pour lui donner un air encore plus festif, ajoutez du feuillage ou des fleurs séchées pour remplacer les kilomètres de bolducs et vous obtiendrez de magnifiques cadeaux prêts à mettre sous le pied du sapin.

COMMENT NOUER UN FUROSHIKI ?

Pour maîtriser cet art, rien de mieux qu'une vidéo. Vous trouverez des tutos sur youtube pour apprendre en quelques minutes à emballer tous vos cadeaux.



LES BONNES RÉOLUTIONS

En 2023 je prends soin de moi !

Une nouvelle année qui se profile c'est l'occasion de faire un bilan sur le temps que l'on s'accorde pour prendre soin de soi, sur sa routine beauté et sur ce que l'on aimerait changer si l'on avait une baguette magique.

Quelle est la dernière fois que vous avez pris rendez-vous pour un soin du visage dans notre institut ? 1 mois ? 3 mois ? 6 mois ? Plus ?

Et si en 2023, vous preniez plus régulièrement soin de votre peau grâce à nos soins du visage sur mesure.



Les soins que nous proposons dans notre institut peuvent être considérés comme une pause relaxante, ce qu'ils sont incontestablement, mais ils aident également à garder votre peau saine, lumineuse et incroyablement plus jeune. Chez BodyCare institut, nous voulons non seulement que vous vous sentiez bien, mais aussi que vous vous sentiez belle, c'est pour cela nous pensons que les soins du visage devraient faire partie intégrante de votre routine de soins.

Des soins réguliers traitent vos problématiques dans leur globalité. Que ce soit pour lutter contre les effets du temps, traiter des imperfections tenaces, apaiser une peau trop sensible ou la rééquilibrer, nous avons la solution.

Nous aimons aussi prendre le temps de vous conseiller sur votre routine beauté entre deux rendez-vous. Nous savons que l'association de nos produits à des soins réguliers sera la clé pour que vous obteniez les résultats que vous souhaitez.

Prête à prendre soin de votre peau ? Appelez-nous au 01 60 75 91 94 pour fixer votre premier rendez-vous de l'année et la commencer en RAYONNANT de beauté.

Jeu Concours

En attendant Noël

Du 1er novembre au
23 décembre 2022

TENTEZ DE GAGNER*



1 MASSAGE
facialiste

**Jeu avec obligation d'achat.
Dès 69€ d'achat dans votre institut préféré,
remplissez votre bulletin et participez au
tirage au sort qui aura lieu
le 23 décembre 2022.*



BEAUTÉ

Comment appliquer parfaitement son rouge à lèvres

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.

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.

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.



Notre sélection de livres

Feel good



Une bonne tasse de chocolat chaud, un plaid moelleux et un bon livre qui donne le smile, quoi de mieux pour une belle après-midi d'hiver. On vous a fait un petite sélection de livres qui font du bien à lire ou à relire...

Kilomètre zéro

Maud Ankaoua

Maëlle, directrice financière d'une start-up en pleine expansion, n'a tout simplement pas le temps pour les rêves. Quand sa meilleure amie, Romane, lui demande un immense service - question de vie ou de mort -, elle accepte malgré tout de rejoindre le Népal. Elle ignore que son ascension des Annapurnas sera aussi le début d'un véritable parcours initiatique.



Ta deuxième vie commence quand tu comprends que tu n'en as qu'une

Raphaëlle Giordano

Camille, trente-huit ans et quart, a tout, semble-t-il, pour être heureuse. Alors pourquoi a-t-elle l'impression que le bonheur lui a glissé entre les doigts ? Tout ce qu'elle veut, c'est retrouver le chemin de la joie et de l'épanouissement. Quand Claude, routinologue, lui propose un accompagnement original pour l'y aider, elle n'hésite pas longtemps: elle fonce.

À travers des expériences étonnantes, créatives et riches de sens, elle va, pas à pas, transformer sa vie et repartir à la conquête de ses rêves...

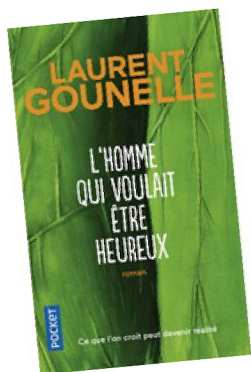
L'homme qui voulait être heureux

Laurent Gounelle

Imaginez...

Vous êtes en vacances à Bali et, peu de temps avant votre retour, vous consultez un vieux guérisseur. Sans raison particulière, juste parce que sa grande réputation vous a donné envie de le rencontrer, au cas où...

Son diagnostic est formel : vous êtes en bonne santé, mais vous n'êtes pas... heureux. Les expériences dans lesquelles il vous conduit vont bouleverser votre vie, en vous donnant les clés d'une existence à la hauteur de vos rêves.



L'ivresse des libellules

Laure Manel

Quatre couples d'amis dans la quarantaine décident de s'octroyer des vacances sans enfants dans une villa de rêve.

Mais l'ambiance qui se voulait insouciant et idyllique ne tarde pas à se charger d'électricité. La faute aux caractères (et petites névroses) de chacun, aux modes de vie différents, à l'usure et la routine qui guettent les amoureux quand s'invite le quotidien, et à des parents qui ont oublié ce qu'était leur vie lorsqu'ils ne l'étaient pas encore...

Quand débarque une jeune et jolie célibataire, le groupe est plus que jamais au bord de l'implosion. On ne badine pas avec l'amour.



Offrir un livre feel good à Noël est une belle attention. Pourquoi ne pas glisser à l'intérieur une carte cadeau massage ?

I D É E C A D E A U



20 Rue de l'Orme
91540 Fontenay-le-Vicomte
01 60 75 91 94

HORAIRES D'OUVERTURE
du lundi au vendredi : 9H-19H
Samedi : 8H-16H
Le mercredi sur RDV uniquement

bodycareinstitut.fr