

# MON MAG' BEAUTÉ

BY L'INSTITUT GRAIN 2 BEAUTE

MAI JUIN 2021



# La plus belle des mamans



Dimanche 30 mai  
prenez soin  
d'elle

*Comme elle a pris  
soin de vous !*

## Nos **cartes cadeaux** beauté & bien-être

Carte cadeau  
soin du visage



Carte cadeau  
massage



Carte cadeau  
massage & soin



A l'institut ou sur notre site internet

# EDITO



Notre métier nous l'aimons tellement que nous avons envie de vous le faire découvrir encore plus à travers ce nouveau magazine.

Car être esthéticienne aujourd'hui c'est répondre à toutes vos questions beauté, vous inviter à prendre soin de vous et à utiliser les bons produits pour que vous ayez des résultats.

*Amandine, Laetitia,  
Alice et Laura*

Magazine créé par BELLYST  
réseau d'instituts & spas

Propulsé par  
Grain de Beauté

Crédit photo : Istock +  
vos sources

Articles : Bellyst + VOUS

Tous droits réservés

Reproduction interdite

## Nos horaires d'ouverture

Du mardi au jeudi : 9H-12H 14H-19H

Vendredi et Samedi : 9H-19H



## Nous contacter

03 84 52 11 78

## Découvrez notre site internet

[www.grain2beaute.fr](http://www.grain2beaute.fr)

## Suivez-nous sur...



# SOMMAIRE

**03** EDITO

**06** SHOPPING POUR LA PLUS BELLE DES MAMANS  
Toutes nos idées cadeaux pour la fête des mères

**07** CONCOURS  
Tendez de gagner un shooting photo

**08** SPRING DÉTOX  
Tous nos conseils pour réussir votre détox

**09** NOS 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 ajouté: "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



# LA PLUS BELLE DES MAMANS

**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 notre 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** (comprenant un massage du corps 40' + un massage du visage 1 fois par mois pendant 6 mois) **360 €**  
(existe en version 12 mois et en version soin du visage )

## Un coffret bien-être

### POUR QU'ELLE SOIT DETENDUE

1h30 de bien-être à l'institut aux senteurs raffinées de fleur de cerisier et lotus. Ce coffret est composé du soin du corps Hanakasumi à faire à l'institut et d'un duo de produits comprenant un Gommage du corps Ressourçant et 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 Hanakasumi 157.50 €**  
(possibilité de créer d'autres coffrets en fonction de votre budget et de vos envies)

## Un soin Secrets

### POUR QU'ELLE RESTE JEUNE

Notre secret de jouvence pour une maman éternellement jeune. Plus qu'un soin du visage, le soin Prestige Secrets est une véritable expérience créé spécialement pour la fête des mères.

**Soin du visage Prestige Secrets 152 €**

## 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 70 €**



## Une carte cadeau POUR QU'ELLE AIT LE CHOIX

Vous ne savez pas si elle préférerait un massage, ou un soin du visage, offrez-lui un chèque cadeau et laissez-la décider. Elle pourra l'utiliser sur l'ensemble de notre carte de soin.

Carte cadeau à partir de 15€

Du 1er au 29 mai

# La STAR C'EST VOUS !

A gagner  
1 séance photo avec  
Magali Olivier Photographie  
+  
1 makeup de star  
et une trousse de maquillage



1

Achetez un bon cadeau  
ou des produits de soins  
d'une valeur minimum  
de 85€

2

Remplissez un bulletin de  
participation et glissez-le  
dans l'urne.

3

**Gagnez !**

Le tirage au sort aura lieu le  
lundi 31 mai  
peut-être serez-vous  
l'heureuse gagnante de ce  
**SUPER CADEAU**



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



## Energie drink



2 BANANES,  
25 CL DE LAIT VÉGÉTAL OU NON  
2 C. À S. DE CACAO CRU  
1 C. À S. DE SUCRE DE COCO  
MIXEZ AU BLENDER



# 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.

# OBJECTIF BELLE PEAU

Les actifs stars de nos sérums. 1 actif = un résultat. Découvrez le pouvoir des ingrédients de nos sérums sur votre peau. En vente à l'institut.



## Pour repulper l'épiderme L'ACIDE HYALURONIQUE

C'est l'actif hydratant et repulpant numéro 1 capable de retenir jusqu'à mille fois son poids en eau. En plus d'être hydratant, il joue un rôle essentiel dans la stimulation des fibroblastes et du collagène.

Sérum intensif hydratant  
SOTHYS  
50 ml 70€



## Pour un coup de jeune LES POLYSACCHARIDES MARINS

Cet actif est une mine de bienfait pour votre peau. Il va aider à combler visiblement les rides existantes, lisser la surface cutanée et limiter les signes du vieillissement.

**Ce que vous allez aimer dans ce produit :** Sa texture fondante enrichie en poudres soft focus pour un comblement immédiat.

Sérum jeunesse Focus ridés  
SOTHYS 30ml 79.50€

## Pour un coup d'éclat L'ELEUTHÉROCOQUE

Pour retrouver un teint nickel et éclatant, il n'y a pas mieux. Booster idéal de votre rituel de soin, ce sérum incroyablement doux et léger à l'application est aussi un redoutable cocktail détoxifiant et énergisant. Comme dépolluée, la peau semble fortifiée et oxygénée. Elle retrouve toute sa vitalité et paraît plus jeune. Le teint est éclatant et vivifié.

Sérum énergisant intégral SOTHYS  
30 ml 79.50€



## Pour plus de fermeté L'EXTRAIT DE VIN DE GLACE

Il va augmenter l'hydratation de la peau et lui donne une apparence plus jeune grâce à ses propriétés astringentes. Associé à la gomme tara, il augmente la fermeté et le tonus de la peau

Lift expert Sérum 640 MARIA  
GALLAND  
30 ml 110€





# 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 nos règles d'or et demandez conseil à votre esthéticienne.

## 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 cutané, 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 bêta-carotène 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

# A GLISSER DANS son vanity



## Nouveauté

Il vient d'arriver à l'institut et déjà nous sommes conquises : le **Sérum Hydra Global** de chez Maria Galland.

Véritable concentré d'hydratation, ce sérum réhydrate instantanément et stimule l'énergie de la peau pour préserver sa jeunesse.

**Prix : 74 €**



## Bien protégé

**Le lait protecteur visage et corps SPF30**  
Pour une peau sous haute protection et un hâle éclatant sous contrôle.

Cette émulsion 2-en-1 visage et corps est idéale pour protéger toutes les peaux en respectant les recommandations d'usage. La peau est sublimée d'un hâle éclatant.

**Prix : 39.50€**



## Antirides

**Le soin après-soleil anti âge**

L'alliée de toutes les peaux pour préserver leur capital jeunesse en période d'exposition au soleil.

**Le + produit** : peut s'utiliser en masque ou comme crème de nuit pendant la période estivale.

**Prix : 45€**



## L'indispensable SUMMER KIT

Le Summer Kit est un duo de produits solaires Sothys en format nomade mais généreux de 50ml.

Il est composé du Lait protecteur visage et corps SPF30 et du Lait après soleil corps régénérant.

Ce kit est une belle opportunité de découvrir la gamme solaire Sothys à petit prix !

**Prix spécial** : 19€90 au lieu de 27€80 ou OFFERT pour l'achat de 2 solaires SOTHYS



Notre métier est de vous conseiller les produits les plus adaptés aux besoins de votre peau. Avant tout achat demandez-nous conseil.

# LES HOMMES AUSSI PRENNENT SOIN D'EUX

**On n'oublie pas les papas ! Le 20 juin c'est leur fête. Sauvez leur peau et prenez soin d'eux. Notre sélection 100% mâle**

## RELAX MAX !

Offrez-lui un massage ! 20, 30, 60 ou 90 minutes. Après un entretien pour déterminer son niveau de stress et le parfum de l'huile qu'il préfère, il pourra se détendre grâce à nos protocoles de massages spécialement conçus pour eux.

**A partir de 25€**

## T'ES LE PLUS BEAU !

Même si en apparence ils ont l'air de gros durs, les hommes ont la peau fragile. Tous nos soins du visage respectent leur épiderme et sont 100% personnalisés. Eux aussi peuvent avoir une peau parfaite.

**A partir de 45€**

## MÊME PAS PEUR !

Il n'a jamais osé franchir les portes d'un institut et appréhende un peu, venez avec lui. Nos soins et massages se déclinent en duo chacun dans votre cabine. Choisissez vos soins et passez un moment de bien être ensemble.

**A partir de 25€ par personne**



## PRODUITS COSMÉTIQUES

Toute une gamme de cosmétiques spécialement dédiée à la peau des hommes est disponible à l'institut.

Demandez conseil à votre esthéticienne.



# VOTRE AGENDA BEAUTÉ

DU SAMEDI 1ER AU LUNDI 31 MAI

## Jeu concours "La star c'est Vous !"

Durant tout le mois de mai, achetez un bon cadeau ou des produits d'une valeur de 85€ ou plus et tentez votre chance pour gagner un shooting photo chez Magali Olivier Photographie, votre maquillage le jour de la séance photo ainsi qu'une trousse de maquillage complète !

DU MERCREDI 19 AU LUNDI 31 MAI

## Animation maquillage

Prenez rendez vous pour un cours de maquillage. Durant toute cette période là votre leçon de maquillage sera à 10€ ou vous sera OFFERTE pour tout achat de 30€ de maquillage.

JEUDI 20 ET VENDREDI 21 MAI

## Venez à la rencontre de Cathy, spécialiste du maquillage semi permanent

Prenez rendez vous avec Cathy pour redessiner vos sourcils, votre regard ou votre bouche grâce à la technique de dermopigmentation.



78 Avenue de la République  
39300 CHAMPAGNOLE  
03 84 52 11 78

Nous vous accueillons sur rendez-vous  
du mardi au jeudi : 9H-12H 14H 19H  
Vendredi et samedi : 9H-19H

