

CENTRE EXPERT EN BEAUTÉ, COIFFURE ET BIEN-ÊTRE

Un univers écologique & bio  
dédié à votre bien-être et votre beauté

AUSSI VRAI  
QUE NATURE

LA CARTE  
DE SOINS

FEMMES • HOMMES • ENFANTS

SPA • ESTHÉTIQUE • COIFFURE • BARBIER

AUSSI VRAI  
QUE NATURE

## BIENVENUE CHEZ NOUS

Cher(es) clients et clientes,

**Vous avez des besoins,  
nous avons des solutions !**

Dans cette édition, nous souhaitons  
**vous accompagner individuellement  
en personnalisant** au maximum  
**votre demande** en fonction de votre besoin.

Vous trouverez dans nos pages de multiples  
propositions de **soins : manuels et  
technologiques** liés à l'utilisation d'appareils ....  
le tout dans le **respect de la planète**  
et surtout de **votre santé** !

Et pour toujours **mieux vous satisfaire**,  
nous avons aussi de **belles nouveautés** ....  
Nous vous laissons les découvrir  
et en profiter chez **AUSSI VRAI QUE NATURE**

*Charlotte & toute l'équipe*

## LES ABONNEMENTS



# -10%

Prenez un abonnement **pour bénéficier  
de -10%** sur toutes nos prestations hors  
cures. Cet abonnement est nominatif et  
valable pour une seule personne.

**3 MOIS**  
**6 MOIS**  
**1 AN**

**25€**  
**44€**  
**78€**

## VOTRE FIDÉLITÉ EST RÉCOMPENSÉE !



### TARIF ÉTUDIANT

 tarif réduit  
**-10%**

sur **toutes** les prestations  
sur **présentation de la carte étudiant**  
(hors produits et cartes cadeaux)



### ABONNEMENTS

  
3 MOIS, 6 MOIS, 1 AN

Souscrivez pour **bénéficier  
de -10%**  
sur **toutes** les prestations hors cures



### CARTE DE FIDÉLITÉ

automatique lors de la création  
de votre fichier client

Réduction de **15%**  
**tous les 7 passages** en caisse  
(hors produits et hors carte cadeau)



### SMS D'ANNIVERSAIRE

bénéficiez de **-20%**  
de réduction sur **une prestation**  
pendant le mois de votre  
anniversaire



### CARTE DE PARRAINAGE

le "bouche à oreille" est remercié

**-15%** pour vos 3 filleul(e)s  
**-30%** pour VOUS



### DES OFFRES TOUTE L'ANNÉE !

bénéficiez **toute l'année**  
d'offres limitées, de tarifs préférentiels,  
de nouvelles prestations

# SOMMAIRE

---

*Vous avez un besoin pour : le visage,  
les cheveux, le corps, les mains et les pieds,  
nous vous proposons des solutions*

- Détente et relaxation 4-5
- Minceur 6
- Douleur, contracture, fatigue musculaire 7
- Soins visage (*manuels & technologiques*) 8-9
- Épilations (*manuelles & technologiques*) 10-11
- Soins corps (*manuels & technologiques*) 12
- Mains et pieds 12
- Maquillage 13
- Bronzé(e) toute l'année 13
- Coaching pour faire à la maison 14
- Les enfants et les ados 15
- La Coiffure 16-17
- Conseils d'expert peau et cheveux 18-19

# DÉTENTE ET RELAXATION



TOUS NOS MASSAGES PEUVENT SE FAIRE EN DUO !

10 MINUTES

15€

NEW

*Amma assis dos* : Massage sur chaise avec vêtement défroissage musculaire  
Le conseil d'expert : petite pause à combiner avec une autre prestation

30 MINUTES

40€

NEW

*Amma assis dos*  
Massage sur chaise avec vêtement

*Relaxant dos*

NEW

*Pierres chaudes dos*

*Jambes*

Tonifiant, décontractant **ou** drainant

*Relaxant visage et cuir chevelu*

*Réflexologie plantaire*



45 MINUTES

58€

*Face dorsale*

Massage dos et arrière des jambes

*Massage liftant Japonais du visage*

Tonique et très relaxant = visage défatigué

CORPS ENTIER 1 HEURE

74€

*Californien*

Doux et lent

*Balinois*

Spécificité : Étirements des jambes et des bras

*San bao*

Spécificité : massage rythmé, énergétique

*Pierres chaudes*

Dénouement des tensions et apaisement

*Réflexologie plantaire profonde*

Soin ré-énergisant et relaxant

*Femme enceinte*

À partir de 4 mois, diminution des tensions et inconforts liés à la grossesse

*L'intuitif*

Massage personnalisé en fonction de vos envies

NEW

*Bambou*

Massage drainant, énergisant

CORPS ENTIER 1H30

108€

*Plénitude aux pierres chaudes*

Massage mixte entre mains et pierres chauffées

*Ayurvédique*

Massage rythmé, tonique, puissant

*Thaï*

Massage cocoon, anti stress et lâcher prise dont 30 min de massage dos

*Tête-Mains-Pieds*

Massage très relaxant du corps et de l'esprit

*L'intuitif*

Massage personnalisé en fonction de vos envies



TOUS NOS MASSAGES SONT À BUT NON THÉRAPEUTIQUE ET NON SEXUEL

NEW

## LE HAIR SPA

### Le Tradi

Massage d'accueil + hammam du cheveu + soin aux huiles et huiles essentielles + massage crânien (20 min) + fontaine d'eau + shampooing + soin démêlant + séchage

LE TRADI

1H 74€

### Le Complet

Massage d'accueil + gommage du cuir chevelu + hammam du cheveu + soin aux huiles et huiles essentielles + massage crânien (30 min) + fontaine d'eau + shampooing + soin démêlant + séchage

LE COMPLET

1H20 98€



### Option Brushing



OPTION BRUSHING

15 MIN 15€

## LES RITUELS CORPS

Soins de peau et détente garantie :  
énergisant, gourmand ou relaxant... choisissez votre rituel

1H30 108€

Hammam (10') + gommage + enveloppement + massage 30 min au choix

2H 135€

Hammam (10') + gommage + enveloppement + massage 1H au choix



## LE SPA

ACCÈS PRIVÉ ADAPTÉ DE 1 À 4 PERSONNES

interdit aux - de 18 ans, aux femmes enceintes  
et aux personnes souffrant de maladies graves

### Pass détente \* 2H

25€

Accès au sauna, hammam, douche à jets latéraux, fauteuils de massage et de relaxation & tisanderie

### Pass découverte \* 2H30

60€

ACCÈS DE 2H au sauna, hammam, douche à jets latéraux, fauteuils de massage et de relaxation & tisanderie + 30 min de massage au choix dans la carte

### Pass Zen \* 3H

92€

ACCÈS DE 2H au sauna, hammam, douche à jets latéraux, fauteuils de massage et de relaxation & tisanderie + 1h de massage au choix dans la carte

### Pass Fidélty \* (VALIDITÉ 1 AN)

79€

6 ACCÈS DE 1H au sauna, hammam, douche à jets latéraux, fauteuils de massage et de relaxation & tisanderie

\* SERVIETTE, PEIGNOIR & CLAKETT'S® INCLUS.

# LA MINCEUR



## 2 TECHNIQUES MANUELLES



### Massage anti-capitons

Ces techniques manuelles permettent de faciliter le déstockage des graisses et l'atténuation de la peau d'orange.



NEW

### Madérothérapie

Grâce à l'action d'accessoires en bois, ce massage tonique sculpte, draine et tonifie le corps. Après chaque séance, une sensation de légèreté, de dégonflement est ressentie.

**CONSEIL PRO :** commencer par une cure de 12 séances à raison de 2 massages par semaine pendant 1 mois, puis 1 massage par semaine pendant 1 mois et 1 fois par mois en entretien.

1 SÉANCE / 1 ZONE

30 MIN 45€

MADÉRO : CORPS ENTIER

1H15 98€

### La Cure Minceur

Entretien préalable offert (possibilité d'ajouter de la cryothérapie en complément)

CURE 6 SÉANCES

30 MIN 240€

CURE 12 SÉANCES

30 MIN 432€

## 1 TECHNOLOGIE

Entretien préalable OBLIGATOIRE offert

### La Cryo-esthétique

#### L'AMINCISSEMENT PAR LE FROID : L'ALTERNATIVE À LA LIPOSUCCION !

Destruction et élimination définitive des graisses localisées. Ce travail se réalise par zone : ventre, bas de fesses, culotte de cheval, intérieur cuisse ou genou, poignée d'amour...

**Perte de masse grasseuse jusqu'à 25% par séance.**

**Le vrai plus :** Après la séance, l'élimination se fait naturellement sur environ 2 à 3 mois laissant à votre peau le temps de suivre et évitant ainsi le problème de relâchement cutané.

1 SÉANCE

150€

Cure préconisée de 3 séances tous les 2 mois et demi, puis en entretien 1 fois/an



# LES DOULEURS

## CONTRACTURES, FATIGUE MUSCULAIRE



### LES MASSAGES CURATIFS

#### *Deep tissue*

*Massage lent et fortement appuyé.*

Soulage et dénoue les tensions musculaires grâce à un travail profond

#### *Ayurvédique*

*Massage rythmé et tonique.*

Détente musculaire, réduction des tensions nerveuses et amélioration de la circulation sanguine. Draine les toxines, idéal après un effort physique.

#### LA SÉANCE DE MASSAGE

45 MIN 60€

1H 74€

1H30 108€

### LA MÉTHODE TRE (TENSION RELEASING EXERCICES)

MÉTHODE FONDÉE SUR UNE SÉRIE D'EXERCICES SIMPLES PROVOQUANT VOLONTAIREMENT DES TREMBLEMENTS CORPORELS.

Cette méthode est conçue pour permettre au système nerveux de s'activer et d'évacuer par le tremblement. Tout ça dans le but de revenir à l'état d'équilibre et d'apaisement psychologique et physique.

#### 1 SÉANCE

45 MIN 60€



### LA MÉTHODE DORN

RÉÉQUILIBRAGE MÉCANIQUE DE TOUT LE CORPS

Adaptée à tous, sans condition physique. Le but est de redresser le corps de bas en haut en suivant l'ordre de traitement des pieds, jambes, bassin, dos et tête. Particulièrement efficace pour soulager les douleurs articulaires et musculaires ainsi que sur le rééquilibrage de la colonne vertébrale.

#### 1 SÉANCE

45 MIN 60€



### LA CURE ANTI-DOULEUR

Entretien préalable offert  
Combinaison personnalisée en fonction de vos besoins.

#### 3 SÉANCES

45 MIN 165€

#### 6 SÉANCES

45 MIN 300€

CES SOINS SONT À BUT NON THÉRAPEUTIQUE.

# SOINS VISAGE



## LES SOINS MANUELS

**Bio éclat immédiat** - 30 MIN 44€  
Nettoyage de peau + gommage  
+ masque + crème de jour

**Bio hydra man** - 30 MIN - 44€  
Nettoyage de peau + gommage  
+ masque + crème de jour

\*massage palmaire offert pendant la pose du masque sur tous nos soins d'1 heure et plus

**Bio essentiel** \* - 1H - 66€  
Adaptable à tous types de peaux  
Soin alliant beauté & détente

**Bio expert** \* - 1H30 - 91€  
Hydratation et éclat du teint grâce à l'utilisation  
du vapozone + drainage  
des yeux aux pochons + masque peel off

**Bio human** \* - 1H - 66€  
Pour toute peau, combinant massage  
dos (10min) + soin visage/barbe

**Bio purifiant** \* - 1H30 - 91€  
Assainit les peaux mixtes à grasses  
avec vapozone + aspiration comédons

**Bio renaissance anti-âge** \*  
- 1H - 70€  
Soin alliant beauté, détente  
& anti-âge

**Bio sublime** - 1H30 - 100€  
Soin complet anti-âge raffermissant  
pour une peau dense, ferme et lissée  
(avec massage manuel et madérothérapie)

Option Soins des Yeux



RIDES, POCHEs, CERNES

SOIN DES YEUX

Massage, masque

15€

**Bio dermoperfecteur liftant** \*  
- 1H30 - 105€  
Hydratation, réparation et correction  
(dont 25 MIN massage Kobido)

## LES SOINS COMBINÉS

**Bio prestige** - 1H30 - 130€  
Idéal pour les peaux déshydratées  
ou grasses  
Soin MANUEL combiné à la technologie  
hydraface pour nettoyer en profondeur,  
hydrater et nourrir la peau



**Bio prestige anti âge** - 2H - 170€  
Soin MANUEL combiné à des technologies  
Soin **Bio Renaissance**  
+ massage liftant japonais  
+ photorajeunissement



## LES SOINS TECHNOLOGIQUES

NEW



### Madérotérapie

Massage avec accessoires en bois, tonifiant, stimulant et lisse la peau

30 MIN combinées à UN SOIN



### Massage liftant naturel Japonais

Tonique et relaxant, défatigue le visage

45 MIN 58€

NEW



### La fontaine Bloomea

Primor-glow : révélateur d'éclat idéal une semaine avant un événement

45 MIN 85€



### L'hydriface - 1H -

Soin très complet "6 en 1" adapté à tous les problèmes cutanés, Nettoie, exfolie, extrait sébum et comédons, revitalise, éclaircit le teint, tonifie et resserre les pores

95€



### Le photorajeunissement - 1 soin -

La lumière produite se transforme en chaleur pour venir stimuler les fibroblastes responsables de la production de l'élastine et du collagène pour garder une peau ferme et tonique.

95€

Prestation À PRIVILÉGIER L'HIVER CAR INCOMPATIBLE AVEC l'exposition au soleil

## LES CURES CORRECTIVES (VISAGE & CORPS)

Entretien préalable obligatoire et offert

### La Photorajeunissement

3 SOINS TOUTES LES 3 SEMAINES

270€

### La fontaine Bloomea

Cicatrices et cicatrices d'acné, signes de l'âge, tâches pigmentaires

6 SOINS 1 FOIS / SEMAINE

450€

### L'hydriface Booster

4 SOINS 1 FOIS / MOIS

Séance d'entretien tous les 2/3 mois

340€

### Soin supplémentaire APRÈS CURE

80€

### La Pureté active

Idéale pour les peaux acnéiques

6 SOINS SUR 1 MOIS

350€

### L'excellence anti-âge

5 SÉANCES 1 FOIS / SEMAINE

450€

1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> soin : 1H,

2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> soin : 40 MIN

5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> soin : 25 MIN

1<sup>er</sup> soin : Coup d'éclat Primor-glow

2<sup>ème</sup> soin : 1 soin Hydriface

3<sup>ème</sup> soin : 1 soin Bio Prestige anti-âge

4<sup>ème</sup> soin : 1 soin Bio Éclat immédiat + madéro

5<sup>ème</sup> soin : 1 soin Biodermoperfecteur liftant

# ÉPILATION VISAGE



**CIRE, FIL OU DÉFINITIVE :** choisissez celle qui vous convient !

NEW



## Épilation au fil

Épilation du visage à l'aide d'un fil de coton, technique naturelle et idéale pour les peaux sensibles qui réagissent beaucoup !



## Épilation à la cire

Toutes nos cires sont avec des composants bio et adaptées aux peaux les plus sensibles !

### CIRE OU FIL

Lèvre ou menton	9€	Pommettes ou nez ou oreilles	3€
Sourcils	12€	ou inter-sourcilier	
Création de sourcils	15€	Visage (lèvre, sourcils et menton)	24€

**Le petit plus :** application post épilatoire de crème apaisante et correcteur de rougeur

## ÉPILATION DÉFINITIVE À L'ÉLECTROLYSE

(diagnostic préalable obligatoire offert)

Idéal pour lèvres, sourcils, nez, menton, joues, oreilles

**100 % d'élimination définitive des poils quelles que soient leur couleur et votre couleur de peau.**

Un filament est introduit le long de chaque poil afin de le détruire par la chaleur. Il faut plusieurs séances pour obtenir un résultat maximal.

Exemple : Traitement de la lèvre = 6H minimum



### LA SÉANCE D'ENTRETIEN

les 15 minutes	45€
les 30 minutes	70€
les 45 minutes	95€

### LES FORFAITS

1 heure	110€
3 heures	300€
6 heures	550€
10 heures	850€

# ÉPILATION CORPS



**CIRE OU DÉFINITIVE** : choisissez celle qui vous convient !

## ÉPILATION À LA CIRE

LA PRESTATION

<i>Maillot classique</i> ou <i>Aisselles</i> ou $\frac{1}{2}$ <i>torse</i>	13€
<i>Maillot échancré</i> ou <i>bras</i>	18€
<i>Maillot semi intégral</i>	25€
<i>Maillot intégral</i>	27€
$\frac{1}{2}$ <i>jambes</i>	20€
<i>Jambes entières</i>	29€
<i>Epaules</i>	11€
<i>Dos</i> ou <i>torse</i>	27€

LES FORFAITS

$\frac{1}{2}$ <i>jambes + aisselles</i> ou <i>maillot classique</i> *	29€
$\frac{1}{2}$ <i>jambes + aisselles</i> + <i>maillot classique</i> *	39€
<i>Jambes entières</i> + <i>aisselle</i> ou <i>maillot</i> <i>classique</i> *	39€
<i>Jambes entières</i> + <i>aisselle</i> + <i>maillot</i> <i>classique</i> *	49€

**\*SUPPLÉMENTS FORFAITS** : maillot échancré : +4€, semi intégral : +11€, intégral : +13€

## ÉPILATION DÉFINITIVE À LA LUMIÈRE PULSÉE

(diagnostic préalable obligatoire offert)

Les flashes de lumière émis, se transforment en chaleur pour détruire votre pilosité définitivement. Cette technique est idéale principalement sur les poils foncés et les peaux claires. Un résultat maximal est atteint après 6 à 9 séances.



<i>Aisselles</i> ou <i>maillot classique</i>	90€	FORFAIT RÉSULTAT OPTIMUM*	390€
<i>Maillot échancré</i>	110€		450€
<i>Maillot semi-intégral</i> ou <i>intégral</i>	150€		600€
$\frac{1}{2}$ <i>jambes</i> ou <i>torse</i> ou <i>dos</i>	200€		850€
<i>Jambes</i>	300€		1300€
<i>Bras</i>	180€		650€
$\frac{1}{2}$ <i>torse</i> ou $\frac{1}{2}$ <i>dos</i>	140€		570€

À LA SÉANCE  
RÉSERVÉ AUX RETOUCHES

FORFAIT RÉSULTAT OPTIMUM\*



\*Forfait résultat optimum  
limité à 9 séances  
sur une durée de 2 ans

**10% de réduction**  
pour 2 zones épilées lors  
d'une même séance

**20% de réduction**  
à partir de 3 zones épilées  
lors d'une même séance

# SOINS CORPS



## *Cas dos* - 45 MIN -

Idéal pour les peaux grasses et acnéiques  
Gommage + vapozone + retrait de comédons  
+ enveloppement + hydratation

54€

## *Rituel spa* - 1H -

Hamam (10') + gommage  
+ enveloppement + hydratation

74€

## *La fontaine Bloomea*

Vergetures et Cicatrices

### LES SOINS BLOOMEA

LA SÉANCE

55€

LA CURE 6 SOINS / ZONE - 1 FOIS / SEMAINE

300€

SOIN SUPPLÉMENTAIRE APRÈS CURE

45€



# SOINS MAINS & PIEDS



Nous ne travaillons que sur des pieds sains, sans contamination bactérienne ou virale.

## LES SOINS MANUELS

### *Beauté simple* - 30 MIN - *mains ou pieds*

Soin de l'ongle\*

35€

### *Beauté* - 1H - *mains ou pieds*

Bain + (ponçage rugosité pieds)  
+ gommage + massage de détente  
+ soin de l'ongle\*

58€

### *Beauté complète* - 1H30 - *mains ou pieds*

Bain + (ponçage rugosité pieds),  
gommage + massage long de détente  
+ masque + soin de l'ongle\*

75€

### *Calluspeeling végétal* pieds

- 45 MIN -  
Retrait des callosités + cicatrisation des fissures  
(grâce à l'action kératolytique des patches)  
+ hydratation

54€

\*soin de l'ongle comprend : limage,  
cuticules, polissage et pose d'une base  
durcissante



# LE MAQUILLAGE



Nos gammes de maquillage allient éthique et performance



*Maquillage naturel / jour*

25€

*Maquillage soirée / cérémonie*

35€

*Maquillage Mariée*

54€

(1<sup>er</sup> essai + le maquillage du jour.)



# BRONZÉ(E) TOUTE L'ANNÉE



**Bronzez naturellement toute l'année grâce au bronzage expert !**

La micro-brumisation procure un **hâle uniforme et lumineux** toute l'année. Sa formule unique en France dont la composition est à **99,8% naturelle**, contient un activateur de mélanine, stimulant ainsi votre bronzage naturel. **Le résultat est forcément adapté à votre peau.**



*Visage  
+ décolleté*

**SANS ABONNEMENT** 13€  
**AVEC ABONNEMENT** 8€



*Jambes*

**SANS ABONNEMENT** 23€  
**AVEC ABONNEMENT** 15€



*Visage  
+ décolleté  
+ bras*

**SANS ABONNEMENT** 23€  
**AVEC ABONNEMENT** 15€



*Visage  
+ corps*

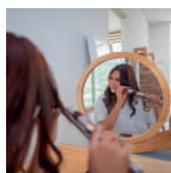
**SANS ABONNEMENT** 37€  
**AVEC ABONNEMENT** 25€

**Conseil pro :** 2 séances espacées de 3 jours, 1 séance la semaine suivante puis 1 séance tous les 15 jours. (gommage vivement conseillé avant votre 1<sup>ère</sup> séance pour un résultat homogène et durable).



## POUR FAIRE SOI-MÊME À LA MAISON

Nous vous transmettons nos connaissances et nos techniques pour que vous puissiez facilement les utiliser seul(e) une fois rentré(e) à la maison ! Ces coachings individuels sont personnalisés en fonction de vos attentes et besoins.



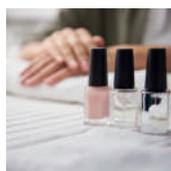
### *Coaching coiffure*

Apprenez à dompter votre chevelure.  
Conseils coupes/coiffures/  
couleurs pour vous mettre en valeur.



### *Coaching maquillage*

Apprenez à faire ressortir votre beauté naturelle.  
Du maquillage «bonne mine»  
aux maquillages les plus structurés



### *Coaching vernis semi-permanent green*

Apprenez les techniques «pro»  
pour une manucure réussie  
et qui dure dans le temps



### *Coaching Massage bébé*

**idéal de la naissance à 3 ans**  
Apprenez les gestes adaptés  
pour apaiser votre nouveau-né



### *Coaching auto Massage*

Apprenez les gestes pour  
vous dynamiser le matin et  
vous détendre le soir  
+ exercices de respiration

1 HEURE DE COACHING

55€

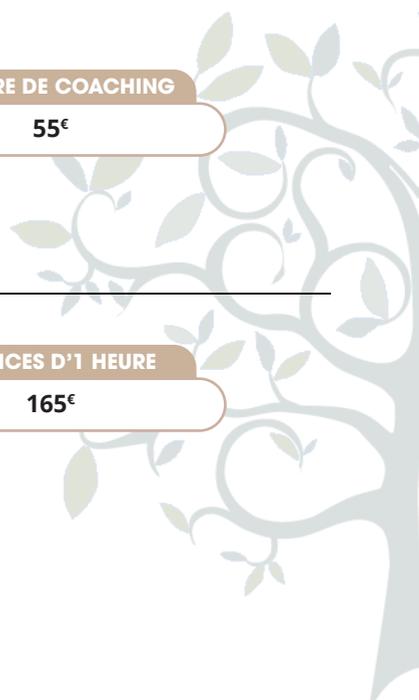
### *Le coaching massage relaxant*

Formation simple mais complète pour apprendre à réaliser un massage relaxant comme un(e) pro ! **Venir en duo**



3 SÉANCES D'1 HEURE

165€



# LES ENFANTS ET LES ADOS



## LA DÉTENTE & LE BIEN-ÊTRE

### *Massage bébé* - 20 MIN -

Apporte détente et apaisement des tensions après la naissance

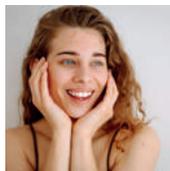
27€

### *Massage Junior* (-16 ANS)

- 30 MIN -

Découverte du massage du corps entier. Manœuvres douces et relaxantes

40€



### *Soin du visage bio junior* (6-12 ans) - 30 MIN -

Nettoyage de peau + gommage doux + massage visage + masque + crème

44€

### *Soin du visage Bio Ado* (12-18 ans) - 45 MIN -

Nettoyage de peau + gommage + vapozone + aspiration des comédons + masque + crème de jour

54€

## LA COIFFURE DES JUNIORS

Pour que vos enfants et adolescents profitent d'une coiffure respectueuse de leur santé et de l'environnement, optez pour nos prestations bio garantissant une chevelure éclatante.

### *L'instant Bout de chou* (0 à 6 ANS)

de 5€ à 15€

### *L'instant Ado* (12 à 18 ans) - 45 MIN -

30€

Shampooing + soin démêlant + coupe + coiffage

### *L'instant Junior* (-12 ANS) - 30 MIN -

21€

Shampooing + soin démêlant + coupe + séchage

### *Coiffure cérémonie enfant*

de 20€ à 45€

Chignon, attache, coiffage adapté à vos envies pour vos soirées et cérémonies



TOUS LES COACHINGS SONT ADAPTÉS AUX ADOS DÈS 14 ANS

# LA COIFFURE



Vivez l'expérience unique du bien être capillaire naturel.

Coloration végétale/bain de plantes, bar à shampooing, kit de coloration personnalisé pour faire à la maison... Prise en charge individuelle, bac de lavage ergonomique inclinable sans tension des cervicales, soin et massage crânien à chaque rendez vous...

**Détente et relaxation garantie !**



## LE BRUSHING

*L'instant Brushing* - 50 MIN - 37€

Soin aux huiles essentielles bio  
+ massage crânien (15min) + shampooing  
+ soin démêlant + coiffage



## LA COUPE

*L'instant coupe* - 1H10 - 52€

Soin aux huiles essentielles bio  
+ massage crânien (15min)  
+ shampooing + soin démêlant  
+ coupe + coiffage

*L'instant masculin* - 50 MIN - 32€

Soin aux huiles essentielles bio  
+ massage crânien (15min)  
+ shampooing + soin démêlant  
+ coupe + coiffage

*La femme pressée* - 30 MIN - 24€

Shampooing + coupe + séchage  
l'entre-deux soins  
(réservé aux clientes habituées)

*L'homme pressé* - 25 MIN - 20€

Shampooing + coupe + séchage  
l'entre-deux soins  
(réservé aux clients habitués)



## LA COLORATION VÉGÉTALE

(diagnostic préalable obligatoire offert)

*Pause colorée* 69€

Coloration naturelle à base de plantes tinctoriales + shampooing + soin fixant + coiffage

*Colorée coiffée* 83€

Coloration naturelle à base de plantes tinctoriales + shampooing + soin fixant + coupe + coiffage



## LES SUPPLÉMENTS

*Massage crânien* 15€

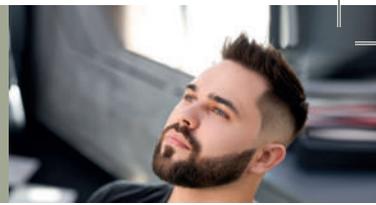
15 min applicables à toutes les prestations

*Double application de coloration* 20€

*Soin détox*

À faire avant la 1<sup>ère</sup> teinture végétale

Permet d'opacifier la couleur lorsque vous avez beaucoup de cheveux blancs



## ÉVÉNEMENTS & CÉRÉMONIES

*L'exceptionnelle* de 30€ à 90€

Chignon, attache, coiffage adapté à vos envies pour vos soirées, cérémonies...



*Essai coiffure* - 1H MAXI - 35€

## LES SOINS BARBIERS



*Rasage ou taille de barbe à l'ancienne* - 40 MIN -

26€

Méthode traditionnelle au coupe-chou avec produits bio, serviette chaude + soin après-rasage

*Taille de barbe (simple)* - 10 MIN -

10€

Tondeuse et taille de barbe + application d'huile

## HAIR SPA

Un massage du cuir chevelu originaire du Japon qui allie pressions et pétrissages, qui détend, stimule la circulation sanguine et booste la santé capillaire. Un pur moment de bonheur...



### Le Tradi

Massage d'accueil + hammam du cheveu + soin aux huiles et huiles essentielles + massage crânien (20 min) + fontaine d'eau + shampooing + soin démêlant + séchage

### Le Complet

Massage d'accueil + gommage du cuir chevelu + hammam du cheveu + soin aux huiles et huiles essentielles + massage crânien (30 min) + fontaine d'eau + shampooing + soin démêlant + séchage



LE TRADI

1H 74€

LE COMPLET

1H20 98€



### Option Brushing

OPTION BRUSHING

15 MIN 15€

# CONSEILS D'EXPERT



## VOTRE PEAU

Reconnaître son type de peau...  
pour savoir choisir ses cosmétiques

TYPE DE PEAU	PROBLÉMATIQUE	SIGNES PHYSIQUES
 <b>PEAU GRASSE</b>	<i>Excès de sébum</i>	<i>Brillance surtout zone T (front, nez et menton), pores dilatés, imperfections, comédons</i>
 <b>PEAU SÈCHE</b>	<i>Insuffisance de sébum</i>	<i>Sensations d'inconfort, de tiraillement, rêche au toucher, peau terne, desquamation, pores très serrés</i>
 <b>PEAU SENSIBLE</b>		<i>Irritation, rougeur au toucher, démangeaison, sensations de brûlure</i>
 <b>PEAU DÉSHYDRATÉE</b>	<i>Insuffisance d'eau souvent couplé à une autre typologie de peau</i>	<i>Présence de fines ridules, manque d'éclat du teint</i>
 <b>PEAU MATURE</b>	<i>Insuffisance d'élastine, collagène et acide hyaluronique</i>	<i>Relâchement cutané, rides et ridules, tâches pigmentaires, perte d'élasticité et de fermeté, perte de volume et d'éclat de la peau, poches sous les yeux, déshydratation</i>

## 7 ASTUCES POUR AVOIR une belle peau ...



- 1/ Protégez votre peau du soleil et des rayons UV
- 2/ Boire tout a long de la journée (1,5 l)
- 3/ Connaître votre type de peau
- 4/ Utiliser des cosmétiques adaptés
- 5/ Masser votre visage
- 6/ Avoir de la rigueur dans votre routine beauté
- 7/ Faire des soins réguliers en institut



### ÉTAPE PAR ÉTAPE...

#### ROUTINE BEAUTE

- 1 Nettoyage de peau quotidien
- 2 Gommage une fois par semaine
- 3 Crème de protection quotidienne
- 4 Sérums quotidiens et masque 1 fois par semaine

# CONSEILS D'EXPERT



## VOS CHEVEUX

Connaître ses cheveux et son cuir chevelu...  
pour savoir choisir ses produits

	TYPE DE CHEVEUX	PROBLÉMATIQUE	SIGNES PHYSIQUES
	CHEVEUX GRAS	<i>Excès de sébum</i>	<i>Racines grasses et pointes sèches, pellicules épaisses au niveau du cuir chevelu, démangeaisons</i>
	CHEVEUX SECS	<i>Insuffisance de sébum</i>	<i>Sensations d'inconfort, de tiraillement, cheveux rêches au toucher, cheveux ternes, pellicules fines au niveau du cuir chevelu qui tombent facilement</i>
	CUIR CHEVELU SENSIBLE		<i>Irritation au toucher, rougeurs, sensations de brûlure, allergies aux produits fréquentes</i>
	CHEVEUX DÉSHYDRATÉS	<i>Insuffisance d'eau</i>	<i>Cheveux ternes, cheveux cassants</i>



### ÉTAPE PAR ÉTAPE...

#### ROUTINE BEAUTE

- 1 *Hydratation/Nutrition 1 fois/mois*
- 2 *Deux shampoings 2 à 3 fois par semaine*
- 3 *Conditionner avec ou sans rinçage après chaque shampoing*
- 4 *Crème ou sérum quotidien de protection*

## 7 ASTUCES POUR AVOIR de beaux cheveux ...



- 1/ Protégez vos cheveux du soleil et des rayons UV
- 2/ Hydrater et/ou nourrir votre cuir chevelu au moins 1 fois par mois
- 3/ Connaître votre type de cuir chevelu/cheveux
- 4/ Utiliser des produits adaptés
- 5/ Masser votre cuir chevelu lors du shampoing
- 6/ Ne pas frotter vos cheveux avec la serviette
- 7/ Faire des soins réguliers en institut

CENTRE EXPERT EN BEAUTÉ, COIFFURE ET BIEN-ÊTRE

# AUSSI VRAI QUE NATURE



## HORAIRES D'OUVERTURE

Mardi et jeudi : 11h30-20h  
Mercredi et Vendredi : 9h30-20h  
Samedi : 9h30-19h

Horaires spécifiques sur la période des vacances d'été



RÉSERVATION & ACHAT  
CARTE CADEAU EN LIGNE  
[www.aussivraiquenature.com](http://www.aussivraiquenature.com)



AUSSI VRAI QUE NATURE  
TÉL : 02 47 79 03 09

6 impasse de la Fontaine Besnard  
37150 CIVRAY DE TOURAINE



antrouille.biz - © aussivrai que nature - 10/2024



[aussivraiquenature](https://www.facebook.com/aussivraiquenature)



[aussi.vrai.que.nature](https://www.instagram.com/aussi.vrai.que.nature)



[www.aussivraiquenature.com](http://www.aussivraiquenature.com)