



VOTRE BEAUTÉ
AU NATUREL

Le Magazine de l'été

2024

SOMMAIRE

- 03 ÉDITO
- 04-05 COMMENT PRÉPARER SA PEAU AU SOLEIL
- 06-08 QUE MON VISAGE RAYONNE CET ÉTÉ
- 09 LA PROTECTION SOLAIRE
- 10 SE REMETTRE À BOUGER
- 11 NOTRE CRÈME MINCEUR ANTI-CELLULITE
- 12 S.O.S JAMBES LOURDES
- 13-15 NOS PRODUITS COUPS DE COEUR DE L'ÉTÉ





ÉDITO

« Nous sommes heureux de vous présenter notre nouveau magazine beauté de l'été ! Vous y trouverez des conseils pour prendre soin de votre bien-être et profiter pleinement de cette période ensoleillée.

Depuis plus de 40 ans, SPINEE vous accompagne dans toutes vos routines beauté. Notre mission, c'est de vous proposer des produits sains pour vous aider à vous faire du bien et à vous reconnecter à la nature et à tout ce qu'elle nous offre.

SPINEE, c'est une histoire familiale. C'est un laboratoire belge où tout est conçu et fabriqué sur place. Mais c'est avant tout une histoire d'amour et de passion, d'engagement et de respect pour la peau et pour l'environnement.

Nous espérons que la lecture de ce magazine vous apportera tous les conseils pour vivre une saison estivale tout en réconfort !

Nous en profitons également pour remercier tous nos esthéticiennes partenaires et tous ceux et celles qui sont fidèles à nos produits. »

Marielle et Damien Pisvin
Seconde génération de créateurs

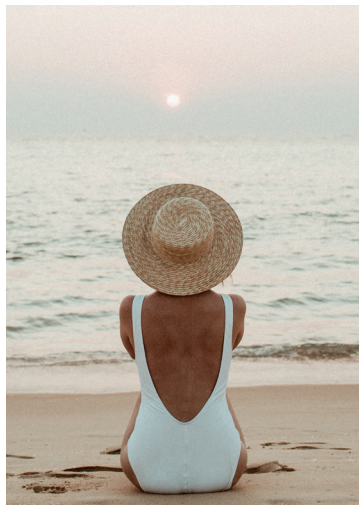
Adresse de notre laboratoire

Rue de la Ferme des Trois Moulins 11,
5570 Beauraing | BELGIQUE

Retrouvez nous sur...

www.spinee.be





Comment préparer sa peau au Soleil ?

À la sortie de l'hiver, notre peau est généralement plus sensible aux rayons UV car elle n'a pas été exposée au soleil depuis un certain temps. Préparer sa peau, dès l'arrivée des beaux jours, est important pour minimiser les risques de dommages cutanés, prévenir le vieillissement prématuré de la peau et réduire le risque de cancer.

1. Exfolier pour avoir une peau nette et un beau bronzage

Le gommage débarrasse la peau de toutes les cellules mortes qui l'encombrent en surface. La peau est plus lisse, plus douce, fin prête pour un bronzage plus uniforme et durable.



Une fois par semaine, utilisez un gommage à la formule douce pour le visage. Pour le corps, on peut choisir un gommage à petits ou gros grains. Le gant de gommage en loofah est aussi pratique et peut très vite devenir un indispensable de votre salle de bain.

2. Intégrer de nombreux fruits et légumes à votre alimentation

Les fruits et les légumes sont riches en antioxydants. Par exemple, les agrumes, riches en vitamine C, sont nécessaires à la production de collagène, une protéine qui maintient la fermeté et l'élasticité de la peau. Les carottes, les tomates, les canneberges... contiennent des bêta-carotènes et des licopènes qui aident à renforcer la résistance de la peau au soleil.



Vous pouvez aussi opter pour des compléments alimentaires comme les gélules solaires, riches en carotènes, vitamine A et E. Pour une efficacité optimale, il est conseillé de commencer sa cure 15 jours avant l'exposition au soleil, et de poursuivre tout l'été.

3. S'hydrater In & Out

Pour bronzer vite et mieux, il faut que la peau soit parfaitement hydratée et nourrie. Une peau parfaitement hydratée est aussi une peau qui sera mieux armée pour se défendre contre toutes les agressions extérieures (vent, soleil,...) et qui vieillira moins vite.

Quand on parle hydratation, il faut d'abord penser à boire minimum son 1,5L d'eau pour que l'organisme tout entier puisse compenser l'eau qu'il élimine en transpirant et en urinant.

Conseils Astuces

N'attendez pas d'avoir soif pour boire, buvez régulièrement de petites quantités tout au long de la journée.

Votre peau a besoin d'être hydratée de l'extérieure. C'est un must pour toutes les peaux et en toute saison. N'attendez pas d'être en vacances au soleil pour utiliser un après-soleil qui répare les dommages causés. La prévention, c'est la clé. Un épiderme bien préparé, bien hydraté sera moins sensible aux méfaits du soleil.

Conseils Astuces

Pensez hydratation au quotidien, pour le visage et pour le corps. Et n'oubliez pas qu'un produit pour le corps ne s'applique pas sur le visage.

4. Penser à soi

Réserver un soin dans un institut pour préparer votre peau au soleil !
Votre esthéticienne saura vous conseiller en fonction de vos besoins.



Que mon visage rayonne cet été !

Pourquoi une nouvelle routine visage pour les saisons plus chaudes ? C'est vrai ça ! Pourquoi changer ? Ben... c'est un peu comme les vêtements... on peut porter un jean été comme hiver, mais on adapte ce qui va avec !

Nos recommandations pour revoir sa routine visage ?

1. On ne zappe pas le nettoyage

Même si on ne se maquille pas, nettoyer sa peau matin et soir est d'autant plus important l'été. Le matin pour la rafraîchir et éliminer la sueur de la nuit ; le soir pour la débarrasser des impuretés et enlever les filtres solaires.



Le Lait Douceur, c'est notre favori ! On aime sa texture légère et on craque pour son parfum frais. Facile à appliquer : on prélève une noix de produit, on l'applique sur l'ensemble

du visage par mouvements circulaires, on rince à l'eau avec un gant de toilette. Et le tour est joué ! La peau est propre et souple.

2. On valide l'exfoliation douce

Avant l'été, on s'offre une cure de gommage tout doux avec l'**Essence de Clarté**. C'est le moment idéal pour se débarrasser du teint terne hivernal, booster

le renouvellement cellulaire pour faire peau neuve tout en renforçant ses défenses naturelles.

L'Essence de Clarté, c'est une lotion gélifiée qu'on applique avec les doigts (avant on a bien lavé ses mains).

Les acides de fruits qu'elle contient exfolient délicatement, améliorant la texture et l'éclat de la peau.

Notre conseil, c'est de la faire pénétrer en tapotant les os du visage. Ce petit geste anodin, c'est le « bone tapping » : c'est un geste anti-âge pour vieillir moins vite. Cela préserve la santé des os, la vitalité de la peau et stimule la production de collagène.

3. On adopte le Masque-feuille Hydra-boost

À faire une fois par semaine, parce que l'été, l'épiderme va souffrir sous l'effet des UV. Ce qu'on adore dans le Masque Hydra-Boost, c'est qu'en le plaçant 15 minutes avant au réfrigérateur, il va diminuer

Effet peau neuve

Un Peeling progressif

- Pour des pores affinés
- Pour une peau lissée et hydratée
- Pour l'éclat et l'homogénéité du teint
- Pour toutes les peaux



la température cutanée d'un cran, pour nous apporter de la fraîcheur en plus d'hydrater intensément la peau. On apprécie ses ingrédients actifs : de l'acide hyaluronique repulpant, de l'eau d'orge adoucissante et un extrait de figue de barbarie protecteur de l'élasticité et la fermeté de la peau.

Le saviez-vous ? Le froid est un allié beauté aux multiples vertus. Ses propriétés anti-inflammatoires et anti-âges améliorent instantanément l'aspect de la peau. Teint éclatant, circulation sanguine stimulée, peau raffermie et tonifiée, effet décongestionnant et pores resserrés. Tout ce qu'on recherche pour notre peau !

4. Le Sérums Soleil, l'incontournable pour une peau bien préparée

Le sérum de l'été par excellence ! Il empêche la perte en eau de la peau et renforce ses défenses naturelles. Il ne contient pas de filtres solaires, mais ses actifs anti-oxydants protègent nos cellules du vieillissement

causé par une surexposition au soleil.

Ce qu'on adore dans ce sérum, c'est qu'il contient un actif végétal naturel qui permet de bronzer plus vite en s'exposant moins. Il est rapidement absorbé par la peau ! Au cas où tu n'aurais pas l'habitude d'utiliser un sérum, sache qu'il s'utilise habituellement avant la crème hydratante, matin et soir, c'est mieux. On peut aussi l'appliquer sous la crème solaire.

5. On chouchoute sa peau avec une bonne dose d'hydratation

Notre soin chouchou de l'été, c'est sans conteste le **Soin Unifiant**.

Les peaux mixtes vont aussi aimer le Soin Matifiant. L'été, c'est la saison galère pour les peaux qui brillent ! On aime la texture légère du soin Matifiant, mais ce qu'on apprécie par-dessus tout, c'est qu'il absorbe les excès de sébum pendant 8 heures, tout en gardant la peau hydratée.





La protection solaire

Difficile d'éviter les rayons nocifs du soleil en été.

Le soleil est bon pour nous aider à synthétiser la vitamine D qui participe à renforcer la solidité des os. Il nous aide aussi à produire des endorphines, ces fameuses hormones du plaisir qui nous font nous sentir bien.

Mais en excès, le soleil nuit gravement à la santé de la peau.

Conseils Astuces

- Ne vous exposez pas aux heures chaudes, entre 12h et 16h
- Privilégiez les zones ombragées lorsque vous êtes à l'extérieur
- A la plage, n'oubliez pas lunettes solaires, chapeau et parasol
- Appliquez une crème solaire lors des expositions et renouvelez-en l'application toutes les 2 heures. Sachez que la crème de jour avec un indice de protection, que vous appliquez à 8h du matin ne vous protège plus du soleil de l'après-midi.
- Pour une personne en bonne santé, 20 minutes d'exposition au soleil par jour suffisent pour assurer la production nécessaire de vitamines D.
- Limitez le temps passé au soleil, laissez votre peau s'habituer doucement aux rayons UV.
- Utilisez vos crèmes solaires à bon escient. Comme de très nombreuses crèmes solaires contiennent des filtres solaires allergisants, voire perturbateurs endocriniens, mieux vaut éviter les longues expositions au soleil et se protéger avec un T-shirt.
- Une bonne protection solaire = s'enduire, s'enduire et encore s'enduire. Mais la meilleure protection reste de ne pas s'exposer !

Se remettre à bouger

Les beaux jours arrivent, on a envie de prendre l'air, on pense à se détoxifier, et l'envie nous reprend d'attaquer un régime pour perdre les kilos. Fausse bonne idée !

Qui dit « régime », dit « privation ». Avec le régime, on perd du poids dans un premier temps, puis on le reprend juste après... et même parfois un peu plus.

Conseils & Astuces

- Se mettre au sport, bouger. 30 minutes de marche par jour, c'est déjà très bien. Plus, c'est encore mieux. Mais à chacun son rythme !
- Adopter une alimentation équilibrée, sans privation, en privilégiant les aliments sains. Manger à votre faim, des fruits, des légumes, des légumineuses,... Faites-vous aider par un nutrithérapeute ou un diététicien si vous en éprouvez le besoin.
- Si votre corps est en train de se remodeler, pensez à le masser... ou le faire masser. L'action de crèmes amincissantes, complétées par des massages, nourrit la peau et améliore son aspect général.

Notre crème minceur anti-cellulite c'est

- Du beurre de karité pour redonner de la souplesse aux fibres d'élastine et de collagène
- Un actif végétal naturel à l'effet brûle-graisse
- 5% de caféine pure pour déstocker les graisses et drainer
- Un extrait de quinoa qui freine la multiplication des cellules graisseuses
- Une peau qui gagne en élasticité
- Une diminution de l'aspect peau d'orange
- Une texture agréable qui pénètre rapidement
- Une crème à appliquer matin et soir sur une peau propre pour hydrater son corps,... mais elle fait bien plus que cela !



Conseils Astuces

Pour décupler les effets des actifs de la CRÈME MINCEUR ANTI-CELLULITE, il est important que la peau soit exfoliée... mais aussi massée. Chaque jour sous la douche, utilisez le Gant de Loofah. Cette éponge végétale très respectueuse de la peau est LE MUST pour nettoyer la peau, la débarrasser des cellules mortes et favoriser la circulation sanguine. Il fait la guerre aux capitons !



S.O.S jambes lourdes

Pourquoi a-t-on les jambes plus lourdes en été ?

L'été est la saison des jolies robes mais pour certaines c'est également la période durant laquelle nos jambes peuvent nous sembler plus lourdes. Quand il fait trop chaud nos vaisseaux sanguins se dilatent afin de maintenir notre corps à une température interne constante. Ce qui peut entraîner une augmentation du volume sanguin dans nos jambes et donc une sensation de « jambes lourdes ».

Conseils Astuces

1. Buvez beaucoup d'eau pour favoriser le drainage.
2. Marchez, bougez pour stimuler la circulation. Surélevez vos jambes lorsque vous vous allongez, pour favoriser le retour veineux.
3. Réduisez la consommation de sel qui favorise la rétention d'eau.
4. Le froid stimule la circulation et resserre les vaisseaux sanguins. Gardez vos jambes au frais : douche froide, pied dans l'eau ou gel jambes à effet glaçon sont vos alliés. Essayez notre gel jambes légères.
5. Côté vêtement, favorisez les vêtements amples et portez des bas de contention si des varices apparaissent.
6. Massez, massez et faites-vous masser !

Nos Coffrets Évasion

Un gel douche, une huile sèche et une brume parfumée pour prendre soin de son corps.

À offrir ou à s'offrir !

Choisissez votre destination olfactive !



Nos produits corps de coeur
de l'été !



LE BAUME HYDRA-APAISANT

L'après soleil idéal! Il apaise les sensations d'échauffements et répare la peau.



LE LAIT PRÉPARATEUR DE BRONZAGE

Lait Hydratant pour le corps à l'huile de macadamia.

Pour bronzer plus vite en s'exposant moins. Le must have!



Le GOMMAGE AUX FRUITS ROUGES

Exfolier votre corps, pour une peau douce et lisse. Que dire de son parfum: on en mangerait !





LE SOIN UNIFIANT

Riche en huiles BIO de macadamia et de jojoba, c'est la crème jour/nuit idéale pour unifier le teint et aider à atténuer les taches pigmentaires dues aux expositions aux UV.



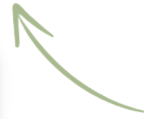
LE SÉRUM SOLEIL

Il aide à renforcer l'hydratation, la souplesse et l'élasticité de la peau. Mais surtout, on l'aime parce qu'il permet de bronzer plus vite en s'exposant moins.



Le GOMMAGE AU RIZ

Une crème aux micrograins de riz pour exfolier le visage en douceur. Convient aussi pour le corps !



L'HUILE SECHE HYDRATANTE

Dites adieu à la peau de croco et découvrez nos huiles sèches qui laissent le corps agréablement parfumé, sans laisser de film gras.



LA BRUME PARFUMÉE

Pour rafraîchir et parfumer en un seul «pschitt». Elles s'appliquent sur le corps, sur les cheveux, sur les vêtements et pourquoi pas dans votre intérieur !



COSM'ÉTHIQUE
BELGE

INGRÉDIENTS
D'ORIGINE NATURELLE

NON-TESTÉS
SUR LES ANIMAUX

Votre esthéticienne:



Créateur belge de cosmétiques naturels

WWW.SPINEE.BE



LABORATOIRES SPINÉE

rue la Ferme des Trois Moulins 11, 5570 Beauraing | BELGIQUE
+32 61/58.89.25 ou +32 475/89.62.43 | info@spinee.be