

# AQUA-MER<sup>MD</sup>

## THALASSOTHÉRAPIE

CARIFTON-SUR-MER

### *Soins esthétiques et soins du corps*

Aqua-Mer Thalassothérapie vous propose une grande variété de soins esthétiques et du corps pour vous détendre, rehausser votre niveau d'énergie, améliorer l'apparence de votre peau ou tout simplement pour vous faire dorloter. Les soins, réalisés dans le plus grand respect de la biodiversité marine, sont offerts autant aux curistes qu'à la clientèle locale ou de passage.

#### **Détails des soins offerts**

Soins du visage	page 2
Compléments aux soins du visage	page 3
Épilation	page 4
Autres soins du corps	page 5
Soins des jambes, des pieds et des mains	page 6
Massages	page 7
Forfaits	page 8
Lexique	page 9

## Soins du visage

### SOIN VISAGE INITIAL

Coût : 80 \$

*Soin nettoyage en profondeur*

**Durée : 60 minutes**

Le nettoyage en profondeur permet d'éliminer les premiers obstacles à la pénétration des produits cosmétiques. Il est un préalable incontournable à tout autre soin du visage de haute performance, puisqu'il permet d'abord une bonne analyse de votre peau.

### SOIN SIGNATURE AQUA-MER

Coût : 110 \$ (trio\* : 280 \$)

*Soin hydra-chauffant*

**Durée : 60 minutes**

Adapté à tous les types de peaux et spécifiquement recommandé aux gens dont la peau est souvent exposée aux intempéries, ce soin unique a fait ses preuves depuis plus de trois décennies. Il comprend d'abord un drainage lymphatique du visage, qui procure une détoxification de l'organisme. L'application d'un masque autochauffant procure une fraîcheur étonnante pour ensuite dévoiler graduellement sa chaleur apaisante et s'ajuster à la température de votre corps. Il nettoie l'épiderme en profondeur, déloge efficacement les impuretés et rétablit le taux d'hydratation en absorbant la crème vitaminée appliquée au préalable. Dès le premier traitement, votre peau sera lisse, rajeunie, revivifiée et radieuse.

\* Optez pour ce soin trois fois pendant votre séjour et bénéficiez du tarif « trio ».

### SOIN HYDRA BLUE

Coût : 95 \$

*Soin désaltérant repulpant*

**Durée : 60 minutes**

En jumelant des produits aux textures ultrasensorielles à un modelage relaxant, votre peau sera plongée dans un bain d'hydratation à l'efficacité record! En un seul soin, la peau repulpée et reposée révèle sa fraîcheur naturelle et retrouve confort et éclat.

### SOIN DOUCEUR MARINE

Coût : 80 \$

*Soin réconfortant apaisant*

**Durée : 60 minutes**

Ce voile de douceur est recommandé pour les personnes aux peaux sensibles sujettes à des sensations de tiraillements, des rougeurs diffuses ou des irritations. Un soin « cocon » qui adoucit la peau et renforce son système de protection pour un épiderme apaisé, uniformisé et idéalement hydraté.

### SOIN INTENTION JEUNESSE

Coût : 110 \$

*Soin correction des rides raffermissant*

**Durée : 60 minutes**

À la pointe de l'expertise scientifique et cosmétique des produits Phytomer, ce soin anti-âge ultraperformant offre une efficacité unique doublée d'une précieuse parenthèse de bien-être. En un seul soin, les rides sont visiblement corrigées et la peau est raffermissée.

## TRIO ANTI-ÂGE

**Coût : 310 \$**

Ce super trio de soins du visage vous propose un soin nettoyant (*Soin initial* ou *Douceur marine*), un soin hydratant (*Signature Aqua-Mer* ou *Hydra Blue*) et un soin raffermissant (*Intention jeunesse*). En optant pour ce trio, vous bénéficiez également d'un soin d'immersion marine.

## SOIN CITADIN

**Coût : 95 \$**

*Soin fraîcheur de peau anti-pollution*

**Durée : 60 minutes**

Un vent de fraîcheur souffle en cabine pour dépolluer la peau des citadins et procurer un effet de séjour au bord de la mer! Les signes de fatigue s'effacent, le teint est plus homogène, la peau est intensément hydratée et elle retrouve toute sa fraîcheur.

## SOIN ACNIPUR

**Coût : 60 \$**

*Soin solution imperfections*

**Durée : 50 minutes**

Ce soin désincrustant et matifiant permet de retrouver une peau visiblement plus saine, fraîche et plus nette. Il associe deux produits ultraperformants pour une extraction parfaite : un exfoliant pour désincruster les pores en profondeur et faciliter l'extraction des comédons, puis un sérum, appliqué après l'extraction des comédons, pour apaiser et calmer la peau. Résultats : les défauts cutanés sont limités, les pores obstrués sont libérés et les excès de sébum sont régulés.

## SOINS VISAGE POUR HOMME

**Coûts : entre 60 \$ et 110 \$**

**Durée : 60 minutes**

Tous les soins du visage se déclinent dans une version masculine. Les produits de nettoyage et les crèmes de soin de la gamme Phytomer Homme sont utilisés pour apporter la réponse la plus adaptée aux besoins de l'épiderme masculin.

## Compléments aux soins du visages

### IMMERSION MARINE

**Coût : 30 \$ – Durée : 15 minutes**

L'immersion marine offre un quart d'heure de pur bien-être pour un effet reminéralisant et dynamisant. L'application d'une boue marine autochauffante tout au long de la colonne vertébrale vous procurera un moment de détente absolue. Ce soin est idéalement intégré aux soins du visage dans les cas de fatigue, de stress ou simplement pour un effet « cocooning » absolu!

### AJOUT D'UN SÉRUM

**Coût : 15 \$**

Ajoutez un sérum particulier à votre soin du visage initial, selon les caractéristiques de votre peau : rougeurs, taches pigmentaires, peaux déshydratées, rides et ridules, etc.

## COU ET DÉCOLLETÉ

Coût : 15 \$

La peau du cou et son prolongement sur la partie supérieure du thorax est une zone très fine et fragile. L'absence de lipides et de glandes sébacées, nécessaires pour nourrir efficacement le derme, rend cette zone plus sujette au relâchement cutané. Afin de prévenir l'apparition de taches, rougeurs et autres imperfections causées par l'exposition aux rayons du soleil, étendez l'application de vos soins pour le visage à cette partie sensible.

## SOIN REGARD PARFAIT

Coût : 40 \$

*Soin lissant éclat des yeux*

Seul ou incorporé au soin du visage de votre choix, le soin Phytomer « regard parfait » allie performance et relaxation pour un regard qui pétille de jeunesse! Le modelage dynamisant dédié à la zone du regard engendre des résultats visibles immédiatement. En un seul soin, le regard est défroissé, ravivé et éveillé.

## Épilation

### ÉPILATION À LA PÂTE DE SUCRE

Si vous redoutez l'épilation au laser ou à la cire, l'épilation au sucre est une alternative intéressante. Cette technique douce est idéale pour les personnes qui sont diabétiques, intolérantes à la douleur ou qui ont des problèmes de peau. Elle consiste à enlever le poil dans le sens de la pousse. La racine se trouve alors redressée, ce qui permet d'éviter la déformation du follicule pileux et les poils incarnés. Nous recommandons des séances à toutes les quatre semaines ou selon la repousse des poils.

- Cuisses : 38 \$
- Demi-jambes : 35 \$
- Jambes entières : 58 \$
- Ligne bikini : 20 \$
- Aisselles : 15 \$
- Demi-bras : 27 \$
- Lèvre supérieure : 15 \$
- Dos : 45 \$
- Torse : 45 \$
- Torse, dos et épaules : 75 \$

### ÉPILATION DES SOURCILS

Balayage : 15 \$

Ligne complète : 20 \$

## Autres soins du corps

### SOIN CAPILLAIRE

**Coût : 65 \$ (trio\* : 165 \$) – Durée : 50 minutes**

Ce rituel répare et sublime le cuir chevelu et le cheveu en fonction de leur nature. Il nourrit, fortifie, purifie, densifie et avive la couleur en intégrant crème, algue, argile, enveloppement de chaleur et shampoing. Un modelage de la tête et de la nuque conclue l'expérience afin de favoriser l'activation des produits et vous procurer détente et mieux-être.

\* Optez pour ce soin trois fois pendant votre séjour et bénéficiez du tarif « trio ».

### AÉROSOL MARIN

**Coût : 20 \$ – Durée : 10 minutes**

Ce brouillard marin inhalé a un effet décongestionnant pour les sinus et les voies respiratoires. Chaque séance permet de libérer les poussières, la pollution et les dépôts de nicotine qui adhèrent aux parois des sinus. Ce soin est recommandé autant aux fumeurs qu'aux non-fumeurs.

### AÉROSOL MARIN – CURE HYGIÈNE NASALE (10 SOINS)

**Coût : 180 \$**

Cette cure est particulièrement recommandée et efficace pour les personnes qui souffrent d'allergies ou de problèmes reliés à l'asthme, à la pollution et aux sinusites chroniques. Les aérosols marins nettoient les voies respiratoires et vous aident à relaxer en profondeur.

Durée conseillée : 5 à 6 jours avec 2 soins par jour.

### BOUE CHAUFFANTE CORPORELLE

**Coût : 50 \$ – Durée : 30 minutes**

Riches en magnésium et en oligo-éléments, les boues dégagent, lors de leur application, une chaleur progressive qui permet une meilleure pénétration des produits actifs. Elles peuvent être utilisées localement (cou, épaules, dos, hanches, genoux, jambes, cuisses, mains, bras et pieds). Ce soin est tout indiqué pour le soulagement des douleurs liées à l'arthrite ou aux rhumatismes, pour l'activation de la circulation sanguine, la facilitation des retours veineux et lymphatiques, la résorption cellulitique et l'élimination des points de tension.

### ENVELOPPEMENT CORPOREL AVEC EXFOLIATION

**Coût : 120 \$**

**Durée : 45 minutes**

Ce soin à la fois relaxant et revigorant permet de libérer le corps de ses particules de peaux mortes par l'application de produits exfoliants en léger massage. Il est idéal avant les expositions prolongées au soleil afin de faciliter le bronzage et conserver un meilleur teint plus longtemps. Le soin se conclue par un bain et redonnera à votre peau tout son éclat, sa douceur et son hydratation.

## SOIN DU DOS

**Coût : 110 \$ – Durée : 60 minutes**

Ce soin désincrustant et relaxant rassemble toutes les étapes d'un nettoyage en profondeur : nettoyage global, exfoliation au sel de mer, extraction des comédons et massage relaxant. Une boue chauffante est appliquée et rincée à chacune des étapes à l'aide de serviettes chaudes. Le soin se termine avec l'application d'une crème hydratante à base d'algues. Ce petit moment de bonheur est idéal pour les gens ayant des problèmes de comédons, de papules ou de pustules dans le dos, ou simplement pour le plaisir de se faire chouchouter!

## JETS SOUS-MARINS

**Coût : 45 \$ – Durée : 15 minutes**

Dans un bassin d'eau de mer chauffée, vous effectuez différents mouvements sous la pression contrôlée des jets. Ces mouvements, dirigés par un hydrothérapeute, favoriseront la décontraction des articulations tout en rechargeant vos muscles en oligo-éléments. Une véritable gymnastique en piscine! *Indications : décontraction musculaire, soulagement des douleurs dorsales et rhumatismales.*

## Soins des jambes, des pieds et des mains

### SOIN JAMBES LOURDES

**Coût : 95 \$ – Durée : 45 minutes**

Vous avez les jambes lourdes, les chevilles enflées et les pieds gonflés? Ce soin est tout indiqué pour vous. Un drainage lymphatique stimule la circulation de la lymphe et favorise l'élimination des déchets de l'organisme en venant soulager les tensions soit avec de la chaleur ou avec du froid.

### TRIO JAMBES LOURDES

**Coût : 225 \$**

Ce trio de soins est constitué d'un drainage lymphatique, de l'application de boue et d'un massage manuel. Son action thermique permet de liquéfier les cellules graisseuses et de les faire disparaître naturellement.

### PRESSOTHÉRAPIE

**Coût : 65 \$ – Durée : 20 minutes**

Les bottes gonflables à compression intermittente et alternative de la pressothérapie améliorent la circulation en favorisant le retour veineux et lymphatique. Ce soin permet de réduire et de maîtriser l'œdème des membres en réduisant l'excédent de liquide interstitiel qui cause l'enflure.

### MANUCURE SANS VERNI

**Coût : 50 \$ – Durée : 50 minutes**

La manucure est un soin esthétique qui redonne à vos mains une apparence soignée. Elle se concentre principalement sur les ongles afin de les fortifier et de les débarrasser des peaux mortes qui les entourent.

## PÉDICURE SANS VERNI

**Coût : 65 \$ – Durée : 75 minutes**

Le pédicure comprend le trempage des pieds dans un bain à remous et le soin complet du pied : nettoyage des ongles, traitement de la corne, exfoliation et léger massage.

## Massages

Les massages et les forfaits énumérés ci-après vous donnent accès à la piscine d'eau de mer 30 minutes avant le soin. Nous vous suggérons d'en profiter pleinement pour maximiser votre détente. Apportez votre serviette et votre bonnet de bain.

### **MASSAGE DÉTENTE SIGNATURE AQUA-MER**

**Coût : 80 \$ (45 minutes)  
ou 90 \$ (60 minutes)**

À la fois ferme et doux, ce massage à l'huile s'attarde principalement sur votre musculature. En plus des muscles, les articulations, la peau, la respiration et le système nerveux bénéficient aussi des effets relaxants. Il est un bon complément à la cure marine, dont l'objectif est de favoriser la détente et d'améliorer la santé intégrale.

### **MASSAGE THÉRAPEUTIQUE**

**Coût : 95 \$ – Durée : 60 minutes**

Le massage thérapeutique regroupe un ensemble de techniques et de massages permettant d'éliminer les douleurs et le stress. Il vise à améliorer votre état physique et psychologique.

### **MASSAGE SOUS LA PLUIE**

**Coût : 95 \$ – Durée : 30 minutes**

Sous une fine pluie d'eau de mer chauffée, le massage sous la pluie stimule le tonus musculaire et rééquilibre le système nerveux. Il est excellent pour le dos et procure une détente générale.  
*Indications : maux de dos.*

### **MASSAGE À 4 MAINS**

**Coût : 110 \$ – Durée : 30 minutes**

Le massage à quatre mains permet de lâcher prise totalement, puisque votre cerveau ne parvient plus à se concentrer de façon précise sur les gestes que le corps reçoit. Vous plongez dans un état de sérénité absolue et votre corps est complètement détendu.

### **MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES**

**Coût : 100 \$ – Durée : 55 minutes**

## PLANCHE VERTÉBRALE D'INVERSION

Coût : 45 \$

Durée : 15 minutes

Cette thérapie par le mouvement, dirigée par un massothérapeute, vise à redonner de la mobilité et de la souplesse à votre colonne vertébrale et à la région cervicale.

*Indications : mobilité du cou et de la nuque – des épaules et des bras – de la colonne vertébrale – des hanches (nerf sciatique) – des jambes et des pieds.*

## DRAINAGE LYMPHATIQUE

Coût : 90 \$ – Durée : 45 minutes

Cette technique manuelle a pour but de dégager les canaux lymphatiques, de libérer les toxines et d'éliminer l'œdème vers les voies naturelles d'évacuation. Les manœuvres douces et très précises vous mènent à la décontraction et la relaxation. La circulation lymphatique ralentit dans les périodes de stress, de fatigue ou d'inactivité physique.

*Indications : cellulite et œdème.*

## FORFAITS

### LE CLASSIQUE

195 \$

- 1 soin du visage initial
- 1 pédicure
- 1 soin capillaire

### LES DUOS

- Algothérapie et bain hydromasseur d'eau douce ou de mer 135 \$
- Massage détente Signature Aqua-Mer et pressothérapie 135 \$
- Massage sous la pluie et pressothérapie 140 \$
- Algothérapie et massage sous la pluie 150 \$

### LES TRIOS

- Algothérapie, bain hydromasseur d'eau douce ou de mer et pressothérapie 195 \$
- Algothérapie, massage sous la pluie et pressothérapie 195 \$

### LES ÉVASIONS DÉTENTE (SANS HÉBERGEMENT)



- Algothérapie, bain hydromasseur d'eau douce ou de mer, massage ou drainage lymphatique et pressothérapie **250 \$**
- Algothérapie, bain hydromasseur d'eau douce ou de mer, massage sous la pluie et pressothérapie **250 \$**

## LEXIQUE

### ALGOTHÉRAPIE

La peau est recouverte d'algues et de boue marine, puis enveloppée dans une couverture chauffante. La chaleur progressive favorise la pénétration des éléments marins, le réchauffement de vos os et de vos muscles et décontracte votre musculature. L'enveloppement aux algues est une pause bien-être et beauté, antioxydant et antiâge qui favorise la cicatrisation et la circulation sanguine.

### BAIN HYDROMASSEUR

Immergé dans un bain individuel d'eau douce ou d'eau de mer, le curiste reçoit une multitude de jets qui le fait flotter. La puissance contrôlée des jets dirigés aux endroits névralgiques libère les points de tension, active les circulations dans les couches profondes de la peau et facilite le retour veineux et lymphatique. Pour une reminéralisation de l'organisme, la peau absorbe plus facilement les sels et les oligo-éléments marins.

### PRESSOTHÉRAPIE

Les bottes gonflables à compression intermittente et alternative de la pressothérapie améliorent la circulation en favorisant le retour veineux et lymphatique. Ce soin permet de réduire et de maîtriser l'œdème des membres en réduisant l'excédent de liquide interstitiel qui cause l'enflure.