



graindesoleil

« Soyons heureux c'est bon pour la santé »



Institut bio

Coiffure et Esthétique
Soins corporels et détente
Conseil et consultation en diététique
Naturopathie



Magasin bio

Épicerie et produits vrac
Fruits, légumes et pain frais
Produits diététiques, végétariens et sans gluten
Cosmétiques et hygiène
Compléments alimentaires et santé
Produits lacto-fermentés et super-aliments

sommaire



Consultation santé 4

- Dététique
- Naturopathie
- Drainage lymphatique



Coiffure 8

- Colorations végétales
- Colorations classiques



Prothèses capillaires 10



Épilations 12



Soins Phyt's 14



Soins Les Douces Angevines 16



Soins Dr. Hauschka 18



Mains et pieds 21



Soins corps spécifiques 21



Maquillage et teinture 22



Massage Kobido 23

Sélection pour offrir 24

Magasin bio 26

- Epicerie
- Alimentations spécifiques, régimes
- Compléments, santé
- Cosmétiques
- Animaux, entretien

notre éthique

« La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité »

Préambule de la Constitution de l'Organisation Mondiale de la Santé - 1948

Nous partageons sans réserve cette définition "officielle" de la santé, et la vision globale de l'être humain qui favorise l'harmonie du corps et de l'esprit. C'est pourquoi Grain de Soleil propose une offre toujours plus large, toujours plus cohérente pour conserver et améliorer votre bien-être, votre santé et le bonheur qui en découle :

- **Notre espace santé** propose des consultations de diététique et de naturopathie.

- **Notre salon de coiffure** vous libère de la toxicité des produits conventionnels avec des soins naturels et des colorations végétales.

- **Notre institut de beauté** propose des épilations, des gammes de soins visage et corps et de nombreux massages détente. Nous utilisons uniquement des produits bio et naturels et des techniques manuelles.

“ J’ai décidé d’être heureux parce que c’est bon pour la santé ”

Nous aimons beaucoup cette parole de Voltaire. La définition du bonheur n'est pas encore universelle, mais nous ferons tout pour participer au vôtre.

Notre équipe se compose aujourd'hui de trois esthéticiennes, une naturopathe, une diététicienne, un coiffeur et une socio-coiffeuse et une spécialiste des cosmétiques et des huiles essentielles. Toutes et tous participent à la composition de l'offre unique du magasin et vous conseillent :

- Avec plus de **13000 références de produits bio et naturels**, nous couvrons une large part de vos besoins

- **La variété impressionnante de produits d'alimentation bio** est complétée par des rayons diététiques adaptés à tous les régimes spécifiques (sportifs, sans gluten, vegan, sans lactose, hyposodé, sans sucre, etc.)

- Nos **rayons cosmétique et hygiène** répondent aux besoins de toute la famille, quels que soient leurs types de peau ou de cheveux. Ces rayons spécifiques constituent l'offre la plus importante de la région.



Nos conseillères sont aussi à vos côtés quand il faut faire face à la maladie. Elles maîtrisent des solutions immédiates telles que la pose des prothèses capillaires et les soins adaptés aux changements physiques temporaires. Elles vous accompagnent avec humanité sur le chemin de la guérison et participent au réconfort et au mieux-être.

consultations et soins santé

La santé et la vigueur résultent du bon équilibre entre l'Homme et son environnement et d'une hygiène de vie en accord avec notre nature profonde

diététique

Vous trouvez de très nombreux produits sains et naturels dans notre magasin, et notre diététicienne vous aide à mieux les choisir.

Elle propose aussi des consultations individuelles et un suivi diététique avec des préconisations plus précises pour un rééquilibrage alimentaire personnel aux effets durables.

Bilan diététique (séance initiale)	49€
Suivi diététique (30mn)	25€
Forfait diététique bilan initial + 4 suivis	130€



drainage lymphatique

Notre système lymphatique collecte les impuretés produites par le métabolisme. Des engorgements liés à des traumatismes, à notre mode de vie sédentaire ou à notre alimentation se produisent. Le drainage Vodder désengorge, nettoie et purifie votre organisme en profondeur. Ses effets sur l'esthétique et le bien-être général sont visibles et durables après une cure.

Drainage du visage (30 mn)	30 €
Drainage du corps (1h)	60 €
Drainage du corps (1h30)	75 €
Cure 10 soins	de 540 à 675 €
<i>selon le protocole choisi avec la praticienne lors du premier rendez-vous.</i>	

naturopathie

La naturopathie est une approche globale du mieux-être et de la santé. Sa vision holistique permet une prise en charge complète de l'individu. Elle est avant tout préventive et ne se substitue en aucun cas à la médecine conventionnelle. Elle vise à maintenir ou rétablir un équilibre propre à chacun en sollicitant les capacités d'auto-régénération de l'organisme. Elle vous aide sur les maux fréquents du monde moderne tels que fatigue, anxiété, stress, insomnies, troubles digestifs, douleurs articulaires, troubles ORL, allergies...

Notre naturopathe issue de l'AEMN, école agréée par l'OMNES (Organisation de la Médecine Naturelle et de l'Education Sanitaire) vous propose un accompagnement personnalisé associant rééquilibrage alimentaire, hygiène de vie, conseils en phytothérapie, gemmothérapie, aromathérapie, mycothérapie, oligothérapie et élixirs. Initiée à l'iridologie, elle est en perpétuelle formation pour vous proposer ses services avec toujours plus de qualité et de compétences.

Consultation séance initiale	50€
Consultation de suivi	35€

coiffure

Les produits naturels renforcent les cheveux, conservent leur souplesse et leur apportent de la brillance et de beaux reflets. Nos coiffeurs sont spécialistes des colorations végétales et peuvent vous aider si vous souhaitez les appliquer à la maison. Ils vous reçoivent dans la tranquillité de nos salons individuels.

forfaits

Shampooing, soin, brushing	31€
Shampooing, soin, coupe, brushing	48€

soins unitaires

Shampooing	11€
Coupe enfant (-10 ans)	20€
Shampooing, coupe homme	25€
Brushing*	20€
Cheveux longs	30€
Chignon (sur cheveux lavés de la veille).....	à partir de 60€*
Mariée (essai + Jour J).....	120€

*nous consulter pour devis



soins traitants

Shampooing soin et brush inclus	
Soin profond détox masque Terre de couleur	47€
Cheveux longs	57€
Cure de 6 soins	254€
Cheveux longs	308€
Rituel massage spécifique avec synergie d’huiles + Shampooing + Brushing	47€
apaisant, stimulant, rafraichissant, chute de cheveux, pellicules, démangeaisons, cuir chevelu gras (sans shampooing ni brush)	
Carte 6 rituels	216€



colorations végétales

Produits Marcapar, Terre de couleur, Khadi (100% nature)
Shampooing, soin et brush inclus

Coloration en une application	66€
Cheveux longs	69€
Coloration en deux applications	97€
Cheveux longs	99€
Supplément coupe	17€
Dose supplémentaire	12€
1ère séance avec bilan, masque détox et coloration	85€

colorations classiques

Produits Beliflor, BioKap, Herbatint (sans ammoniac ni résorcine)
Shampooing, soin et brush inclus

Coloration.....	63€
Cheveux longs	67€
Balayage, mèches	67€
Cheveux longs	87€
effet soleil.....	à partir de 20€*
Supplément coupe	17€

prothèses capillaires

toute une
équipe
avec vous

-

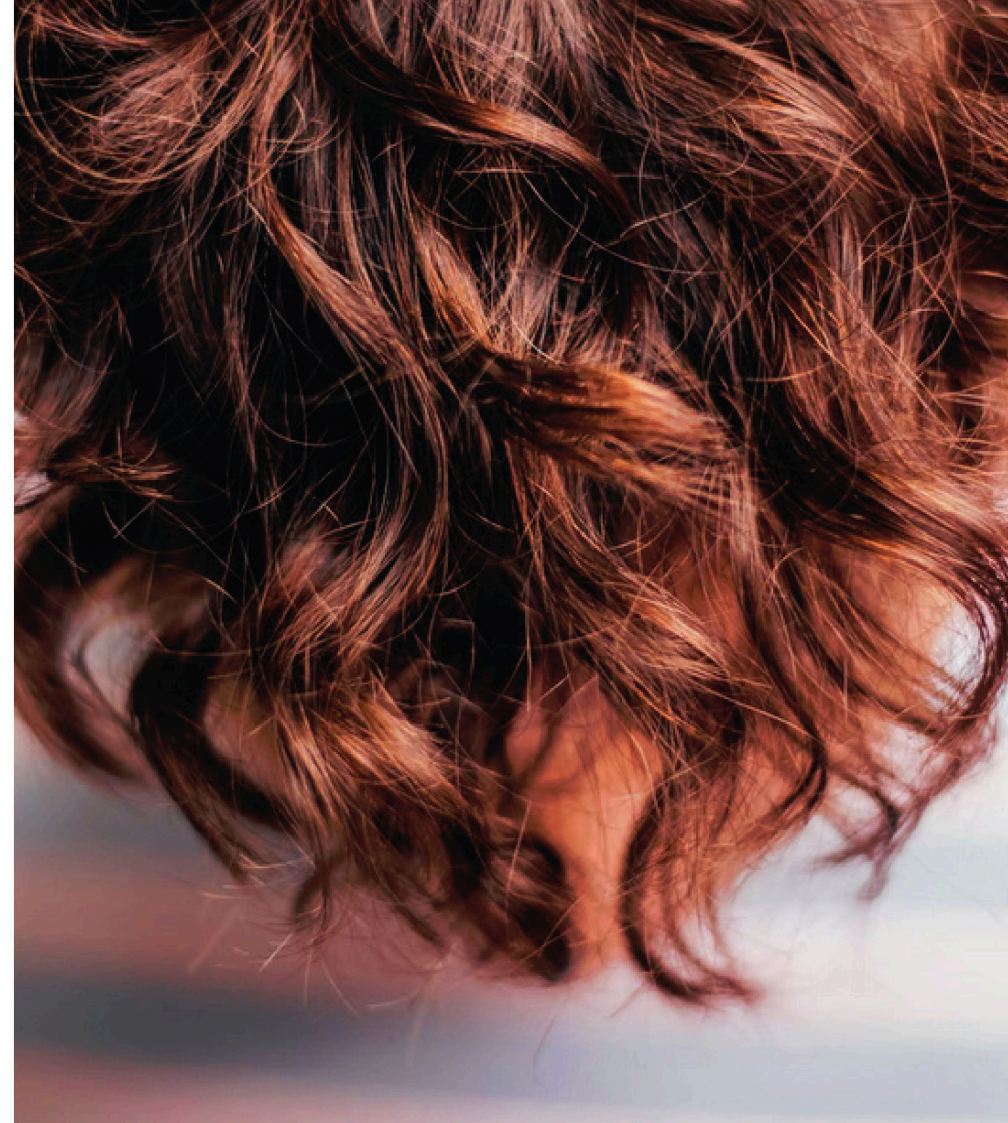
Vous êtes reçu-e dans la discrétion de nos salons individuels par notre socio-coiffeuse expérimentée, et vous pouvez venir accompagné-e des personnes de votre choix.

Comparez et essayez parmi une large gamme de prothèses agréables à porter, légères et d'un naturel parfait. Nous pouvons approvisionner rapidement des modèles supplémentaires s'approchant au mieux de votre coiffure.

Le moment venu, quand vous aurez choisi, nous adapterons la coiffure à votre morphologie et à votre image, y compris en la recoupant et nous vous accompagnerons pour faciliter son entretien.

Nous sommes agréés par la sécurité sociale et adhérent à la Charte de l'Institut National du Cancer, nous vous aidons dans vos démarches pour que vous receviez le meilleur financement.

Vous bénéficiez des conseils de notre équipe, et sous réserve qu'ils soient compatibles avec votre traitement, leurs soins vous aideront à vivre mieux les effets secondaires de la thérapie. En consultation ou en magasin, nous apportons des réponses adaptées à vos besoins: soins de bien-être et de beauté, suivi diététique, etc.



exemples & solutions

-

turban Oléron	18 €
turban Macaron	40,50 €
frange	25 €
tour de cheveux	49 €

PROTHÈSES CAPILLAIRES :

city	125€
risk	
cousue machine.....	300€
jennifer	
cousue main et machine	459€
icone	
entièrement cousue main	660€

PROTHÈSE EN CHEVEUX

NATURELS :

..... À partir de 995€



épilation

Toutes nos épilations sont réalisées avec des cires naturelles à l'aloë vera ou au calendula bio, à usage unique pour une douceur et une hygiène irréprochable.

femme

Afin de conserver des tarifs modérés sans imposer d'abonnement, un forfait de 3 € est appliqué à chaque séance, et une remise de 3% est cumulée sur votre compte fidélité.

Forfait fixe par séance	3 €
+	
Épilation Menton	8 €
Épilation Sourcils	8 €
Épilation Lèvres	8 €
Aisselles	11 €
Bras	15 €
Demi jambes	15 €
Cuisses	15 €
Jambes complètes	28 €
Maillot simple	13 €
Maillot brésilien	20 €
Maillot intégral	25 €



épilation au fil

Méthode ancestrale d'épilation rapide, écologique, précise, elle permet une repousse de plus en plus lente.

Forfait fixe par séance	3€
+	
Sourcils:.....	8€
Lèvres:.....	8€
Menton:.....	6€

homme

Forfait fixe par séance	3 €
+	
Sourcils	11€
Aisselles.....	14€
Dos.....	25€
Torse	25€
Ventre.....	20€
Jambes complètes.....	35€

les soins Phyt's

Les fondateurs de Phyt's ont inventé la Naturo-Esthétique en 1972. Grâce à leur savoir faire et à 50 ans de recherche, la cosmétique naturelle a la même efficacité que les produits classiques, des textures agréables et des parfums délicats. La composition spécifique des soins en institut et le savoir faire de nos praticiennes garantissent le meilleur résultat pour ces beaux moments de bien être.

soins corps

- Soin Minceur Bio-Active (1h) 65€
Stimule le déstockage et la perte centimétrique. Le protocole précis de vos soins sera défini avec l'esthéticienne en fonction de votre morphologie lors de la première séance
- Forfait Minceur (x6) 370€
- Forfait Minceur (x12) 700€
- Forfait Minceur (x18) 995€



soins visage

Tous les soins Phyt's débutent par un modelage de bienvenue, sont mixtes et peuvent être complétés par une épilation bio.

SOIN DÉCOUVERTE

- Soin Équilibre Purifiant (50min) 50€
Purifie et protège les peaux normales à tendance grasse.
- Soin Équilibre Nourrissant (50min) 50€
Nourrit et protège les peaux normales à tendance sèche.

SOINS ANTI-AGE

- Soin d'O (1h15)..... 65€
Anti-âge, équilibre.
- Soin Oligo-Vital (1h15)..... 65€
Anti-âge, nourrit.
- Soin Multi-Vita (1h30)..... 75€
Cible les rides, tenseur.
- Soin Contour des Yeux (45mn)..... 45€
- Cure 5 soins contour des yeux 230€
Atténue les cernes et les poches, et décongestionne.
- Soin Panacée (2h)..... 110€
Soin anti-âge global, c'est le plus complet des soins Phyt's

SOINS SPÉCIFIQUES

- Soin Aqua Phyt's (1h20) 65€
Hydrate et désaltère la peau
- Soin Revitalisant Anti-pollution (1h15) 65€
Revitalise, booste l'éclat, préserve le capital jeunesse de la peau.
- Soin Pureté anti-imperfections (1h30)..... 62€
Pour peaux grasses à tendance acnéique
- Soin Capyl (1h15)..... 65€
Confort des peaux à rougeurs diffuses.
- Sensi Phyt's (45mn)..... 50€
Nourrit et apaise.
- Soin Phyt'ssima (1h15)..... 67€
Nourrit et apaise.



les soins Douce Angevines

Michèle Cros, alchimiste du monde végétal, est l'âme des Douces Angevines. Elle s'inspire des connaissances ancestrales des femmes herboristes, guérisseuses voire un peu magiciennes des plaines d'Anjou, pour élaborer de façon artisanale des cosmétofluides dédiés au bien-être de votre peau et de votre âme.



soins visage

Soin La rose pétale contre pétale (1h) 70€

Soin revitalisant, inspiré des techniques de réflexologie et de Dien Chan, il illumine votre teint, sublime votre visage tout en harmonisant le corps et le cœur.

Soin Thé blanc, fleurs bleues (1h) 59€

Soin oxygénant et détoxifiant, il nettoie la peau tout en respectant son équilibre naturel. La peau respandit.

soins visage et corps

Soin Dana (1h30) 95€

« N'oublie jamais que tu es une reine ! »

Soin global régénérant et tenseur, alliance de différentes manœuvres corporelles, accompagnées de la chaleur des infusions de beauté et d'un modelage sensoriel du visage.

Soin Herbes et fleurs du jardin, a fleur de peau (1h30).....85€

Ce soin repose sur des pratiques ancestrales utilisant des «poignées» d'herbes et fleurs du jardin. Une infusion de beauté tisse un lien tout au long du soin pour procurer une détente divine.

soins corps

Soin Cocon de soi (1h) 70€

Ce modelage douceur invite à un véritable voyage vers soi. Au fil des différentes «mues», vous goûtez à la douceur et à la détente. Ce soin métamorphose jusqu'à l'envol du papillon.

Soin Au jardin de Jasmine (1h) 65€

Soin gommant alternant brossage doux et gommage modelant aux vertus purifiantes. Il vous enveloppe alors de son grain délicat et de ses effluves divines. Votre peau respire, elle est sublimée. Ce soin lui donne une douceur soyeuse incomparable.

les soins du Dr. Hauschka

Jusqu'à 99 ans, Elisabeth Sigmund a consacré sa vie à l'élaboration d'une cosmétique 100% naturelle à base de plantes médicinales issues de l'agriculture biodynamique. Les produits «interviennent directement dans le métabolisme et ils sont source d'équilibre pour les capacités respiratoire et circulatoire siégeant dans la peau».

Si ces produits sont mondialement connus, les soins du Dr.Hauschka sont rares car le niveau d'exigence de la marque est élevé. Nous sommes fiers de vous les proposer aujourd'hui. Le ressenti et la beauté naturelle qu'ils procurent sont inimitables.



Dr. Hauschka



soins du visage

Soin Plénitude (2h) 128€

Un soin de la tête aux pieds accompagné d'une stimulation lymphatique et d'une détente musculaire. C'est un moment relaxant qui laisse une sensation de tonification et purification.

Soin Revitalisant (1h45) 113€

Ce soin aidera votre peau à retrouver son tonus notamment lors des changements de saison ou phases d'adaptation.

Soin Harmonisant (1h30) 96€

Ce soin au nettoyage doux équilibre les fonctions cutanées et favorise le lâcher-prise.

Soin Purifiant (1h15) 82€

Un soin qui convient à tous les aspects de peau. Il assainit la vôte et affine votre grain. Résultat : un teint resplendissant.

Soin Clarifiant (1h) 64€

Ce soin intensif consacré à la purification de la peau sujette aux impuretés et aux inflammations est à effectuer, de préférence, tous les 14 jours, jusqu'au retour à la normale.

Soin Un Temps Pour Moi (1h) 64€

A s'offrir régulièrement pour régénérer les fonctions cutanées et retrouver son énergie.



les soins Dr.Hauschka en un coup d'oeil

SOINS DU VISAGE DR.HAUSCHKA	PLÉNITUDE	RAFFER-MISSANT	REVITA-LISANT	HARMO-NISANT	PURI-FIANT	CLARIFIANT	TEMPS POUR SOI
Bain de pieds							
Modelage du dos							
Effleurages des jambes et des pieds							
Lissage des cheveux, détente des muscles du cou et de la nuque							
Étirement et relaxation des bras: répercussion sur les muscles dorsaux							
Effleurages des bras et des mains							
Démaquillage et Nettoyage							
Application de la Lotion							
Bain de Vapeur							
Masque Purifiant							
Stimulation lymphatique							
Application d'un soin intensif							
Masque Crème ou Huile Équilibrante							
Modelage du décolleté							
Technique de compresses raffermissantes pour le cou et les yeux							
Compresses chaudes nuque, épaules							
Soin de jour, étirement de la musculature							
Durée du soin	120mn	135mn	100mn	90mn	75mn	60mn	60mn

mains
et pieds

- Soin des ongles (40mn) 40€
- Beauté des mains (1h15) 52€
- Beauté des pieds (1h15) 52€
- Pose vernis 12€
- Préparation ongles supplément 10€

soins
corps
spécifiques

- Soin du dos purifiant (1h) 50€
- Gommage corps (20mn) 32€



maquillage et teinture

Nous vous accueillons en cabine pour un maquillage personnalisé, vous offrant la meilleure qualité naturelle des marques proposées en magasin.

maquillage

Conseil maquillage et mise en application (1h)	47€
Maquillage jour (30mn)	34€
Maquillage soirée (45mn)	42€

teinture

Teinture cils	16€
Teinture sourcils	16€



kobido

Massage Kobido (1h15)	75 €
Cure 5 soins	340 €

Le massage du visage KOBIDO est une technique d'origine japonaise ancestrale intervenant sur les points énergétiques de façon à libérer les tensions et à participer au rééquilibrage énergétique.

C'est une méthode de profonde relaxation et un excellent massage anti-âge car il raffermi les muscles, repulpe la peau et relance la vascularisation et la circulation sanguine.

Une pratique régulière produit des effets durables à raison d'une séance toutes les deux à trois semaines, puis plus espacées pour l'entretien. Les tissus cutanés sont alors raffermis, les muscles tonifiés et les rides d'expression lissées.





à s'offrir ou à offrir

Quel plaisir d'offrir un cadeau qui se vit... et quel bonheur de le recevoir de tout son corps et d'en garder les sensations rares et bienfaisantes.

massages

Dos relaxant (25mn)	32€
Dos relaxant en duo (25mn)	66€
Massage aux huiles précieuses des joyaux de madagascar (1h) ...	69€
Massage Zen personnalisé (1h)	59€
<i>Massage du corps relaxant</i>	
Massage Zen en duo (1h)	120€
<i>Le bonheur est plus grand s'il est partagé</i>	
Massage Zen à quatre mains (45mn).....	120€
<i>Laché prise garanti par la chorégraphie de deux esthéticiennes</i>	
Zen + gommage (1h30)	89€
Soin Évasion (1h).....	65€
<i>Massage de la tête au pied</i>	
Massage aux pierres chaudes (1h)	69€
<i>Réconfort et relaxation profonde garantis</i>	
Massage aux pierres chaudes + gommage	89€
Cocooning maternité (1h).....	65€
<i>Un soin conçu pour libérer des tensions durant la maternité et préserver l'élasticité de la peau.</i>	

nos plus beaux soins

Forfait 5 Kobido (1h15) 340 €

Le soin Kobido est un massage anti-rides repulpant qui procure une relaxation profonde et relance la circulation.

Soin Panacée (2h) 110€

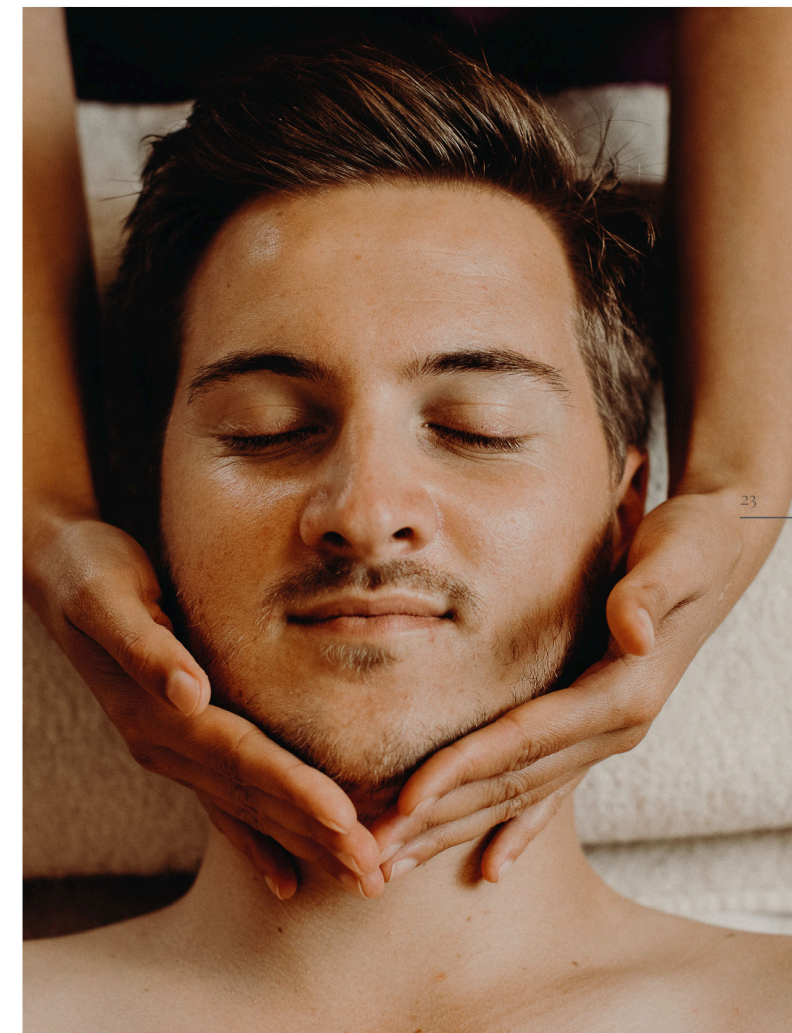
Dès sa sortie en 2017, la crème «Panacée» a été reconnue comme une avancée majeure de la cosmétique bio. Avec ses composants professionnels appliqués par nos esthéticiennes dans un protocole utilisant le DermoPhyt's, c'est aujourd'hui le soin anti-âge de référence.

Soin Plénitude (2h) 128€

Un soin de la tête aux pieds accompagné d'une stimulation lymphatique et d'une détente musculaire. C'est un moment relaxant qui laisse une sensation de tonification et purification.

Formule Prestige (2h15) 134€

Un soin visage aqua phyt's et un massage aux huiles précieuses des joyaux de madagascar.



votre magasin bio

Retrouvez toutes les compétences de notre espace soins en magasin : nos praticiennes s'y relaient pour référencer les meilleurs produits, bien connaître vos attentes et vous guider vers le meilleur choix.

Notre institut et notre magasin sont indissociables, ils respectent les mêmes exigences fondamentales :

- l'alliance entre l'alimentation traditionnelle, la diététique, la cosmétique et les compléments alimentaires utiles pour la santé,
- des propositions variées dans chaque domaine pour respecter vos besoins et vos envies,
- la préférence absolue des produits certifiés d'origine biologique pour le respect de votre organisme et de notre planète.

Tous nos produits ont été choisis par nos spécialistes et praticiennes. Ils sont présents en magasin pour comprendre vos attentes et mieux vous guider.



qualité, variété et proximité

La grande distribution impose des produits standardisés sous une multitude de présentations trompeuses et coûteuses.

A Grain de Soleil, vous trouvez un grand nombre de produits réellement différents pour satisfaire les préférences alimentaires et les impératifs de santé de chacun, avec un niveau de qualité uniforme.

Quel plaisir de faire les courses et la cuisine, et quel bonheur de partager un repas quand on peut choisir parmi 85 sortes de pâtes, 25 sortes de riz, etc.. Elles sont présentées dans des emballages clairs et écologiques ou en vrac pour les plus consommées.

Pour les fruits et les légumes, nous réservons la meilleure place aux variétés locales et anciennes cultivées avec respect par les producteurs bio avec qui nous entretenons un partenariat privilégié.





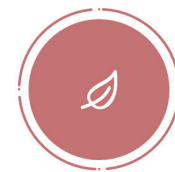
alimentations spécifiques

L'alimentation est au cœur d'une bonne santé. Notre diététicienne sélectionne et conseille une offre alignée sur nos principes, une qualité nutritionnel et un approvisionnement durable.

Nous portons un soin particulier au choix des produits pour bébés, l'absence de pesticides et des recettes adaptées est essentielle à une diversification alimentaire épanouie et à leur bon développement.

Les sportifs trouvent chez nous une large gamme de super-aliments, protéinés, végan, crus, locaux, et performants.

Depuis plusieurs années nous sommes le point de vente de référence de la région pour l'alimentation sans gluten, privilégiant toujours plus nos nombreuses entreprises du sud-ouest. Nous vous proposons également du choix pour les régimes sans sucres et sans sel.



compléments santé

Malgré une hygiène de vie saine et une alimentation équilibrée, l'organisme a parfois besoin d'apports spécifiques pour relancer des fonctions organiques endormies, pallier des carences, améliorer vos performances.

Notre naturopathe a sélectionné le meilleur des compléments, des molécules naturelles aux principes actifs puissants pour vous soutenir en toutes circonstances : infusions de plantes médicinales, gemmothérapie, élixirs floraux, oligo-éléments, remèdes ancestraux, etc.

Par nos conseils individualisés, nous vous guidons dans l'utilisation des 300 huiles essentielles et des nombreux mélanges aromatiques proposés.





cosmétiques & beauté

Les marques que nos esthéticiennes pratiquent quotidiennement à l'institut ont ici une place majeure. Elles sont accompagnées par de nombreuses gammes originales, spécifiques à un type de peau ou à une philosophie de soin, ou adaptées à des moments particuliers de la vie (grossesse, premier âge, enfants, etc.).

Depuis les soins de base jusqu'aux parfums les plus recherchés, vous trouverez le meilleur produit naturel pour vous et pour ceux que vous aimez : Phyt's, Dr. Hauschka, Les Joyaux de Madagascar, Douces Angevines, Océopin, Weleda, Mosquetas, Dr. Theiss, Cattier, Le Moly, Jonzac, Endro, Florame, EQ Evoo, Etxean Egina, et bien d'autres...



hygiène corporelle

Nous proposons de nombreux produits 100% naturels et aux normes rigoureusement contruites pour le respect de votre peau et de vos cheveux.

Qu'ils soient inédits, exotiques ou classiques, ils vous ouvrent au bien-être et au bonheur de prendre soin de vous. Notre coiffeuse et nos esthéticiennes prendront le temps de vous guider dans vos choix.



animaux domestiques

Vos animaux ont droit à une alimentation sans pesticides et à des produits d'hygiène sains.

Ils peuvent être malades et bénéficier de produits sains et efficaces pour se guérir ou pour atténuer leur souffrance.

Ils sont vos amis, nous pensons à eux.



entretien ménager

Il est possible de répondre aux critères d'efficacité et de respect de notre planète dans le domaine de l'entretien.

Les produits les plus naturels sont souvent les plus agréables à utiliser.

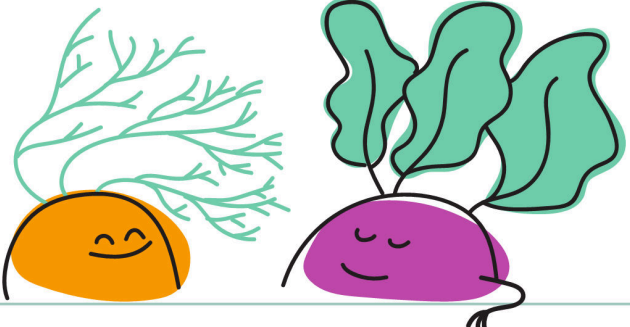
Ils sont parfois fabriqués à partir de savons cuits par les artisans eux mêmes, et en respectant les contraintes de la cosmétique pour mieux protéger vos mains et l'environnement de la maison.



Calendrier des cures saisonnières

Quelques repères pour vous accompagner au fil des saisons.

HIVER	PRINTEMPS
 AMANDES, FIGUES ET FRUITS SÉCHÉS Cuivre, manganèse sont des oligoéléments, antioxydants, alliés de votre immunité	 ORTIE Très bon diurétique, en soupe ou en tisane, excellent reminéralisant en cas de «baisse de régime»
 CANNELLE, BADIANE, MUSCADE Des épices antiseptiques, réchauffantes et énergisantes	 CAROTTE Dépurative, protectrice du foie, sa bêta-carotène régénère la peau et entretient la vue
 UN KIWI AU PETIT DÉJEUNER Riche en fibres, il couvre les besoins journaliers en vitamine C, associé à l'orange, pour un joli teint	 ROMARIN Soulage les digestions difficiles et les maux de tête, stimule les fonctions hormonales et nutritives
 MÂCHE Famille de la valériane, sa chlorophylle aide à la détoxification, sa vitamine B9 soutient le système nerveux	 RADIS NOIR, AIL, CITRON, JUS VERTS Revitalisants et alcalinisants. Privilégier les aliments amers et piquants pour la bonne santé du foie
 CHAMPIGNONS Shiitake riche en polysaccharides complexes stimulant des défenses naturelles, propriétés similaires à celles des probiotiques pour notre confort digestif	 SÈVE DE BOULEAU Dépuratif, diurétique, revitalisant, riche en oligo-éléments et minéraux, lutte contre la rétention d'eau, aide à l'élimination des toxines comme l'acide urique
 CAMU CAMU Un véritable condensé vitaminé	
 GELÉE ROYALE Stimule la circulation sanguine et améliore la concentration pour une meilleure vitalité	

ÉTÉ	AUTOMNE
 FRUITS ROUGES: FRAMBOISE, MYRTILLE, CASSIS, MÛRE Grand pouvoir anti-radicalaire, riche en potassium, ils aident à régulariser le système circulatoire	 UNE CURE DE RAISIN Permet un bon drainage, anti-rhumatismale et régularise du transit
 URUCUM Riche en bixine, puissant antioxydant apparenté à la bêta-carotène, excellente source de sélénium, oligoélément protégeant du vieillissement cellulaire, l'urucum favorise ainsi la protection contre les ultraviolets pour un teint éclatant !	 BETTERAVE Source de composés anti-inflammatoires appelés bêtaïnes, elle améliore la circulation et diminue la tension artérielle globale, c'est le légume qui prévient les anémies
	 ARTICHAUT Allié pour régulariser le métabolisme des lipides et des sucres
	 POIREAU, AIL, OIGNON, CHOUX, NAVET, RADIS NOIR... Privilégier les légumes souffrés en prévention des affections respiratoires des premiers froids !
	 LÉGUMES LACTOFERMENTÉS, KÉFIR DE FRUITS, KOMBUCHA, MISO Prendre soin de son microbiote intestinal, notre meilleure barrière immunitaire
	 ALOE VERA Nettoyante exceptionnelle de l'organisme, elle facilite la digestion, favorise le transit, soulage l'acidose métabolique, améliore la circulation lymphatique pour une bonne hydratation cellulaire, en interne comme en externe !

graindesoleil



BONS CADEAUX

une manière
simple et originale
d'offrir le plaisir.



-15% DE REMISE

sur l'ensemble
des soins pour
les 15-25 ans.



REMISE FIDÉLITÉ

sur l'ensemble de vos
achats en magasin
et des soins.



HORAIRES

Du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30



**34, Rue Arnaud Detroyat
Le Forum
64100 Bayonne**
05 59 42 10 83
Parking privé gratuit
arrêt de bus «le forum»
www.graindesoleil.fr